

PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÑA‘O	11. OBJETIVO DE CLASE	
2. Fecha:	2019-07-10	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Cuidad Bolivar	APRENDER SOBRE LA CRITICA CONSTRUCTIVA	
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 26	9. N° de Semana: 13	DESARROLLAR AUTOCONTROL CON ELEMENTOS	
4. Grupo:	PATINAJE 1		10.	APLICAR RESISITENCIA Y AGILIDAD EN DIFERENTES POSTURAS	
12.PART	E	13. TEMA/CONTENIDOS	14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD	15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	16. OBSERVACIONES
17. INICIAL	LLAMADO A LISTA Y DESPLAZAMIENTO AL LUGAR DONDE SE VA A REALIZAR LA ACTIVIDAD. DAR TIEMPO PARA IR AL BAÑO Y CAMBIARSE. CALENTAMIENTO, LA MOVILIDAD ARTICULAR EL ESTIRAMIENTO.		15 MINUTOS	SE LLAMA A LISTA A LOS CHICOS Y SE LLEVAN AL ESPACIO DONDE SE REALIZARA LAS ACTIVIDADES AL IGUAL QUE SE LLEVAN LOS ELEMENTOS PERTINENTES A LO PREPARADO PARA EL DIA. SE FIRMA ASISTENCIA EN LOS CUADERNOS MIENTRAS SE LES DA ESPACIO PARA IR AL BAÑO PARA QUE SE CAMBIEN Y ALISTEN PARA LA CLASE. LUEGO SE REALIZA UNA ACTIVIDAD DE CALENTAMIENTO PARA LUEGO HACER MOVILIDAD ARTICULAR DE CABEZA A PIES Y UN ESTIRAMIENTO INICIAL.	
18. CENTRAL	TRABAJO DE AGILIDAD Y DESTREZA POSTURAL		90 MINUTOS	SE REALIZAN DIFERENTES EJERCICIOS CON CONOS DONDE SE EJECUTEN DIFERENTES ELEMENTOS DE DESTREZA Y HABILIDAD DE PATIN COMO GLOBITOS Y ZIG ZAG CON MODIFICACIONES Y MEZCLANDOLOS CON ELEMENTOS BAJOS, DE EQUILIBRIO Y DE ALTURA.	
19. FINAL	VUELTA A LA CALMA. ESTIRAMIENTO Y RETROALIMENTACION ALISTAMIENTO PARA SALIR E IR DE VUELTA A LA INSTITUCION.		15 MINUTOS	ACTIVIDAD DE COORDINACION EN UN CIRCULO EN EL PISO PARA BAJAR LA FRECUENCIA CARDIACA. ESTIRAR CADA PARTE DEL CUERPO EN MANERA ASCENDENTE DE PIES A CABEZA REALIZANDO ELONGACION INTENSA PARA DISMINUIR FATIGA. ORGANIZAR A LOS NIÑOS Y RECOGER ELEMENTOS PARA SALIR Y HACER EL ACOMPAÑAMIENTO AL LUGAR INDICADO.	

KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÑA‘O

Firma del Instructor

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÑA‘O	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-07-10	5. Centro de Interes PATINAJE	8. Localidad: Ciudad Bolivar	APRENDER SOBRE LA CRITICA CONSTRUCTIVA
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 26	9. N° de Semana: 13	DESARROLLAR AUTOCONTROL CON ELEMENTOS
4. Grupo:	PATINAJE 1		10. Edades:	APLICAR RESISITENCIA Y AGILIDAD EN DIFERENTES POSTURAS
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1069718975	BRITHNEY JOHANNA BEJARANO			Asistio
1021662957	KATERIN XIOMARA BEJARANO			Asistio
1073684158	DEISY LIZETH BRITO			Asistio
1031541662	LISETH GABRIELA BALLESTEROS			Asistio
1023377491	LAURA SOFIA BERNAL			Asistio
1033697008	SHARIT CASTILLO			Asistio
1013116364	KAROL VALENTINA MARTIN			No asistio
1023378552	MARIA DELOSANGELES OLIVEROS			Asistio
1014864574	LAURA VALENTINA PADILLA			No asistio
1028661126	ANGELA JASMIN OSPINA			No asistio
1024486829	EMILY FERNANDA ALVAREZ			No asistio
1111123398	DANNA VANESA BONILLA			No asistio
1029280145	NICOL STEFANIA CASTILLO			Asistio
1021672493	KAROL DAYAN AYALA			Asistio
1023374581	EILIN VALENTINA CASTAÑEDA			Asistio
1023372402	EVELYN DANIELA MUÑOZ			Asistio
1053330519	KAROL MARIANA TORRES			Asistio
1233000000	Dasly Katherine Sandoval			Asistio
1023374990	SARA AMEZQUITA			Asistio
1021674554	DANNA VALENTINA BEJARANO			Asistio
1074812496	GERALDINE TATIANA ROMERO			Asistio
1019605044	VALENTINA CEPEDA			Asistio

KAREN VIVIANA GOMEZ MONTAÑA‘O

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO