PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. BETANIA			Nombre Instructor: ALVARO ALEXANDER VELANDIA PEREZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-31	5. Centro de Interes LUCHA	8. Localidad: Usme	Formar el caracter de la RESPONSABILIDAD y la DISCIPLINA. Fomentando la educación integral de las niñas y niños mediante los procesos de clases, promoviendo así los valores fundamentales en la convivencia y los valores olímpicos y de competencia
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 27	9. Nº de Semana: 17	Aumentar su capacidad de velocidad de reaccion. Desarrollar y mejorar su motricidad básica en estas cualidades físicas, con ejercicios específicos de velocidad de reacción como tocar, tomar o coger mas veloz que el compañero y por tiempo
4. Grupo:	LUCHA 1		10.	Realizar la pasada atras con derrive. Desarrollo de las técnicas de las pasadas atras con sumercion o toma de brazo, ejecutando el derrive, acorde a la técnica explicada. Donde identifican cada paso mejorando la técnica
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Traslado de estudiantes, verificacion de lista. Calentamiento, con trotes suaves y rapidos, movilidad articular estatica y carreras de velocidad Hidratacion	-10 minutos 20 minutos -5 minutos	Organizar los estudiantes en filas para llevarlos a la ruta y luego al centro de interes. Formados en fila se verifica la asistencia. Ejercicios de desplazamientos con movimientos varios. Por parejas frente afrente tocar al compañero y correr por el espacio indicado. Así mismo de espalda y en posición de cuatro puntos. Organizadamente salen del colchón a tomar agua	
18. CENTRAL	Pasada atrás. Pasada atrás desde la posición de seis puntos	-60 minutos	Por parejas frente afrente y trabajando uno a uno cada vez se pasa por debajo del brazo se controla la cintura y un brazo luego se engancha pierna con pierna y se empuja hacia adelante. En la posicion de cuatro puntos, se controla la cabeza y brazo pasando rápidamente atrás y controlando la cintura para hacer rollo.	
19. FINAL	Vuelta a la calma Retroalimentacion. Traslado al I.E.D	-5 MINUTOS -5 minutos -10 minutos	Ejercicios de elongación y relajación con respiración. Recordar el trabajo realizado y su puntuación. Nombre de las técnicas. Organizadamente se sale del centro de interés para dirigirnos 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:	2019-07-31	5. Centro de Interes LUCHA	8. Localidad: Usme	Formar el caracter de la RESPONSABILIDAD y la DISCIPLINA. Fomentando la educación integral de las niñas y niños mediante los procesos de clases, promoviendo así los valores fundamentales en la convivencia y los valores olímpicos y de competencia
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 27	9. Nº de Semana: 17	Aumentar su capacidad de velocidad de reaccion. Desarrollar y mejorar su motricidad básica en estas cualidades físicas, con ejercicios específicos de velocidad de reacción como tocar, tomar o coger mas veloz que el compañero y por tiempo
4. Grupo:	LUCHA 1		10. Edades:	Realizar la pasada atras con derrive. Desarrollo de las técnicas de las pasadas atras con sumercion o toma de brazo, ejecutando el derrive, acorde a la técnica explicada. Donde identifican cada paso mejorando la técnica

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1020000150	ANGIE SARAY BARBOSA	Asistio
1022977244	JUAN SEBASTIAN CASTRO	Asistio
1010965497	SANTIAGO BOBADILLA	No 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