PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS (IED) (NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**HECTOR JULIO CASTRO AGUDELO**
3. FECHA:	2022-09-08	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	19
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Afianzo la motricidad del estudiante en beneficio de la practica y desarrollo del Taekwondo

COGNITIVA :
Reconozco el aprendizaje de comandos y terminología propia del Taekwondo

PSICOSOCIAL :
El nin?o o la nin?a por medio de las actividades del centro de interés fortalece su carácter para tomar decisiones adecuadas respecto a su entorno.

LUDICA :
Analizo diversas situaciones recreativas y doy respuesta a ellas desde la práctica del Taekwondo

TEMA :
AFIANZO LOS MOVIMIENTOS QUE EJCUTAN GOLPES EN COMBINACION

SUBTEMAS :
Vuelta a la calma, ejercicios dirigidos y controlados de estiramiento general del cuerpo.

IMPLEMENTACION :
AREA DE TRABAJO CANCHA FRENTE AL COLEGIO, CONOS, AROS, DISCOS, PALETAS, PAOS.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo marcial: protocolario que se realiza en todas las clases (Chunbi, charyot, Kyongne). Parcela miento del centro de interés: Llamado de asistencia de los estudiantes que participan en la sesión de clase. Socialización del componente psicosocial: Los estudiantes aprenden la importancia del respeto y el cuidado de las demás en las actividades realizadas en clase. Movilidad articular: general del cuerpo empezamos con la cabeza para terminar con los pies.

TIEMPO
5. minutos. 10. minutos. 10. minutos. 10. minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Los estudiantes realizan la ronda mi tía Jacinta. Los estudiantes realizan trabajo de motricidad gruesa, salta por encima de los conos (10), llega al final toca el cono y vuelve a su lugar. Los estudiantes realizan saltos cortos como un canguro de un lugar a otro. Los estudiantes realizan avanzando en posicion de guardia salto al frente y a 45 grados. Los estudiantes realizan combinaciones de are makki y puño frontal. Los estudiantes realizan posicion ap cubi sogui con defensa olgul makki y puño frontal Los estudiantes realizan pateo ap sogui, posicion ap cubi sogui y doble puño frontal.

TIEMPO
5 minutos. 5 minutos. 5 minutos. 10 minutos. 10 minuto 10 minutos. 10 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
los estudiantes ejecutan desplazamiento frontal ejecutando la posicion ap cubi sogui puño frontal, defensa olgul makki y puño frontal 10 veces por cada lado.

TIEMPO
10 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma, ejercicios dirigidos y controlados de estiramiento general del cuerpo. Retroalimentación de lo aprendido en clase, falencias y aciertos. Hidratación. Despedida mística propia del taekwondo (chunbi, charyot, kyongne) Clase sujeta a cambios.

TIEMPO
20 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVO SAN ANDRES DE LOS ALTOS			Nombre Instructor: HECTOR JULIO CASTRO AGUDELO	
2. Fecha:	2022-09-08	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 19	
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1190214432	VALERYN DAYANA BAUTISTA	Asistio
1022984223	OMAR STIVEN CALDERON	Asistio
1140925892	JUAN JOSE CARVAJALINO	Asistio
1220215469	SARA SOPHIA CORREDOR	Asistio
1140926465	SARA SOFIA HUERTAS	Asistio
1140926693	NICOLLE LABRADAA	Asistio
1022979359	MARYORY YISED MARTINEZ	Asistio
1201233123	LIAM ANTONY MONTES	Asistio
1072428862	SAMUEL CAMILO MORALES	Asistio
N37664281724	ASTRID SHADAY ROMERO	Asistio
1140924391	DANNA ROCIO SALGADO	Asistio
1140923473	PAULA CAMILA SANCHEZ	Asistio
N37664980244	HENDRICK DAVID SILVA	Asistio
1140923997	ISABEL SOFIA VALLEJO	Asistio
1023931431	CAMILO ANDRES VANEGAS	Asistio
1140924209	YANFER ESTEBAN BOODER	Asistio
1018518120	FRAIDEMAR JOSE PEREZ	Asistio
1201234130	ADRIANA LUCIA NUÑEZ	Asistio
1028871854	DEINER ENRIQUE WILCHES	Asistio
1028496259	MIA GABRIELA CLAVIJO	Asistio
1032458735	DANIEL MATIAS BAQUERO	Asistio
1123512031	CRISTIAN DAVID RIVERA	Asistio
1022985112	JUAN SEBASTIAN PUERTA	Asistio
1021684759	DAVID ESTEBAN TORRES	Asistio
1023001146	MARIA ISABELA PEÑA	Asistio