PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-03	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:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 5	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 2		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:	2019-05-03	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:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 5	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 2		10. Edades:	Desarrollo de técnicas de caídas, rollos, y saltos de longitud - altura, para mejorar segmentación y espacio temporal

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028786421	CHAROL LICE RAMOS	Asistio
1022970480	EMILY SARAY RIAÑO	Asistio
1030592433	SARA GABRIELA RIVERA	Asistio
1014994014	YAMIR SANTIAGO RUBIO	Asistio
1014991868	JUAN ESTEVAN RUIZ	Asistio
1094055345	JEFERSON ANDRES RUIZ	Asistio
1063284958	DANIELA MARIA TARRIFA	Asistio
1024505706	JUAN CAMILO TOCANCHON	Asistio
1021514518	ELIANA NICOLLE TOLOSA	Asistio
1029280688	LAURA XIMENA TORRES	Asistio
1028489574	ALISON TIFFANY VELASCO	Asistio
1034402175	MARIA ALEJANDRA ZAPATA	No asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO