

PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. KIMI PERNIA DOMICO			Nombre Instructor: HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO	11. OBJETIVO DE CLASE	
2. Fecha:	2019-04-03	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Bosa	Facilitar la convivencia entre los estudiantes de la comunidad escolar a través del taekwondo	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 7	9. N° de Semana: 4	Fomentar en el alumno la adquisición de hábitos permanentes de actividades físicas	
4. Grupo:	TAEKWONDO 4		10.	Desarrollar una serie de capacidades y herramientas por medio del deporte	
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: De forma libre y sin salirse de un espacio delimitado, los alumnos se desplazan de distintas formas y con los compañeros que se crucen se van saludando de diferentes maneras según las siguientes indicaciones: - Andando: saludo chocando manos derechas, decimos “hola, qué tal”. - Andando rápido: chocando las manos izquierdas, decimos “adiós, tengo prisa”. - Trotando: toco el hombro derecho de mi compañero decimos, “qué pasa tío”. - Desplazamiento lateral: juntamos manos distintas, damos un giro y decimos “hasta luego y el nombre del compañero” - Pata coja pisando con la pierna derecha: saludamos ponemos la misma mano apoyada con el dedo pulgar en la frente y moviendo los dedos y diciendo “kikiriki”. Cambiamos a pata coja con la izquierda y repetimos saludo, pero ahora con la mano izquierda. - Dando saltos a pies juntos: nos cogemos de la mano y saltamos tres veces juntos diciendo “boing, boing, boing” Al finalizar la actividad se realiza una pequeña retroalimentación de al actividad con las siguientes preguntas: ¿Por qué es importante saludar? ¿Cómo te sentiste con esta actividad? ¿Qué aprendiste el día de hoy? ¿Por qué?	
18. CENTRAL	Trabajo de fortalecimiento de auto estima Trabajo de fortalecimiento de compañerismo Trabajo técnico táctico		DURACIÓN DEL 70 A 80 % DEL TOTAL DE LA SESIÓN (80 MINUTOS)	Juego donde prevalece el auto estima de cada estudiante hacemos un circulo donde trabajamos con un balón donde cada estudiante va a tirar el balón arriba mientras dice lo que le gusta de él, luego lanza nuevamente el balón donde indica la cualidad que tiene el compañero del lado derecho y trabajo técnico táctico	

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 trabajoFormación, 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 Ordenarimplementación y limpiar lugar de trabajoFormación, 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:	2019-04-03	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Bosa	Facilitar la convivencia entre los estudiantes de la comunidad escolar a través del taekwondo
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 7	9. N° de Semana: 4	Fomentar en el alumno la adquisición de hábitos permanentes de actividades físicas
4. Grupo:	TAEKWONDO 4		10. Edades:	Desarrollar una serie de capacidades y herramientas por medio del deporte
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1127360404	YULIETH PEREIRA			Asistio
1014859137	LAURA SOFIA AYALA			Asistio
1081806412	MARILUZ GUTIERREZ			Asistio
1014188083	KATTY ELIZABETH MALDONADO			Asistio
1100948252	LUIS MARIO BARON			Asistio
1114241462	VALENTINA VALOR			Asistio
1111262305	CARLOS ANDRES POLOCHE			Asistio
1031803182	KEVIN ALEJANDRO PINZON			Asistio
1006879262	BRAYAN ESTIVEN CORTES			Asistio
31554075	ANDREA DANIELA DIAZ			Asistio
1065609314	HEYLEI JOHANA MAZO			Asistio

HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO