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:	2023-07-17	4. HORA:	Lunes,08:30:00,10:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
1 Estiramientos generales en circulo. 2 Ejercicios de respiración. 3 Retroalimentación de la clase.

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

PSICOSOCIAL :
Reconozco y expreso la autoimagen que tengo a nivel físico con sigo mismo y con mi entorno.

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

TEMA :
EJECUTO LOS PASOS A SEGUIR PARA LA EJECUCIÓN TÉCNICA DE LA PATADA CIRCULAR MEDIA-ALTA, DOLLYO CHAGUI

SUBTEMAS :
Desarrollo los pasos a seguir para la ejecución técnica Desarrollo la ejecución técnica con implementos de pateo Desarrollo la ejecución técnica con implementos de pateo en circuito

IMPLEMENTACION :
Paos y paletas, aros

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1 Llamado a lista, explicación de los objetivos de la clase. 2 Mediante charla interactiva tratamos tema psicosocial realizándoles la pregunta que les gusta de ellos. 3 Movilidad articular céfalo caudal dinámica mediante trote continuo. 4 Juego la lleva por parejas cogidos de las manos. 5 Estiramientos generales por parejas.

TIEMPO
30

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1 Ejercicios de flexibilidad por parejas que ayuden a mejorar la realización de la técnica dollio chagui. 2 En formación mediante imitación replicar las etapas de ejecución de técnica de patada gira, según indicaciones del formador. 3 Trabajo de pasillo desde postura de combate avanzando realizando la técnica de pateo dollio. 4 Por parejas desde el puesto afianzar la ejecución de la patada dollio golpeando al pao. 5 Ejercicio anterior avanzando por trabajo de pasillo, haciendo énfasis en la altura de la patada y el giro del pie de apoyo. 6 Por parejas encadenamientos de pateo frente, lado, gira simulando realidad de competencia. Para las diferentes actividades propuestas los estudiantes llevaran la voz de mando en la ejecución de cada una de las repeticiones en Coreano afianzando los procesos de articulación con el área de idiomas segunda lengua.

TIEMPO
60

RETO :
ACTIVIDADES
Por parejas con material de pateo uno a uno realizar el mayor numero de patadas dolio en un minuto, realizar tres series gana el reto quien terminadas las series y sumadas la ejecuciones realice mas técnicas que el otro.

TIEMPO
10

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1 Estiramientos generales en circulo. 2 Ejercicios de respiración. 3 Retroalimentación de la clase.

TIEMPO
20

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	
2. Fecha:	2023-07-17	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Lunes,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028489381	DANNA SOFIA ABRIL	No asistio
1012922228	ALISSON LIZETH AGUIRRE	Asistio
1030569587	DIDIER SANTIAGO FISGO	Asistio
1028800668	BERNARDO GALERA	Asistio
1033758352	MIGUEL ANGEL QUINTERO	Asistio
1026565763	DARWIN FAVIAN RODRIGUEZ	Asistio
1025548124	STHEFANY ALEJANDRA RODRIGUEZ	Asistio
1027287738	JUAN ESTEBAN CAMACHO	Asistio
1094056927	JOSE LUIS MENDOZA	Asistio
1027531033	DANIEL STIVEN ORJUELA	Asistio
1031142666	KATRIEL VALENTINA ORTIZ	Asistio
1025548064	YENSI CARINA RAMIREZ	Asistio
1031150452	DAYANA VALENTINA RAMIREZ	Asistio
1033757568	CELESTE REALPE	Asistio
1029288292	MICHELLE DAYANNE SUA	Asistio
1016959572	SAMUEL STEVEN CASTRO	Asistio
1028788489	JHOAN SEBASTIAN CORREA	Asistio
1010967105	DANNA VALENTINA HERNANDEZ	Asistio
1033107405	JUAN DAVID MATEUS	Asistio
1024543409	DAMIAN STEVEN MONTERO	Asistio
1028788806	HIANN SNEIDER ORTIZ	No asistio
1025547403	MARIANA VELASQUEZ	Asistio