PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-09	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Compara con otras entidades lo brindado y así valora lo obtenido.
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 5	Desarrolla la capacidad de elongar sus músculos en movimientos propios del taekwondo sin causar daño alguno con movimientos pasivos y/o activos
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10.	Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución técnica de la patada frontal, AP CHAGUI, propia de poomsae
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	1)calentamiento dinámico 2)levantamiento de pierna en técnicas de calentamiento de pateo	20 min	1)calentamiento dinámico; balón mano y cazadores 2)levantamiento de pierna en técnicas de calentamiento de pateo: oligui ticumchi, oligui chocto	
18. CENTRAL	1)patadas frontales 2)patadas de empuje 3)técnicas de combate 4)taeguk 1	80 min	1)patadas frontales; Ap, tuit, ticumchi 2)patadas de empuje : yop, tora yop 3)técnicas de combate: combate deportivo, acciones propias del combate deportivo 4)taeguk 1	
19. FINAL	1)revisión de técnicas vistas 2)recordar técnicas de defensa personal	20 min	1)revisión de técnicas vistas 2)recordar técnicas de defensa personal, llaves de safar se, llaves de control, llaves de luxación.	

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-09	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Compara con otras entidades lo brindado y así valora lo obtenido.
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 5	Desarrolla la capacidad de elongar sus músculos en movimientos propios del taekwondo sin causar daño alguno con movimientos pasivos y/o activos
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución técnica de la patada frontal, AP CHAGUI, propia de poomsae

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031137377	DILAN ALEXANDER HENAO	No asistio
1029283752	NICOLAS ALEXANDER HERNANDEZ	Asistio
1023383985	CRISTIAN CAMILO LEON	Asistio
1074527772	LESLY CAMILA LOZANO	Asistio
1027530394	MARIANA MALPICA	Asistio
1022966838	ANDRES FELIPE MONCADA	Asistio
1020746959	YERMAN MAURICIO MONTERO	Asistio
1029560858	SANTIAGO NARVAEZ	Asistio
1011104437	JHON EDUAR ORDO?EZ	Asistio
1141119965	JULIAN SANTIAGO PACHON	Asistio
1012364681	DAVID ALEJANDRO POVEDA	Asistio
1033738765	LUISA FERNANDA RAMIREZ	Asistio