PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS SANZ DE SANTAMARIA			Nombre Instructor: SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-27	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Barrios Unidos	CONOCER LA TECNICA DE CARRERA Y APLICARLA EN JUEGOS DE RELEVOS Y TRADICIONALES
3. Hora:	Lunes,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	OBSERVAR LA CAPACIDAD DEL ESTUDIANTE ANTE EJERCICIOS COMPLEJOS DE COORDINACIÓN
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10.	EJECUTAR MOVIMIENTOS DE COORDINACION QUE OBLIGUEN AL ESTUADIANTE A MANTENERSE CONCENTRADO Y POSITIVO ANTE LA FRUSTRACION
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	1. REUNION CON EL GRUPO EN EL LUGAR DE PRACTICA 2. LLAMADO A LISTA 3.MOVILIDAD ARTICULAR Y JUEGO DE INTEGRACIÓN CON AROS PIEDRA PAPEL Y TIJERA 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 LES EXPLICARA LAS REGLAS DEL JUEGO EN EL CUAL DEBEN REALIZAR DOS EQUIPOS, UNO DE LOS EQUIPOS TRATARA DE ARMAR UNA COLUMNA DE TAPAS MIENTRAS EL OTRO EQUIPO TRATARA DE PONCHARLOS EL EQUIPO QUE SEA CAPAZ DE ARMAR LA COLUMNA GANARA PUNTO POR ULTIMO SE REALIZAR UN ESTIRAMIENTO GENERAL Y SE IRÁN A HIDRATAR	
18. CENTRAL	1. TRABAJO DE TECNICA DE CARRERA ,2. COREOGRAFÍA NIVEL 1 Y 2 DE GIMNASIA AEROBICA EN PAREJAS O TRIOS RESALTANDO EL LIDERAZGO DE LOS INTEGRANTES, 3. REALIZAR EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO PARA TREN INFERIOR	20MIN,20MIN,30MIN	SE INICIARA CON UN TRABAJO DE TECNICA DE CARRERA REALIZANDO EJERCICIOS EDUCATIVOS ,LUEGO TRABAJO DE INVERTIDAS O MEDIA LUNAS, LACONDICIÓN ES QUE DEBE REALIZARSE CON UN COMPAÑERO,LUEGO DE ESTO REALIZARAN ESQUEMAS DE GIMNASIA AEROBICA EN PAREJAS O TRIOS DE TAL FORMA QUE LOS TRES LIDEREN EL EQUIPO. POR ULTIMO REALIZAREMOS EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO DE CORE BÁSICOS	
19. FINAL	1. ESTIRAMIENTOS DE POSICIÓN DE SPLIT Y SPAGAT 2. RETRO ALIMENTACIÓN DE LA CLASE.	15MIN,8 10MIN	ESTIRAMIENTO DE TREN SUPERIOR Y DE FORMA DISTAL A PROXIMAL, ESTIRAMIENTO DE INFERIOR, SEGUIDO DE LA FLEXIBILIDAD (SPLIT, SPAGAT, ARCOS, HOMBROS FINALMENTE RETYROALIMENTACION 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. CARLOS SANZ DE SANTAMARIA			Nombre Instructor: SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-27	5. Centro de Interes GIMNASIA	8. Localidad: Barrios Unidos	CONOCER LA TECNICA DE CARRERA Y APLICARLA EN JUEGOS DE RELEVOS Y TRADICIONALES
3. Hora:	Lunes,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	OBSERVAR LA CAPACIDAD DEL ESTUDIANTE ANTE EJERCICIOS COMPLEJOS DE COORDINACIÓN
4. Grupo:	GIMNASIA 1		10. Edades:	EJECUTAR MOVIMIENTOS DE COORDINACION QUE OBLIGUEN AL ESTUADIANTE A MANTENERSE CONCENTRADO Y POSITIVO ANTE LA FRUSTRACION

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014258148	THOMAS ALEJANDRO HERNANDEZ	Asistio
1014881634	SEBASTIAN PULIDO	Asistio
1014881832	JONATHAN DAVID MONTILLA	Asistio
1014881910	MATEO LOPEZ	Asistio
1014882511	MARIANA CASTIBLANCO	No asistio
1014882995	MARIA ALEJANDRA PEREZ	Asistio
1014883192	SARA CASTRO	Asistio
1014883471	MAXIMILIANO LEON	No asistio
1017062497	MARIANA PINZON	No asistio
1018476146	SARA VALENTINA RAMIREZ	Asistio
1019089267	JULIAN DAVID BELTRAN	Asistio
1019151497	GRAYBERT JESUS CUBILLOS	No asistio
1023399178	ANDRES ESTEBAN LUGO	No asistio
1028499965	KENYA XIMENA GARCES	No asistio
1028950062	SAMANTHA KEIT LICONA	No asistio
1029288863	JUAN DAVID GIRON	Asistio
1031830565	SARA NICOLE RAMOS	No asistio
1031831999	SANTIAGO DIAZ	Asistio
1034302295	DAMIAN ALEJANDRO CRUZ	No asistio
1042977788	FRANK ENRIQUE HORTA	No asistio
1045754660	THOMAS ALEJANDRO MEJIA	Asistio
1076913713	ALEJANDRO POLANCO	No asistio
1096227601	IKERT CERVANTES	Asistio
1141126973	MIGUEL ANGEL ROJAS	Asistio
1141128573	LAURA MANUELA RUIZ	Asistio
1147488706	DANA ISABELLA GONZALEZ	Asistio
1220214234	SAMUEL FELIPE MEJIA	Asistio
142610035	SALEM ABIGAIL TORRES	No asistio
55555	GENESIS DAIKELIS CASTRO	No asistio
N37663884881	SEBASTIAN ALFONSO LINARES	Asistio

SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO