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,12:30:00,14:30:00	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 4		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,12:30:00,14:30:00	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 4		10. Edades:	Desarrolla la armonía en desplazamientos combinando posturas verticales y técnicas de brazo

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
1074440036	YENCY VANESA MENDEZ	Asistio
1027941567	LISETH VERONICA CORDOBA	Asistio
1012917978	YENIFER DANIELA ARERO	Asistio
1012324861	NICOL VANESA MARTINEZ	Asistio

HENRY OLRIED MORA CASTIBLANCO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO