PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ANTONIO RICAURTE			Nombre Instructor: SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-04	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Barrios Unidos	RECORDAR LAS GENERALIDADES DE LAS DIFERENTES MODALIDADES DE LA GIMNASIA QUE HEMOS TRABAJADO, AEROBICA, ARTÍSTICA Y RÍTMICA.
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	REALIZAR EJERCICIOS DE SINCRONIZACION CON MÚSICA TENIENDO COMO BASE LAS MODALIDADES DE AERÓBICA (PASOS AEROBICOS) Y RITMICA, CREANDO SECUENCIAS DE MOVIMIENTO SENCILLO PARA EJECUTAR DE FORMA ADECUADA.
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10.	EXPERIMENTAR MOVIMIENTOS Y POSTURAS DE OTRA RAMA DE LA GIMNASIA QUE REQUIERA MOVIMIENTOS FUERTES, DE CONCENTRACIÓN Y COORDINADOS ENTRE COMPAÑEROS
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	REUNION CON EL GRUPO EN EL LUGAR DE PRACTICA 2. LLAMADO A LISTA 3.MOVILIDAD ARTICULAR Y PASARELA DE HABILIDADES Y POSTURAS 4. HIDRATACION	5MIN,5MIN,15MIN,3MIN	SE REUNEN LOS NIÑOS EN EL ESPACIO DE PRACTICA Y SE LLAMA A LISTA, SE REALIZAN LOS EJERCICIOS DE MOVILIDAD ARTICULAR LOS CUALES DEBEN SER DIRIGIDOS POR EL ALUMNO QUE DECIDA HACERLO, LUEGO SE REALIZARAN TRABAJOS DE PASARELA RECORDANDO MOVIMIENTOS POSTURALES DE FLEXIBILIDAD Y HABILIDADES COMO ROLLOS, INVERTIDAS MEDIA LUNA, POR ULTIMO SE IRÁN A HIDRATAR.	
18. CENTRAL	1. REALIZAR PATRONES DE MOVIMIENTO AEROBICO BASICOS CON MUSICA 2. REALIZAR ESQUEMA DE GIMNASIA AEROBICA NIVEL 1 CON MUSICA 3. ROLLOS ADELANTE, ATRAS Y PARADA DE MANOS 4. HIDRATACION	20MIN,20MIN,30MIN	LOS NIÑOS DEBERAN REALIZAR PATRONES DE MOVIMIENTO AEROBICO AL RITMO DE LA MUSICA(7 PASOS BASICOS, LUEGO REALIZARAN COMBINACIONES DE LOS MISMOS EN UN PEQUEÑO ESUQEMA QUE TENDRA UN PRINCIPIO Y UN FINAL MARCADOS PARA QUE LOGREN ENTENDER LA IMPORTANCIA DE LA MÚSICA, DESPUES DEBERAN REPASAR EL ESQUEMA DE NIVEL 1 DE AEROBICA CON LA MÚSICA, LUEGO DE ESTO RECORDARAN EJERCICIOS DE ROLLOS ADELANTE Y ATRÁS EN COLCHONETA Y LUEGO INVERTIDA EN COLCHONETA DEPENDIENDO EL NIVEL DEL ESTUDIANTE, POR ULTIMO IRAN A HIDRATAR.	

19. FINAL	MOVILIDAD ARTICULAR DE MANERA CEFALO-CAUDAL 2. ESTIRAMIENTOS PASIVOS INDIVIDUALES 3. RETROALIMENTACION, VIDEO DE O VISTO EN CLASE	10MIN,8MIN,5MIN	MOVILIDAD ARTICULAR (CIRCUNDUCCION, FLEXIÓN, EXTENCION, ANTEVERSION, RETROVERSION,ETC) DE TREN SUPERIOR Y DE FORMA CEFALO-CAUDAL ES DECIR DE CABEZA HACIA ABAJO Y DE FORMA DISTAL A PROXIMAL, LUEGO SE QUEDAN QUIETOS EN UN LUGAR Y REALIZA MOVILIDAD DE TREN INFERIOR, SEGUIDO DE LA FLEXIBILIDAD (SPLIT, SPAGAT, ARCOS, HOMBROS, MARIPOSA, FOQUITA, EMPEINES O PUNTAS DE PIES), FINALMENTE RETRO ALIMENTACION DE LOS ASPECTOS POSITIVOS DE CADA UNO EN LA EJECUCIÓN Y APRENDIZAJE DE LOS ESQUEMAS.	

SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ANTONIO RICAURTE			Nombre Instructor: SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-04	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Barrios Unidos	RECORDAR LAS GENERALIDADES DE LAS DIFERENTES MODALIDADES DE LA GIMNASIA QUE HEMOS TRABAJADO, AEROBICA, ARTÍSTICA Y RÍTMICA.
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	REALIZAR EJERCICIOS DE SINCRONIZACION CON MÚSICA TENIENDO COMO BASE LAS MODALIDADES DE AERÓBICA (PASOS AEROBICOS) Y RITMICA, CREANDO SECUENCIAS DE MOVIMIENTO SENCILLO PARA EJECUTAR DE FORMA ADECUADA.
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	EXPERIMENTAR MOVIMIENTOS Y POSTURAS DE OTRA RAMA DE LA GIMNASIA QUE REQUIERA MOVIMIENTOS FUERTES, DE CONCENTRACIÓN Y COORDINADOS ENTRE COMPAÑEROS

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014878094	ANGEL EMILIO MUÑOZ	No asistio
1014881402	VANESSA SOFIA BARRERO	Asistio
1011327868	JUAN MANUEL PUMBA	Asistio
1013274115	DINCOLD YULIAN BERNAL	No asistio
1015447809	JUAN PABLO MARTINEZ	Asistio
1014883249	JOHAN SEBASTIAN MEDINA	Asistio
19586037	NATHALIA VALENTINA CORRO	Asistio
71532354	ARIANA SOFIA DIAZ	Asistio
112048060	CLARA ELVIRA GONZALEZ	No asistio
1010215504	JUAN MATEO CASTILLO	Asistio
1011106696	SILVANA ISABELLA CANTOR	Asistio
1015449398	MARIA JOSE MARIÑO	Asistio
1015452224	SANTIAGO NO APLICA CUADRADO	No asistio
1016599941	SAMUEL SALAMANCA	Asistio
1018464389	CAMILO ESTHEBAN RODRIGUEZ	Asistio
1019094339	MARTIN GARCIA	No asistio
1024562274	JUAN SEBASTIAN DIAZ	No asistio
1025070629	ISABEL SOFIA ALAGUNA	Asistio
1027288847	JOEL ALEJANDRO MENDEZ	No asistio
1028404958	KYHARA XAMANTA GONZALEZ	Asistio
1031828767	JUAN JOSE RODRIGUEZ	Asistio
1028875129	JANA ISABELLA LOSADA	Asistio
1028722790	JHONN EDDY ALVAREZ	No asistio
1028499879	KEIMER ESTIVEN CHARRASQUIEL	Asistio

SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO