PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. KIMI PERNIA DOMICO			Nombre Instructor: HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-31	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Bosa	Participar activamente mostrando respeto por el compañero, manteniendo la integridad física de todos.
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	Reconoce su corporalidad en la realización de técnicas y combinaciones de las mismas
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10.	Desarrolla la armonía en desplazamientos combinando posturas verticales y técnicas de brazo
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 predeportivos Calentamiento específico Estiramiento	DURACIÓN DEL 15 Y EL 20% DEL TOTAL DE LA SESIÓN (25 MINUTOS)	elevación de la temperatura de las articulaciones por medio de movimientos suaves y pausados, en recorridos de 5 metros. caminata en punta de pie, borde externo, borde interno, elevación de las rodillas hacia arriba, hacia el lado, hacia atrás, movilidad de cintura en rotación, circunsicion de hombros, flexibilidad Y elasticidada de tren inferior .la activación se hace por medio de juegos,(juego de la lleva en un espacio reducido tocar al compañero con la mano, solo se puede dar un paso por intento, para que se acondicionen al esquive o deslizamiento.) elongación tren inferior dirigida por el docente.	
18. CENTRAL	Básicos propios de la disciplina: Gibón 1	DURACIÓN DEL 70 A 80 % DEL TOTAL DE LA SESIÓN (80 MINUTOS)	Se enseñan la primera linea del Gibón 1,se harán repeticiones hasta que se ejecute bien la primera línea y luego se avanzará a la segunda y tercera línea,	
19. FINAL	Vuelta a la calma Estiramiento Teoría 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	DURACIÓN DEL 5 Y EL 10 % DEL TOTAL DE LA SESIÓN (15 MINUTOS)	Vuelta a la calma Estiramiento Teoría 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:	2019-05-31	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Bosa	Participar activamente mostrando respeto por el compañero, manteniendo la integridad física de todos.
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	Reconoce su corporalidad en la realización de técnicas y combinaciones de las mismas
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	Desarrolla la armonía en desplazamientos combinando posturas verticales y técnicas de brazo

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1081396906	SERGIO IVAN GONZALEZ	Asistio
1031610233	SAMANTA XIMENA JARA	Asistio
1028882875	PAULA VALENTINA MARIN	Asistio
1001153735	LUIS FERNANDO TERAN	Asistio
1021674223	SARA SOFIA RODRIGUEZ	Asistio
1025531732	YESICA LISETH DUCUARA	Asistio
1000381176	VALENTINA CUBILLOS	Asistio
1020731895	ELVIA TATIANA OSPINO	Asistio
1028488037	JUANITA YANINA MEDINA	Asistio
1121851255	HEIDY JOLENE OSPINA	Asistio
126129412	SAMUEL MACAULY SALAS	Asistio
93420635	SAMARIA KEISSY SALAS	Asistio
1023367592	KAROL DANIELA GIRALDO	Asistio
11252666146	YULIENNY PAOLA ARRIETA	Asistio
1079535803	LAURA VALENTINA VARGAS	Asistio

HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO