PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO ANTONIO JOSE DE SUCRE (IED) (ANTONIO JOSE DE SUCRE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GERMAN PALMA HERNANDEZ**
3. FECHA:	2019-11-06	4. HORA:	Miercoles,11:40:00,13:40:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	53
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. Nº DE SEMANA:	31
8. ZONA:	3	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Relaciona las variaciones del crecimiento de su cuerpo con la realización de movimientos técnicos	TÉCNICAS DEL CUERPO : Identifica tácticas a partir de la práctica deportiva y sus reglas	CONDICIÓN FÍSICA : Relaciona la práctica de la actividad física y los hábitos saludables.	LÚDICA MOTRIZ : Participa en los juegos desarrollados con actitud empática.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Relaciona sus emociones con estados fisiológicos de su cuerpo (sudoración, agitación, alteraciones de la frecuencia cardiaca y respiratoria)			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Procura cuidar su pos tura en la práctica de la actividad física y la vida cotidiana			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Favorece el desarrollo propio y de los otros en el desarrollo de las actividades planteadas.Hace uso de diferentes mecanismos que promueven el respeto por la diversidad			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : "Reconoce algunos mecanismos para enfrentar los conflictos. "			
TEMA : TEORÍA: COMBATE A DOS PASOS ATAQUE Y DEFENSA PERSONAL			
SUBTEMAS : Desplazamientos DEFENSAS ATAQUES Y DERRIBOS , PRACTICAR CAIDAS			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	LLamado a lista, calentamiento movilidad articular trote	RELEVOS CON CONOS	20 MINUTOS
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	EJECUTAR ATAQUES Y DEFENSAS A DOS PASOS (DEFENSA PERSONAL) DERRIBOS EN PAREJAS ,, PRACTICAR CAÍDAS	N/ A	80 MINUTOS
FASE FINAL : (CIERRE)	vuelta a la calma estiramientos retroalimentación	N/ A	20 MINUTOS
OBSERVACIONES N/ A			

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO JOSE DE SUCRE			Nombre Instructor: GERMAN PALMA HERNANDEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-11-06	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Miercoles,11:40:00,13:40:00	6. Nº de Sesion: 53	9. Nº de Semana: 31	
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1141124320	FABIAN STYVEN AGUILERA	Asistio
1034784095	ARIANA AVENDAÑO	Asistio
1013012686	DANNA CAMILA CORTES	Asistio
1028721623	MATEO CORTES	Asistio
1163213392	SARA SOFIA ESTUPIÑAN	Asistio
1020000531	DANNA SOFIA JOJOA	Asistio
1011213030	DANNA GABRIELA MOLINA	Asistio
1146127744	DANA XIMENA OBANDO	Asistio
1025549329	SARAI JIREH PEDRAZA	Asistio
1029288183	SARAY SOFIA POVEDA	Asistio
1011214458	LUISA VALENTINA TRUJILLO	Asistio
N37664243098	JAVIER ALEXANDER GUERRERO	Asistio
1011214678	JOHAN SANTIAGO GUZMAN	Asistio
N37664270355	ALANNYS SAILE VEGA	Asistio
1013009416	KERENN DAYANNA RODRIGUEZ	Asistio
1034666410	SARAH EILYN DIAZ	Asistio
1013138027	MIGUEL ANGEL PINZON	Asistio
N37664382239	ERNESTO LUIS QUINTERO	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO