PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-02	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Asume la autoridad a partir del reconocimiento de conocimiento que aporta a su mejora deportiva, motriz, cognitiva y social.
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 4	Desarrolla una toma de conciencia de sus fortalezas y debilidades por segmentos corporales en función de la disciplina deportiva.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10.	Desarrollo de técnicas de caídas, rollos, y saltos de longitud - altura, para mejorar segmentación y espacio temporal
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	1)explicación actividades del día 2)actividad dinámica, cogidas infinitas 3)ponchadas con Stop 4)canguros y escorpiones	20 min	1)explicación actividades del día 2)actividad dinámica, cogidas infinitas, sera un todos contra todos donde se atrapan unos a los otros los que son atrapados adoptaran una posición baja o agachada, los demás se seguirán atrapando entre si, quedas libre nuevamente solo cuando hayan atrapado a quien te cogió a ti y en ese momento puedes continuar cogiendo. 3)ponchadas con Stop, se arman 4 bases con conos y uno de los integrantes del grupo sera quien ponche, el juego arranca cuando alguno arranca en dirección al cono de la base siguiente o el ponchador lanza la pelota al cielo, la idea es completar 5 vueltas a las bases sin ser ponchados, así se gana el juego si eres ponchado deberá comenzar de cero las vueltas. 4)canguros y escorpiones.	
18. CENTRAL	1)ejecución rollo adelante 2)ejecución rollo pescado altura 3)ejecución rollo pescado longitud	80 min	1)ejecución rollo adelante (en colchonetas deben realizar ejecución de rollo adelante) 2)ejecución rollo pescado altura (se les colocara obstáculos un lazo o cubos de salto en espuma, para que sobrepasen la medida usando rollo pescado en altura) 3)ejecución rollo pescado longitud (se les colocara obstáculos un cono o cubos de salto en espuma, para que sobrepasen la medida usando rollo pescado en distancia o longitud)	
19. FINAL	forma básica de puños	20 min	forma básica de puños	

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-02	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Asume la autoridad a partir del reconocimiento de conocimiento que aporta a su mejora deportiva, motriz, cognitiva y social.
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 4	Desarrolla una toma de conciencia de sus fortalezas y debilidades por segmentos corporales en función de la disciplina deportiva.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	Desarrollo de técnicas de caídas, rollos, y saltos de longitud - altura, para mejorar segmentación y espacio temporal

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031137377	DILAN ALEXANDER HENAO	Asistio
1029283752	NICOLAS ALEXANDER HERNANDEZ	Asistio
1023383985	CRISTIAN CAMILO LEON	No asistio
1074527772	LESLY CAMILA LOZANO	No asistio
1027530394	MARIANA MALPICA	No 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

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO