PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: MERCEDEZ ORTIZ GALVIS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-26	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:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 4		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:	2019-04-26	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:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 4	Afianzar las habilidades básicas por medio de los elementos gimnásticos.
4. Grupo:	GIMNASIA 4		10. Edades:	Ejecutar los múltiples ejercicios relacionados con las posturas en gimnasia y movimientos ejecutados.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023382957	AANDRES FELIPE MANRIQUE	Asistio
1024524982	ANTHONY STIK YANCE	Asistio
1023382937	KAROL DAYAN ALTURO	Asistio
1024500976	DYLAN RENJIFO	Asistio
1023387116	OSCA EDUARDO SANCHEZ	Asistio
1028491260	ROSSANA ESPEJO	Asistio
1024522312	DEISSY JULIANA NARVAEZ	Asistio
1023384537	KAROL MILENA VANEGAS	Asistio
1028787184	NATALY VALENTINA CRUZ	Asistio
1023387071	SHELSY YURANY VILLA	Asistio
1077857396	YEIMI LORENA PINEDA	Asistio

MERCEDEZ ORTIZ GALVIS

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO