

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. KIMI PERNIA DOMICO			Nombre Instructor: HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO	11. OBJETIVO DE CLASE	
2. Fecha:	2019-04-11	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Bosa	Identificar a través del rostro cómo me comunico según mis estados de ánimos o situaciones cotidianas.	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	Aumentar la fuerza de brazos de los estudiantes	
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10.	Fortalecer el recorrido técnico de los puños y sus variaciones.	
12.PART	E	13. TEMA/CONTENIDOS	14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD	15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	16. OBSERVACIONES
17. INICIAL	"Recibimiento de los alumnos, saludo" Llamado a lista Formación y saludo marcial para inicio de la sesión Explicación de los Objetivos de la sesión Activación muscular Calentamiento general, usando juegos pre-deportivos Calentamiento específico Estiramiento		DURACIÓN DEL 15 Y EL 20% DEL TOTAL DE LA SESIÓN (25 MINUTOS)	Llamado a lista, explicación de los objetivos de clase, saludo marcial, movilidad articular del tren inferior y el tren superior de cada niño, busco la activación por medio de la siguiente actividad: Todo el grupo debe elegir un compañerodirector o éste se puede postular. Al ser elegido el director se aparta del grupo o sale del salón. El resto del grupo se pode de acuerdo para saber. El propósito es que el director logre adivinar la historia, la situación o el tema que le están contando solo con el rostro sus compañeros. El grupo puede estar parado, sentado, en alguna posición corporal estática. Cada vez que el director logre adivinar se elige uno nuevo o si el director no logra adivinar puede intentar una nueva situación o retirarse. Al finalizar se realiza las siguientes preguntas orientadoras: ¿Qué sentí al ser el director y tener la misión de adivinar que me estaban comunicando mis compañeros? ¿Qué pasó al comunicar o expresar algo solo con el rostro?	
18. CENTRAL	1- MONTONG CHUMOK (puño medio al frente) 2- DUNG CHUMOK (dorso del puño) 3- ME CHUMOK (puño con maso) 4- PYON CHUMOK (puño semi doblado) 5- BAM CHUMOK (puño con dedo de corazón y dedo indice doblado) 6- CHIBKE CHUMOK(Dedos como tenaza)		DURACIÓN DEL 70 A 80 % DEL TOTAL DE LA SESIÓN (80 MINUTOS)	Explicación de la forma correcta de cerrar el puño.(se hace una demostración y los estudiantes 5 repeticiones) Explicación del recorrido técnico del puño. MONTONG CHUMOK (puño medio al frente) DUNG CHUMOK (dorso del puño) juegos de la lleva en carretilla para trabajo de fuerza ME CHUMOK (puño con maso) PYON CHUMOK (puño semi doblado) BAM CHUMOK (puño con dedo de corazón y dedo indice doblado) CHIBKE CHUMOK (dedos como tenaza) juegos de la lleva en carretilla	
19. FINAL	Vuelta a la calma Estiramiento Retroalimentación y evaluación del trabajo del día Formación y saludo marcial para finalizar clase Ordenarimplementación y limpiar lugar de trabajo Formación, y entrega de alumnos		DURACIÓN DEL 5 Y EL 10 % DEL TOTAL DE LA SESIÓN (15 MINUTOS)	Vuelta a la calma Estiramiento Retroalimentación y evaluación del trabajo del día Formación y saludo marcial para finalizar clase Ordenar implementación y limpiar lugar de trabajo Formación, y entrega de alumnos	

HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. KIMI PERNIA DOMICO			Nombre Instructor: HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-04-11	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Bosa	Identificar a través del rostro cómo me comunico según mis estados de ánimos o situaciones cotidianas.
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	Aumentar la fuerza de brazos de los estudiantes
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	Fortalecer el recorrido técnico de los puños y sus variaciones.
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1013124509	JHON SEBASTIAN PRECIADO			Asistio
1029060240	FABIAN ALEJANDRO CASTAÑEDA			Asistio
1028868558	CAROL SOFIA ACOSTA			Asistio
1128198591	VALENTINA MICHEL POLO			Asistio
1141323103	ERNYS SANTIAGO RICARDO			Asistio
1028841026	JULIAN DAVID RAMIREZ			Asistio
1140917240	ANGIE PAOLA BUITRAGO			Asistio
1140920215	JUAN MANUEL ORTIZ			Asistio
1013122354	DAVID SANTIAGO BELTRAN			Asistio
1033736444	YERSON DAVID HENAO			Asistio
1073629120	JUAN ESTEBAN BALLESTEROS			Asistio
1034783168	MARIA FERNANDA AMAYA			Asistio
1068385778	JEILIN PAOLA OSPINO			Asistio
1016030251	KRYSTIAN HASSAN GUEVARA			Asistio
1012374002	SHARICK NICOL HERNANDEZ			No asistio
1025540242	LOREANNE JULIANA NOVOA			No asistio
1023382564	MARIANA PATIÑO			Asistio
1023384828	HERNAN DARIO POLO			Asistio
1028889234	MAICOL SCTIK PEREZ			Asistio
1022969973	JUAN SEBASTIAN LAGUNA			No asistio
1096952377	NICOLL VALENTINA RANGEL			Asistio
1027530212	EILIN JUANITA MOSQUERA			Asistio
1029284214	NIKOL SARAY SURMAY			No asistio

HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO