PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: MERCEDEZ ORTIZ GALVIS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-23	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Dar la posibilidad a los estudiantes de proponer y liderar actividades con ayuda del docente, un compartir y la despedida de los niños.
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10.	Ejecutar los múltiples ejercicios relacionados con las posturas en gimnasia y movimientos ejecutados.
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Llamado a lista, explicación de los objetivos de la clase, calentamiento general por medio de juegos, estiramientos.	Llamado a lista 10 min, calentamiento 15 min, estiramiento10 min.	Se hará una pequeña explicación de los objetivos y demás aspectos de la clase, posterior se hará un calentamiento por medio del juego "el tesoro perdido" el cual consiste en esconder un objeto al final de una pista de obstáculos, el cual debe ser encontrado por los participantes dentro de un tiempo estipulado. Posteriormente se hará un pequeño juego de competencias. Más adelante se hará un estiramiento general y movimientos articulares.	
18. CENTRAL	Posturas, fases y educativos , hidratación.	Explicación de ejercicios 5 min, trabajo de coordinación 70 min, hidratación 5 min.	se realizan ejercicios individuales de flexibilidad como : sapitos, mariposas (3 series de 30 seg), movimientos de cadera en circulos, laterales, lanzamiento de pierna (derecha - izquierda). Posteriormente se realizan ejercicios por parejas relacionadas,postura de los pies como lo es punta de pies,manejo de los dedos tronco y piernas.	
19. FINAL	Estiramiento general, retroalimentación de la clase e hidratación.	Trabajo de flexibilidad 10 min, hidratación y retroalimentación 10 min.	Retroalimentación de lo sucedido por medio de las opiniones de los estudiantes.	

MERCEDEZ ORTIZ GALVIS

Firma del Instructor

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: MERCEDEZ ORTIZ GALVIS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-23	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Dar la posibilidad a los estudiantes de proponer y liderar actividades con ayuda del docente, un compartir y la despedida de los niños.
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	Ejecutar los múltiples ejercicios relacionados con las posturas en gimnasia y movimientos ejecutados.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025545266	ALISSON DALHYSA CALVO	Asistio
1011205804	VALERY CIFUENTES	No asistio
1023390988	KAREN VIVIANA LOPEZ	Asistio
1031820226	WUENDY NATALIA RODIGUEZ	Asistio
1029149179	LAURA JULIANA RODRIGUEZ	Asistio
1033720897	NICOL ESTEFANI ROMERO	Asistio
1030614888	VALERY TATIANA AMAYA	Asistio
1023389448	JULIANA GALLO	Asistio
1024524148	DEINER SANTIAGO SUAREZ	Asistio
1023383435	JULIAN ANDREY BELLO	Asistio
1028890593	SARA STEPHNIA PEÑA	Asistio
1024528489	KIMBERLY VALENCIA	Asistio
1025541020	JUAN SEBASTIAN HURTADO	Asistio
1073687113	Breiner Sammir Barbosa	No asistio
1090439539	DARVID JHOJAN CASTILLO	No asistio
1023385815	JUAN FELIPE ALVAREZ	Asistio
1014875371	JUAN DAVID MONROY	Asistio
1141323207	JULIAN ANDRES RODRIGUEZ	Asistio
1024516104	KEVIN SANTIAGO RUIZ	No asistio
1074527494	STEFANI ARIAS	No asistio
1033716223	KEVIN SANTIAGO GOMEZ	No asistio

MERCEDEZ ORTIZ GALVIS

Firma del Instructor