PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. REPUBLICA DE CHINA			Nombre Instructor: JORGE GUIOVANNI ORTIZ GRANADOS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-17	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	Fortalecer los conocimientos aprendidos en la práctica de porrismo en el alumno, a nivel acrobático, gimnástico a nivel grupal e individual para generar un buen trabajo en equipo, también para generar confianza los unos con los otros, basándose en el respeto, la solidaridad, la comunicación y el orden.
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:35:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 5	Identificar las habilidades gimnasticas y acrobáticas en los alumnos para establecer las bases y flyers al momento de trabajar en grupos acrobáticos por medio de formaciones que ayudan a guiar al alumno en la ubicación espacial y cambios de planimetrías mediante las ejecuciones de los diferentes ítems que componen una rutina de porras (inicio, desplazamientos, grupos acrobáticos, saltos, pirámides gimnasia y baile).
4. Grupo:	PORRAS 4		10.	Promover la seguridad individual y grupal en el dominio de las técnicas en los grupos acrobáticos generando que los alumnos logren tanto las ejecuciones como el cuidado de unos a otros, a nivel gimnástico que los alumnos dominen los diferentes elementos básicos sin ayuda, incrementando la autoconfianza y lograr subir niveles de dificultad.
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Verificación de asistencia, charla técnica y explicación del plan de trabajo.	30 minutos	Se realiza un trote en cancha dura de 5 minutos, Se ubica el equipo en formaciones diferentes cada sesión se da paso a la movilidad articular y estiramiento oseo muscular general enfocado a los saltos y los diferentes elementos de gimnasia que se están trabajando.	
18. CENTRAL	Desarrollo del plan de trabajo, seguimiento técnico grupal e individual para lograr que los integrantes logren el desarrollo de la técnica adecuada	70 minutos	Se repasarán y corregirán las bases fundamentales del porrismo comenzando por las posiciones básicas (basic cheer motions) Begining, high v, touch down, t, media t, low v, k, l, etc. Se enseñará a los alumnos el calentamiento de cheer ejecutando saltos en x, y saltos en 2 2 1, se enseñaran los fundamentos y posiciones básicas de la gimnasia para generar una correcta postura y el fortalecimiento de los grupos musculares, se enseñara y corregirán los siguientes elementos: posición side, parada de manos (invertida), rollo adelante, rollo atrás y media luna.	

19. FINAL	Vuelta a la calma, análisis del entrenamiento, búsqueda de valores grupales solidaridad y motivación a la siguiente práctica.	20 minutos	Estiramiento final vuelta a la calma y balance de los elementos realizados en la sesión de clase	

JORGE GUIOVANNI ORTIZ GRANADOS

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. REPUBLICA DE CHINA			Nombre Instructor: JORGE GUIOVANNI ORTIZ GRANADOS	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-17	5. Centro de Interes PORRAS	8. Localidad: Engativa	Fortalecer los conocimientos aprendidos en la práctica de porrismo en el alumno, a nivel acrobático, gimnástico a nivel grupal e individual para generar un buen trabajo en equipo, también para generar confianza los unos con los otros, basándose en el respeto, la solidaridad, la comunicación y el orden.
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:35:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 5	Identificar las habilidades gimnasticas y acrobáticas en los alumnos para establecer las bases y flyers al momento de trabajar en grupos acrobáticos por medio de formaciones que ayudan a guiar al alumno en la ubicación espacial y cambios de planimetrías mediante las ejecuciones de los diferentes ítems que componen una rutina de porras (inicio, desplazamientos, grupos acrobáticos, saltos, pirámides gimnasia y baile).
4. Grupo:	PORRAS 4		10. Edades:	Promover la seguridad individual y grupal en el dominio de las técnicas en los grupos acrobáticos generando que los alumnos logren tanto las ejecuciones como el cuidado de unos a otros, a nivel gimnástico que los alumnos dominen los diferentes elementos básicos sin ayuda, incrementando la autoconfianza y lograr subir niveles de dificultad.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1001201228	MIGUEL ANGEL JAIMES	Asistio
1001111352	CAROL TATIANA ROCHA	Asistio
1000065845	GERALDIN ALEJANDRA BELLON	Asistio
1019602841	LIZZETH VERONICA BERNAL	Asistio
1014180850	SOFIA ESCORCIA	Asistio
1059236560	ANA MARIA RODRIGUEZ	Asistio
1032797269	LEIDY GABRIELA MORALES	Asistio
1000224819	MAYERLI ERAZO	Asistio
1011320202	LAURA GABRIELA SERRANO	Asistio
1021512630	LERYLLEIM AGUIRRE	Asistio
N37664156393	DARILENNY SANTIAGO	Asistio
1016944721	ERICK SANTIAGO ESQUIVEL	No asistio
1019602849	DEISY JOHANA MONTAÑA	Asistio
1000473211	LESLIE CATALINA MARIN	Asistio
1000382360	CAROL DANIELA CHAPARRO	Asistio
1001185406	JAIR AUGUSTO VARGAS	Asistio
1011082089	MARIA FERNANDA VALENCIA	Asistio
1001202212	DAVID DUQUE	Asistio

JORGE GUIOVANNI ORTIZ GRANADOS

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO