IMER	**PLANEACIÓN DE CLASES** **CÓDIGO: FTO-09** **VERSIÓN: O4** Fecha Actualización: 17 de agosto de 2020	Alcaldía de Rionegro Departamento de Antioquia

INSTITUCIÓN ATENDIDA	COLISEO IVAN RAMIRO CORDOVA	**GRUPO**	ESCUELA DE FORMACION 1 Y 2	**Nº HORAS**	
FECHA DE REALIZACIÓN	DICIEMBRE	**DÍA 1**	M	**HORA**	3:30 PM – 4:30 PM 4:30 PM – 5:30 PM
PROFESOR IMER	JULIANA GIRALDO JARAMILLO	**DÍA 2**	J	**HORA**	4:30 PM – 5 PM
		DÍA 3	V	**HORA**	3:30 PM - 5:00 PM

SEMANA 1: 5 al 9 de diciembre	**SEMANA 2: 12 al 16 de diciembre**
OBJETIVO: Iniciar con saltos educativos de media rotación y caída en uno y dos pies y afianzamiento de arabescos.	**OBJETIVO: Retroalimentación y afianzamiento de los nuevos elementos vistos con implementación de música.**
DESARROLLO DE LA CLASE 1:	**DESARROLLO DE LA CLASE 1**
Parte inicial 20% (12 min) Socialización del objetivo de la clase. Calentamiento general: Movilidad articular, activación dinámica general, activación dinámica específica. Parte principal 70% (42 min) Edicativo de salto de waltz y too loop. Sprid Eagle con diferentes alturas. Canasta, angel Cisne. Parte final 10% (9 min): Vuelta a la calma mediante estiramientos. Retroalimentación de la sesión	Parte inicial 20% (12 min) Socialización del objetivo de la clase. Calentamiento general: Movilidad articular, activación dinámica general, activación dinámica específica. Parte principal 70% (42 min) Saltos en 2 y 1 pie con diferentes alturas. Giro punta talón y talón talón. Parte final 10% (9 min): Vuelta a la calma mediante estiramientos. Retroalimentación de la sesión
DESARROLLO DE LA CLASE 2:	**DESARROLLO DE LA CLASE 2**
Parte inicial 20% (18 min) Socialización del objetivo de la clase. Calentamiento general: Movilidad articular, activación dinámica general, activación dinámica específica. Parte principal 70% (63 min) Edicativo de salto de waltz y too loop. Sprid Eagle con diferentes alturas. Canasta, angel Cisne.	Parte inicial 20% (18 min) Socialización del objetivo de la clase. Calentamiento general: Movilidad articular, activación dinámica general, activación dinámica específica. Parte principal 70% (63 min) Saltos en 2 y 1 pie con diferentes alturas. Giro punta talón y talón talón.

Parte final 10% (9 min): Vuelta a la calma mediante estiramientos. Retroalimentación de la sesión	Parte final 10% (9 min): Vuelta a la calma mediante estiramientos. Retroalimentación de la sesión
MATERIALES:	**MATERIALES:**
Platos, conos, cuerdas	Conos, platos.
SEMANA 3:	**SEMANA 4:**
DESARROLLO DE LA CLASE 1	**DESARROLLO DE LA CLASE 1:**
DESARROLLO DE LA CLASE 2:	**DESARROLLO DE LA CLASE 2:**
MATERIALES	**MATERIALES**
OBSERVACIONES:	
Se plantean nuevamente los elementos que no pudieron ser vistos en el mes pasado	

Declaro de manera libre, expresa, inequívoca e informada, que AUTORIZO al IMER para que, en los términos del literal a) del artículo 6 de la Ley 1581 de 2012, realice la recolección, almacenamiento, uso, circulación, supresión, y en general, tratamiento de mis datos personales, incluyendo datos sensibles, como mis huellas digitales, fotografías, videos y demás datos que puedan llegar a ser considerados como sensibles de conformidad con la Ley; para documentar las actividades deportivas. Declaro que se me ha informado de manera clara y comprensible que tengo derecho a conocer, actualizar y rectificar los datos personales proporcionados, a solicitar prueba de esta autorización, a solicitar información sobre el uso que se le ha dado a mis datos personales, a presentar quejas ante la Superintendencia de Industria y Comercio por el uso indebido de mis datos personales, a revocar esta autorización o solicitar la supresión de los datos personales suministrados y a acceder de forma gratuita a los mismo