PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-23	5. Centro de Interes JUDO	8. Localidad: Engativa	Crear situaciones de juego estableciendo lo que es correcto e incorrecto, creando hábitos sanos y apropiados los cuales permiten una armonía e integración de los estudiantes dentro y fuera de la clase.
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 19	Mejoramiento del equilibrio por medio de actividades jugadas con un solo apoyo de pies.
4. Grupo:	JUDO 1		10.	aprendizaje del KUZUSHI en sus 8 direcciones
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	1. saludos de pie y de rodillas, información de los contenidos de la clase. 2. Movilidad articular 3. Caminar trotar juego de lleva y pasadas 4. Ejercicios de gimnasia básica y ejercicios específicos de forma lineal. 5. Recuperación e hidratación	1. 3 minutos 2. 5 minutos 3. 5 minutos 4. 10 minutos 5. 2 minutos	1. saludos de pie y de rodillas 2. Movilidad articular 3. Caminar trotar juego de lleva y pasadas 4. Ejercicios de gimnasia básica y ejercicios específicos de forma lineal. 5. Recuperación e hidratación	
18. CENTRAL	1. Caídas atras 2. Caídas Laterales 3. Caídas Frente 4. caídas de rodamiento 5. Recuperación 6. Desplazamientos Individuales y en parejas. Sugi ashi y ajumi ashi 7. Técnica de Koshi Guruma en estatico. 8. Técnica koshi guruma utilizando los desplazamientos. 9. Recuperación	1. 5 minutos 2. 5 minutos 3. 5 minutos 4. 5 minutos 5. 3 minutos 6. 10 minutos 7. 10 minutos 8. 10 minutos 9. 3 minutos	1. Caídas atrás 2. Caídas Laterales 3. Caídas Frente 4. caídas de rodamiento 5. Recuperación 6. Desplazamientos Individuales y en parejas. Sugi ashi y ajumi ashi 7. Técnica de Koshi Guruma en estático. 8. Técnica koshi guruma utilizando los desplazamientos. 9. Recuperación	
19. FINAL	1. vuelta a la calma. Actividad de liderazgo 2. Estiramientos 3. Despedida	1. 5 minutos 2. 15 minutos 3. 2 minutos	1. vuelta a la calma. Actividad de liderazgo 2. Estiramientos 3. Despedida	

JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS

Firma del Instructor

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-23	5. Centro de Interes JUDO	8. Localidad: Engativa	Crear situaciones de juego estableciendo lo que es correcto e incorrecto, creando hábitos sanos y apropiados los cuales permiten una armonía e integración de los estudiantes dentro y fuera de la clase.
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 19	Mejoramiento del equilibrio por medio de actividades jugadas con un solo apoyo de pies.
4. Grupo:	JUDO 1		10. Edades:	aprendizaje del KUZUSHI en sus 8 direcciones

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
4237379	YOJACKSON GREGORIO MORALES	No asistio
1031142767	SARA CAMILA CHARRY	Asistio
1061221536	MARIA DEL PILAR VITOBIS	Asistio
10918402696	LUISDER DAVID CENTENO	Asistio
1048661265	ANALIA MARBELLO	Asistio
1102518404	ANDRY JULIETH ROJAS	Asistio
10917875166	YERLI ADRIANA SUAREZ	Asistio
1066875888	CAMILA ESTHER CARDENAS	Asistio
1120068370	CRISTOPHER ANDRES DUQUE	Asistio
1014199945	FABIAN STIVEN PIRACHICAN	Asistio
1141125686	JUAN PABLO GONZALEZ	No asistio
1027287382	JUAN PABLO CONTRERAS	Asistio
1012413976	ANTHONY STEVEN PADILLA	Asistio
1028841293	STEFANIA TORRES	Asistio
1203713000	BRYAN DAVIDSTIVEN YARA	Asistio

JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO