PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. BETANIA			Nombre Instructor: ALVARO ALEXANDER VELANDIA PEREZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-05	5. Centro de Interes LUCHA	8. Localidad: Usme	Aplica los principios de la AMISTAD, buscando mejorar la convivencia y entender a cada compañero. Fomentando la educación integral de las niñas y niños mediante los procesos de clases, promoviendo así los valores fundamentales en la convivencia
3. Hora:	Lunes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 28	9. Nº de Semana: 18	Fortalecer la orientacion y espacio, Por medio de juegos predeportivos donde estos conllevan a relación de la orientación y espacio para desarrollar las capacidades que se trabajan en el deporte
4. Grupo:	LUCHA 1		10.	Identificar las normas y puntuacion del deporte. Ejecutando movimientos especificos de la actividad deportiva se explica que valor en competencia tendría esa ejecución. Al igual que los movimientos que van contra las reglas
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Recepción y traslado Control de asistencia Calentamiento,ejercicios de movilidad dinámica y gimnasia básica. Hidratacion	-10 minutos -5 minutos -20 minutos -5 minutos	Se recogen a los estudiantes en el colegio se organizan en una fila y se llevan hacia la ruta para dirigirnos al centro de interes. En formacion sobre la colchoneta se realiza el llamado a listas. Ejercicios de estiramiento, trote rapido con carreras cortas. ejercicios gimnasticos, saltos por encima del compañero en posiciones de botellon, realizar arco con el compañero en posición de cuadrupedia o seis puntos. Organizadamente salen a tomar liquido	
18. CENTRAL	Derribes desde la posición de seis puntos. Explicación de normas y puntos técnicos	-40 minutos -20 minutos	Ubicados por parejas uno en posicion de seix punto, el otro controlando la cintura realiza media nelson, cuarta nelson y halon de brazo cruzado. Demostracion y explicacion del espacio y zona combate, como se obtienen la puntuación y como se pierde. Señales de los árbitros durante el combate	
19. FINAL	Abdominales y dorsales. Retroalimentacion Traslado al colegio. I:E:D	-10 minutos (repeticiones de 21 ves cada movimiento). -10 minutos	Individualmente acostados boca arriba con brazos estirados piernas unidas flexion del tronco hacia delante. Boca abajo manos a la espalda elevación del tronco hacia arriba. Salida organizada del centro de interés hacia la ruta con dirección al colegio.	

ALVARO ALEXANDER VELANDIA PEREZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. BETANIA			Nombre Instructor: ALVARO ALEXANDER VELANDIA PEREZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-05	5. Centro de Interes LUCHA	8. Localidad: Usme	Aplica los principios de la AMISTAD, buscando mejorar la convivencia y entender a cada compañero. Fomentando la educación integral de las niñas y niños mediante los procesos de clases, promoviendo así los valores fundamentales en la convivencia
3. Hora:	Lunes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 28	9. Nº de Semana: 18	Fortalecer la orientacion y espacio, Por medio de juegos predeportivos donde estos conllevan a relación de la orientación y espacio para desarrollar las capacidades que se trabajan en el deporte
4. Grupo:	LUCHA 1		10. Edades:	Identificar las normas y puntuacion del deporte. Ejecutando movimientos especificos de la actividad deportiva se explica que valor en competencia tendría esa ejecución. Al igual que los movimientos que van contra las reglas

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1020000150	ANGIE SARAY BARBOSA	No asistio
1022977244	JUAN SEBASTIAN CASTRO	Asistio
1010965497	SANTIAGO BOBADILLA	Asistio
1011324916	CAREN TATIANA ANZOLA	No asistio
1140918756	CARLOS MARTIN BEJARANO	Asistio
1140918701	HERNAN SANTIAGO SALGADO	Asistio
1022935977	JHON ANGEL SUAREZ	Asistio
1023383583	JUAN ESTEBAN GOMEZ	Asistio
1140917557	CRISTIAN CAMILO VASQUEZ	Asistio
1028786258	SAMUEL HERRERA	Asistio
1028786109	JUAN JOSE ALFONSO	Asistio
1016717312	HEIDY YULIANA ROJAS	Asistio
1023903527	EMILY SOFIA MEDINA	Asistio
1022965628	BRAYAN ALEJANDRO RIVERA	Asistio
1022962779	OSCAR LEONARDO LOPEZ	Asistio
1012920295	JORGE ALEJANDRO TIQUE	Asistio
1019058081	DANIEL EDUARDO RAMIREZ	Asistio
1021681710	BRANDON ARTURO ROA	Asistio
1140917616	JOHAN ESTIBEN ANDRADE	Asistio
1140918966	JOHN DAVID CARDONA	Asistio
1061205077	MARLIN DAYANA HURTADO	Asistio

ALVARO ALEXANDER VELANDIA PEREZ

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO