PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ANTONIO RICAURTE			Nombre Instructor: SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-09	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Barrios Unidos	GENERAR ESPACIOS PARA FORTALECES LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE ACTIVIDADES EN GRUPO DONDE CADA UNO DE LOS ESTUDIANTES SEA LIDER
3. Hora:	Martes,12:00:00,13:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 3	TRABAJAR LA CORDINACION GRUESA POR MEDIO DE EJERCICIOS BASADOS EN GIMNASIA AEROBICA
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10.	TRABAJAR PASOS BÁSICOS AEROBICOS, VELA Y SALTO EXTENDIDO POR MEDIO DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	REUNIÓN CON EL GRUPO EN EL LUGAR DE PRACTICA 2. LLAMADO A LISTA 3.MOVILIDAD ARTICULAR Y PASARELA DE HABILIDADES Y POSTURAS 4.JUEGO 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, VELA, INVERTIDAS , POR ULTIMO SE IRÁN A HIDRATAR	
18. CENTRAL	1. REALIZAR PATRONES DE MOVIMIENTO AEROBICO BASICOS CON MUSICA 2. REALIZAR EJERCICIOS DE VELA Y SALTOS 3. JUEGO POR EQUIPOS 4. HIDRATACION	20MIN,20MIN,30MIN	LOS ESTUDIANTES REALIZARAN UN ESQUEMA DE GIMNASIA AEROBICA POR EQUIPOS EN DONDE CADA UNO DEBERÁ DIRIGIRLO POR LO MENOS UNA VEZ AL MOMENTO DE MOSTRARLO AL PROFESOR, DE IGUAL FORMA DEBERÁ PROPONER UNA POSE FINAL QUE DEBERÁ TRABAJAR CON SU EQUIPO, LUEGO DE ESTO REALIZAREMOS TRABAJOS DE VELA EN PAREJAS, LUEGO SALTOS VERTICALES EXTENDIDOS Y AGRUPADOS , POR ULTIMO UN JUEGO DE AUTO CONFIANZA POR EQUIPOS DONDE LOS NIÑOS DEBERÁN FORMAR FIGURAS GEOMÉTRICAS, POR ULTIMO HIDRATACION	
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 RETYROALIMENTACION	

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:	2019-07-09	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Barrios Unidos	GENERAR ESPACIOS PARA FORTALECES LA AUTOESTIMA POR MEDIO DE ACTIVIDADES EN GRUPO DONDE CADA UNO DE LOS ESTUDIANTES SEA LIDER
3. Hora:	Martes,12:00:00,13:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 3	TRABAJAR LA CORDINACION GRUESA POR MEDIO DE EJERCICIOS BASADOS EN GIMNASIA AEROBICA
4. Grupo:	GIMNASIA 3		10. Edades:	TRABAJAR PASOS BÁSICOS AEROBICOS, VELA Y SALTO EXTENDIDO POR MEDIO DE EJERCICIOS ESPECÍFICOS

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

SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO