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,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 2		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,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 2		10. Edades:	Ejecutar los múltiples ejercicios relacionados con las posturas en gimnasia y movimientos ejecutados.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016723878	CHELSY CAROLINE CASTRO	Asistio
1016720618	BRAYAN DAVID GONZALEZ	Asistio
1023389076	SAMUEL ALEJANDRO LOPEZ	No asistio
1077341018	NICOLAS ALEJANDRO CASTIBLANCO	Asistio
1023388653	JAIDER DAVID CASTRO	No asistio
1024535140	ZHARIK DANIELA GARCIA	Asistio
1146126465	ALISON TATIANA MARTINEZ	Asistio
1141522156	SAMUEL MORA	Asistio
1023384922	TOMAS MORA	Asistio
1012395172	WILSON PARRA	Asistio
1023389314	KAROL MICHELL ROJAS	Asistio
1013387597	WILLIAM ESTEBAN SILVA	Asistio
1024528489	KIMBERLY VALENCIA	Asistio
1026574888	LICETH SOFIA GARZON	Asistio
1025546753	CAROL DAHIAN JUNCA	Asistio

MERCEDEZ ORTIZ GALVIS

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO