PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RAFAEL URIBE URIBE (IED) (RAFAEL URIBE URIBE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ**
3. FECHA:	2023-06-16	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identifico mi cuerpo y el movimiento como medio de exploración, descubrimiento y disfrute de sus posibilidades motoras

COGNITIVA :
Conozco la información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje, o a la experiencia.

PSICOSOCIAL :
Identifico y expreso mi autoconcepto mediante una representación grafica y descriptiva de mi mismo mediante la elaboración de un títere y una carta.

LUDICA :
Interpreto situaciones de actividades recreativas en el centro de interés y propongo diversas soluciones

TEMA :
1 COMPONENTE PSICOSOCIAL AUTOCONCEPTO. 2 DEFENSA Y ATAQUE CON BRAZO. 3 POOMSAE GUIBON CUADRADO

SUBTEMAS :
1 Autoconcepto y autoestima. 2 Are - montul - olgul maki 3 Poomsae guibon cuadrado

IMPLEMENTACION :
Cartulina. bola icopor, lana, colbon, colores,

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1 Llamado a lista y explicación de las temáticas a desarrollar, en este espacio se reflexiona en grupo sobre el significado de autoconcepto y autoestima. 2 Individualmente elaborar un títere que lo represente físicamente, para ello emplearan ,los materiales solicitados la sesión de clase anterior, este tendrá que ser muy llamativo y creativo. 3 Terminado el títere los estudiantes proceden a redactar un listado de aspectos positivos y negativos de si mismo como autoconcepto, estrategia que le ayude a su reconocimiento y mejora de su autoestima. Articulación proyecto ciudadanía y convivencia (Fortalecer el cuidado de sí mismo por medio de estrategias de amor propio, para proyectarlo al cuidado por su entorno.

TIEMPO
30

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1 Trote por parejas y con cambios de velocidad por el espacio asignado para la sesión de clase durante 8 minutos continuos. 2 Con la pareja del trote realizar trabajos de flexibilidad por series de 30 segundos cada actividad, trabajan los dos compañeros alternando uno y luego el otro. Los ejercicios son establecidos por el formador. 3 En formación mediante imitación asimilar y ejecutar cada una de las técnicas de defensa de brazo are - montol - olgul maki de manera estática. Realizar 4 series de 10 repeticiones de cada defensa. 4 Mediante callejones de trabajo realizar 4 con cada una de las técnicas de defensa avanzando, estas las vamos a realizar desde postura ap y ap kubi sogui. 5 Encadenar defensas y pateo según indicaciones del formador para ello trabajaran en parejas. 6 Asimilar gibón cuadrado mediante imitación.

TIEMPO
60

RETO :
ACTIVIDADES
Por parejas ensayar y presentar al grupo el esquema de gibón cuadrado.

TIEMPO
20

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1 Estiramientos generales y ejercicios de relajación muscular. 2 Caminata por el espacio de trabajo. 3 Retroalimentación de la sesión de clase.

TIEMPO
10

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	
2. Fecha:	2023-06-16	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025539950	YEISON ESNEIDER LOPEZ	Asistio
1029283954	MARIAN MORENO	Asistio
1027526818	GERALDINE STEPHANI PAEZ	Asistio
1084256496	SEBASTIAN RIOS	Asistio
N37664639030	ZURI MAR ROJAS	Asistio
1030284381	SAMUEL ALEJANDRO CESPEDES	Asistio
1189713574	CRISTOFER ALEJANDRO SOLER	Asistio
1018461096	NICOLAS BARRETO	Asistio
1025546563	LUCAS ALEJANDRO CASTILLO	Asistio
1016721427	MAICOL ESTEBAN CHIQUIZA	Asistio
1031135004	EILYN SOFIA JIMENEZ	Asistio
1028800052	WILSON JIMENEZ	Asistio
1034782904	SANTIAGO MONTENEGRO	Asistio
1024551924	EMERSON STIVEN PEREZ	Asistio
1012921725	JHOAN SEBASTIAN SACRISTAN	Asistio
1068974222	HEIDY YURANI SALCEDO	Asistio
1023389124	HEIDI ANGELICA CASTAÑO	Asistio
1031138620	MARIANA ALEJANDRA CUADROS	Asistio
1027531034	JORGE ALEJANDRO ORJUELA	Asistio
1023391580	SARA GISELL ORTEGON	Asistio
1074814420	WENDY ALEXANDRA PENAGOS	Asistio
1025541612	ROBERTO CARLOS SALAS	Asistio