PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-26	5. Centro de Interes JUDO	8. Localidad: Engativa	Afianzar la confianza con sus pares a través de las acciones ejercicios grupales/colectivos como características propias del liderazgo.
3. Hora:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 6	Desarrollar ejercicios de gimnasia básica utilizando colchonetas de seguridad para mejorar la condición motriz de los estudiantes.
4. Grupo:	JUDO 3		10.	Mejoramiento de cada una de las caídas en todas las direcciones, aprendizaje de técnica de koshi guruma en posición estática teniendo claro postura, agarres, desequilibrios. Incluir desplazamientos de a jumi ashi y sugi ashi.
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 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. Recuperación	1. 5 minutos 2. 5 minutos 3. 5 minutos 4. 5 minutos 5. 3 minutos 6. 10 minutos 7. 10 minutos 8. 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	PROFESOR: SE ENCUENTRA AL DÍA EN SISTEMA DE INFORMACIÓN EN ESTE GRUPO. FELICITACIONES!! GRACIAS. CARLOS ANDRÉS GAMBA TORRES – GESTOR IED - IDRD-TEC.
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
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-26	5. Centro de Interes JUDO	8. Localidad: Engativa	Afianzar la confianza con sus pares a través de las acciones ejercicios grupales/colectivos como características propias del liderazgo.
3. Hora:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 6	Desarrollar ejercicios de gimnasia básica utilizando colchonetas de seguridad para mejorar la condición motriz de los estudiantes.
4. Grupo:	JUDO 3		10. Edades:	Mejoramiento de cada una de las caídas en todas las direcciones, aprendizaje de técnica de koshi guruma en posición estática teniendo claro postura, agarres, desequilibrios. Incluir desplazamientos de a jumi ashi y sugi ashi.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1141716553	JULIANA RIOS	Asistio
1014183096	DANEI FELIPE HERNANDEZ	Asistio
1013106964	NICOLAS ROMERO	Asistio
1034399052	BRADLY SEBASTIAN AVILA	Asistio
1067600895	ADRIANA BEATRIZ ACUÑA	No asistio
1014195194	NICOL DAYAN VEGA	Asistio
1106452776	LUISA FERNANDA QUINTERO	Asistio
32022853	DANIELA MAGALYZ DELGADO	No asistio
1141714637	KRISTIN ANDREA GUERRERO	Asistio
1041991206	LAURA VALENTINA SERPA	No asistio
1145224257	DANA SOFIA YEPES	Asistio
32087562	YUSMERLY MARILYS RIVAS	Asistio
1016010642	JUAN ANDRES CALCETO	No asistio
1057842085	KEINA JULIANA PULIDO	Asistio

JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO