PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-06-07	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Incentivar el liderazgo a través de las acciones – ejercicios grupales/colectivos como características propias de la expresión de emociones. Desarrollar la diligencia dentro de la enseñanza deportiva del taekwondo.
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 9	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 4		10.	Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución técnica de la patada AN TARI CHAGUI Y BAKAT TARI CHAGUI,
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)patadas de arco interno y externo	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) patadas de arco interno y externo	
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 safarse, llaves de control, llaves de luxación.	

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-06-07	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Incentivar el liderazgo a través de las acciones – ejercicios grupales/colectivos como características propias de la expresión de emociones. Desarrollar la diligencia dentro de la enseñanza deportiva del taekwondo.
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 9	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 4		10. Edades:	Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución técnica de la patada AN TARI CHAGUI Y BAKAT TARI CHAGUI,

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021671909	TANIA VALENTINA PIÑEROS	Asistio
1033699146	JULIETH ALEXANDRA RAMIREZ	Asistio
1022943445	YOSEED MAURICIO RIA?O	Asistio
1022943073	HELLEN MICHELL RIA?O	Asistio
1014479035	NASHLEY JULIANA RODRIGUEZ	Asistio
1014977202	YULLIAN SANTIAGO RODRIGUEZ	Asistio
1028881407	JUAN SMMITSH SALGADO	Asistio
1014738742	JOHAN NICOLAS PEREZ	Asistio
1028480592	ANGIE MICHELLE PIERNAGORDA	Asistio
1027524456	SHARITH JULIANA BARRERA	Asistio
1025527089	INGRID JHOANA BERNAL	Asistio
1034309669	YOIBER JONATAN BOGADO	Asistio
1028781355	DAVID MATEO CAMARGO	Asistio
N37664275241	JUAN DAVID SUAREZ	Asistio