PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: MERCEDEZ ORTIZ GALVIS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-24	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:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 3		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

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: MERCEDEZ ORTIZ GALVIS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-24	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:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	Ejecutar los múltiples ejercicios relacionados con las posturas en gimnasia y movimientos ejecutados.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016958051	ANGEL LEONARDO CUBILLOS	Asistio
1030588257	DAVID SANTIAGO TORRES	Asistio
1013130151	JEIMMY ALEJANDRA BAUTISTA	Asistio
1070603302	ERICK DAMIAN BECERRA	Asistio
1024525579	DANNA VALENTINA GARCIA	Asistio
1024524286	MARIA FERNANDA PINTOR	Asistio
1141325522	JOSE DANIEL TORRES	Asistio
1146125870	HEIDY XIOMARA QUIÑONES	Asistio
1025542527	ISABELLA RODRIGUEZ	Asistio
1025544122	TAMARA VALBUENA	Asistio
1024523511	ANA SOFIA ARCINIEGAS	Asistio
1027529440	MARIANA CORREAL	Asistio
1108831947	NATALY MICHELL GUTIERREZ	Asistio

MERCEDEZ ORTIZ GALVIS

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO