

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:	2022-09-02	4. HORA:	Viernes,14:00:00,16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Usme	8. N° DE SEMANA:	18
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 : REFUERZO ACCIONES DESDE POSTURAS BÁSICAS, A DIFERENTES RITMOS, CON O SIN IMPLEMENTOS Y CON COMPAÑEROS			
SUBTEMAS : DESARROLLO FUNDAMENTOS TÉCNICOS Y TÁCTICOS			
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 el juego el gato y el raton. Los estudiantes realizan trabajo de fuerza de piernas, tres series de 12 unidades. Los estudiantes realizan trabajo de fuerza de brazo, tres series de 10 unidades.. Los estudiantes realizan trabajo de fuerza abdominal, tres series de 10 unidades. Los estudiantes realizan tecnicas de pateo frontal y dolio cahgui, 15 unidades por cada pierna Los estudiantes en parejas pracr Rican la tecnica de pateo dolyo cahagui, 15 unidades con cada pierna Los estudiantes ejecutan la tecnica de pateo hacha o nico ghacgui, 15 unidades con cada pierna TIEMPO 5 minutos. 5 minutos. 5 minutos. 10 minutos. 10 minutos. 10 minutos. 10 minutos.			
RETO : ACTIVIDADES Los estudiantes realizan las tres técnicas de pateo con una sola pierna 10 veces, y cambia de pierna. 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:	2022-09-02	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,14:00:00,16:00:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 18	
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1140923963	JUSTIN ALEJANDRO ARIAS			Asistio
1140925368	SARA CAMILA BELTRAN			Asistio
1140924348	JOHAN SMITH BOJACA			Asistio
1140923849	MARIA KAMILA FERRUCHO			Asistio
1028620670	MAUREN SOFIA GARCIA			Asistio
1140923749	MARIA CAMILA GARRIDO			Asistio
1032456843	JOSTIN FABIAN HERRERA			Asistio
1013011673	LAURA CAMILA MARIN			Asistio
1140924316	MELANNY NATALIA MORENO			Asistio
1140920430	BRIYIT KATERINNE NIETO			Asistio
1064724204	DAIBER STEVEN PEÑALOZA			Asistio
N37664708676	JEAN CARLOS PORTILLO			Asistio
1022991380	YESLY CATHERIN QUIJANO			Asistio
1029284379	JOSUE EMANUEL RIVERO			Asistio
1140923901	ADRIAN FELIPE RODRIGUEZ			Asistio
1050963111	DILAN JESUS SALAMANCA			Asistio
1090809405	JEISON EDUARDO SARMIENTO			Asistio
1023029754	JENNIFER ANDREA SANCHEZ			Asistio
N37664447806	YORWAN RONAIAKER TORRES			Asistio
1142929901	Cristian Villa			Asistio
N37664679555	JEANNA SOPHIA VILLARROEL			Asistio
1140923472	JEANFILLIP YUCUMA			Asistio
1082158174	SOFIA GOMEZ			Asistio
1043306689	ANGEL ALBERTO ZUÑIGA			Asistio
1027528410	KAREN LORENA GONZALEZ			Asistio
1028621044	MARTIN ANDRES MONTES			Asistio
1022981672	BRENDA LIZETH LOPEZ			Asistio
1140924859	JHOSTIN ANDRES DUARTE			Asistio
1140916987	ANDERSSON JULIAN LONDOÑO			Asistio
N37665420683	YOSMARLYN NAZARETH GUERRA			No asistio
1011216727	JIMENA ALEJANDRA GUTIERREZ			Asistio
1141333035	CRISTIAN CAMILO HURTADO			Asistio
N37665595694	LUIS SANTIAGO GODOY			Asistio