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:	2023-06-08	4. HORA:	Jueves,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 :
Conozco la importancia del afecto y la norma en los diferentes entornos sociales.

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

TEMA :
ASOCIO ACCIONES CON DESPLAZAMIENTO SIN ADVERSARIO CON PATEO

SUBTEMAS :
Exploro KIORUGUI SOGUI: POSICION DE COMBATE - Desplazamiento adelante, atrás Ejecuto BANDAL CHAGUI – Patada semicircular baja Identifico Combinación patada Bandal chagui y Ap chagui, en avance

IMPLEMENTACION :
Escenario deportivo Paos. Paletas Conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1 Bienvenida a los estudiantes y objetivos de la clase. 2 Llamado a lista. 3 Conversatorio formador estudiantes sobre la relación del afecto y la norma en los entornos sociales. 4 Movilidad articular cefalo caudal. 5 Trote alrededor del espacio de trabajo durante 5 minutos con cambios de velocidad. 6 Juego la lleva por parejas. 7 Estiramientos generales.

TIEMPO
30

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1 Desde formación trabajar mediante imitación postura de combate con cambios de guardia, se debe explicar las características propias de la postura para que los estudiantes logren interiorizar el gesto técnico. 2 Por parejas frente a frente realizar trabajos de desplazamiento desde postura de combate simulando desplazamientos de competencia en ataque y en defensa. 3 En circulo mostrar técnica de patada bandal chagui en sus diferentes fases de ejecución, los estudiantes comentaran las características del gesto en cada fase. 4 Desde postura de combate replicar la técnica de patada bandal chagui al aire siendo consiente de cada una de sus fases, para ello utilizo como ayuda una pared que me facilite interiorizar el giro corporal para su realización, ejecutar 4 series de 20 patadas por cada guardia. 5 Por parejas con paleta de pateo practicar patada bandal chagui desde postura de combate en avance y en retroceso. 6 Combate sombra por parejas sin contacto.

TIEMPO
60

RETO :
ACTIVIDADES
Desde postura de combate realizar 10 técnicas de patada bandal chagui a la paleta sin dejar caer la pierna, el reto se cumple cuando logre la actividad con los dos pies.

TIEMPO
10

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1 Vuelta a la calma mediante caminata al rededor del espacio. 2 Ejercicios de Respiración. 3 Retroalimentación de la clase.

TIEMPO
20

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:	2023-06-08	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	TAEKWONDO 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028786141	OSCAR SANTIAGO BELTRAN	Asistio
1028785430	EMANUEL CRESPO	Asistio
1025540915	HANNY SOFIA LOPEZ	Asistio
1033726224	KAREN JULIANA NAVARRETE	Asistio
1014668376	LAURA VALENTINA LOPEZ	Asistio
1028786080	JULIANA PUENTES	Asistio
1029146089	AURA SOPHIA RAMIREZ	Asistio
1028800213	MARIA FERNANDA ACEVEDO	Asistio
1014670362	LAURA CAMILA GALINDO	Asistio
1033706392	KAREN JISSELA LARIOS	Asistio
1028785422	SAMUEL ANDRES MORENO	Asistio
1025538271	LIZETH ORJUELA	Asistio
1028489434	SANTIAGO QUEVEDO	Asistio
1032798400	JHOSTIN SMITH RIVEROS	Asistio
1022967634	KAREN DAYAN RODRIGUEZ	No asistio
1026565249	HARRY THOMAS RODRIGUEZ	Asistio
1031127516	LUIS SEBASTIAN ROMERO	No asistio
1022967424	ANGEL TOMAS SANCHEZ	No asistio
1025541348	VALERIA RODRIGUEZ	Asistio
1021680657	KAREN LUCIA RUBIO	Asistio