PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SOTAVENTO			Nombre Instructor: RICHAR ALEXANDER SUAREZ VELEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-06-13	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:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 10	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 3		10.	Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución técnica de la patada AN TARI CHAGUI Y BAKAT TARI CHAGUI, NERYO 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 5) patada de hacha	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 5) ejecución de patada de hacha	
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:	2019-06-13	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:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 10	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 3		10. Edades:	Desarrolla los pasos a seguir para la ejecución técnica de la patada AN TARI CHAGUI Y BAKAT TARI CHAGUI, NERYO CHAGUI

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1010169236	ANDRES SANTIAGO GARCIA	Asistio
1016595611	DIANA VALENTINA HERNANDEZ	Asistio
1107008496	HEIDY DAYANA JIMENEZ	Asistio
1000256491	ERIK LOPEZ	Asistio
1014739128	XIMENA LOPEZ	Asistio
1014660215	KATHERINE LOPEZ	Asistio
1000228074	LUZ VALENTINA LOPEZ	Asistio
1010761032	JONATAN CAMILO MALAVER	Asistio
1000933131	JAIDER STID MORENO	Asistio
1034398723	ANDRES FELIPE ORTIZ	Asistio
1022933454	JARY SOFIA PACHON	Asistio
1025061537	ANDREA ESTEFANIA PARDO	Asistio
1000989569	ANJY PAOLA PARRA	Asistio
N37664276285	JUAN DIEGO SUAREZ	Asistio
1020733645	PAULA VALENTINA SALINAS	Asistio