**PLAN DE CLASE**
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. JOSE ANTONIO RICAURTE | | | Nombre Instructor: SUSAN JHOANN VARGAS CASTRO | **11. OBJETIVO DE CLASE** |
| 2. Fecha: | 2019-06-04 | 5. Centro de Interes GIMNASIA | 8. Localidad: Barrios Unidos | ENSEÑAR LA IMPORTANCIA DE USAR LOS MATERIALES ADECUADOS PARA SU PROPIA PROTECCIÓN |
| 3. Hora: | Martes,12:00:00,13:00:00 | 6. Nº de Sesion: 3 | 9. Nº de Semana: 2 | DESARROLLAR LA CAPACIDAD DEL ESTUDIANTE DE MANTENER LA TÉCNICA DE LOS MOVIMIENTOS EN DIFERENTES ESCENARIOS |
| 4. Grupo: | GIMNASIA 3 | | 10. | REALIZAR ROLLOS ADELANTE Y PARADA DE MANOS EN DIFERENTES ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PARA QUE EL ESTUDIANTE EXPERIMENTE LA IMPORTANCIA DEL MISMO |
| **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 INTEGRACION FORMAS FIGURAS 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 ESTIMULANDO EL LIDERAZGO DENTRO DEL GRUPO, LUEGO SE LES EXPLICARA LAS REGLAS DEL JUEGO FORMAS FIGURAS EN CUAL DEBEN FORMAR UNA FORMA O FIGURA PROPUESTA POR EL FORMADOR EN VARIAS POSICIONES DEL CUERPO ESTE TRABAJO DEBEN HACERLO EN GRUPOS DONDE UNO DE LOS NIÑOS DEBERA TOMAR EL LIDERAZGO Y ORGANIZAR SU GRUPO PARA LOGRAR EL OBJETIVO ,POR ULTIMO SE REALIZAR UN ESTIRAMIENTO GENERAL Y SE IRÁN A HIDRATAR | |
| 18. CENTRAL | 1. TRABAJO EN PAREJAS DE ROLLOS EN TODOS LOS SENTIDOS E INVERTIDA2. COREOGRAFÍA NIVEL 1 Y 2 DE GIMNASIA AEROBICA EN PAREJAS O TRIOS RESALTANDO EL LIDERAZGO DE LOS INTEGRANTES, 3. REALIZAR EJERCICIOS DE FORTALECIMIENTO PARA CORE | 20MIN,20MIN,30MIN | SE INICIARA CON UN TRABAJO EN PAREJAS EN EL CUAL REALIZARAN DIFERENTES MOVIMIENTOS DE LA GIMNASIA APRENDIDOS COMO ROLLOS ADELANTE Y ATRAS, INVERTIDAS O MEDIA LUNAS, LA CONDICIÓN ES QUE DEBE REALIZARSE CON UN COMPAÑERO AL MISMO TIEMPO TRATANDO DE IMITAR EL MOVIMIENTO, 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 BASICOS | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 19. FINAL | 1. ESTIRAMIENTOS DE POSICION DE SPLIT Y SPAGAT 2. RETROALIMENTACION DE LA CLASE. | 15MIN,8MIN | ESTIRAMIENTO DE TREN SUPERIOR Y DE FORMA DISTAL A PROXIMAL,<br>ESTIRAMIENTO DE INFERIOR, SEGUIDO DE LA FLEXIBILIDAD (SPLIT, SPAGAT, ARCOS, HOMBROS FINALMENTE<br>RETYROALIMENTACION DE LOS ASPECTOS POSITIVOS DE CADA UNO EN LA EJECUCION Y APRENDIZAJE DE LOS ESQUEMAS. | |

**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: | 2019-06-04 | 5. Centro de Interes GIMNASIA | 8. Localidad: Barrios Unidos | ENSEÑAR LA IMPORTANCIA DE USAR LOS MATERIALES ADECUADOS PARA SU PROPIA PROTECCIÓN |
| 3. Hora: | Martes,12:00:00,13:00:00 | 6. Nº de Sesion: 3 | 9. Nº de Semana: 2 | DESARROLLAR LA CAPACIDAD DEL ESTUDIANTE DE MANTENER LA TÉCNICA DE LOS MOVIMIENTOS EN DIFERENTES ESCENARIOS |
| 4. Grupo: | GIMNASIA 3 | | 10. Edades: | REALIZAR ROLLOS ADELANTE Y PARADA DE MANOS EN DIFERENTES ELEMENTOS DE PROTECCIÓN PARA QUE EL ESTUDIANTE EXPERIMENTE LA IMPORTANCIA DEL MISMO |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1014878094** | ANGEL EMILIO MUÑOZ | Asistio |
| **1014881402** | VANESSA SOFIA BARRERO | Asistio |
| **1011327868** | JUAN MANUEL PUMBA | No asistio |
| **1013274115** | DINCOLD YULIAN BERNAL | Asistio |
| **1015447809** | JUAN PABLO MARTINEZ | Asistio |
| **1014883249** | JOHAN SEBASTIAN MEDINA | No asistio |
| **19586037** | NATHALIA VALENTINA CORRO | No 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 | No asistio |
| **1015452224** | SANTIAGO NO APLICA CUADRADO | Asistio |
| **1016599941** | SAMUEL SALAMANCA | Asistio |
| **1018464389** | CAMILO ESTHEBAN RODRIGUEZ | No asistio |
| **1019094339** | MARTIN GARCIA | No 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 | No asistio |
| **1028875129** | JANA ISABELLA LOSADA | No asistio |
| **1028722790** | JHONN EDDY ALVAREZ | Asistio |
| **1028499879** | KEIMER ESTIVEN CHARRASQUIEL | Asistio |