PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-04-30	5. Centro de Interes JUDO	8. Localidad: Engativa	Reforzar la autopercepción a través de las acciones – ejercicios grupales/colectivos como características propias de la expresión de emociones.
3. Hora:	Martes,12:00:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	Desarrollar ejercicios de gimnasia básica utilizando colchonetas de seguridad para mejorar la condición motriz de los estudiantes.
4. Grupo:	JUDO 2		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	
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:	2019-04-30	5. Centro de Interes JUDO	8. Localidad: Engativa	Reforzar la autopercepción a través de las acciones – ejercicios grupales/colectivos como características propias de la expresión de emociones.
3. Hora:	Martes,12:00:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	Desarrollar ejercicios de gimnasia básica utilizando colchonetas de seguridad para mejorar la condición motriz de los estudiantes.
4. Grupo:	JUDO 2		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
1014222588	DANIEL FELIPE PINZON	No asistio
1126910348	ROXIBEL NATALI TORRES	No asistio
1072425457	EMANUEL JOSE OVALLE	Asistio
1089542857	MAIRA ALEXANDRA ESCARPETA	Asistio
1141122935	JUAN SEBASTIAN PINZON	Asistio
1027287241	MARIA JULIANA DELGADO	No asistio
1141123800	KILLIAN DAVID CRIOLLO	Asistio
1016958239	SEBASTIAN DAVID LUCERO	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1047454110	FABIAN STIVEN RAMIREZ	Asistio
1022357978	JOSUE ELI BARON	No asistio
1141116657	RONALDO JOSE MOSQUERA	Asistio
1019991937	JHON SANTIAGO PEREZ	Asistio
1014212414	SAMUEL FABIAN ANGEL	Asistio
1147487059	JESHUA DAVID VELEZ	Asistio
1014216885	JUAN PABLO MURCIA	Asistio
1092536293	ANDRES FELIPE ROJAS	Asistio
1014992527	JUAN DAVID ZAPATA	Asistio

JHONNY ALEXANDER RODRIGUEZ VARGAS

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO