PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RAFAEL URIBE URIBE (IED) (RAFAEL URIBE URIBE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ**
3. FECHA:	2024-04-18	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TAEKWONDO	6. Nº DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	9
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identifico mi cuerpo y el movimiento como medio de exploración, descubrimiento y disfrute de sus posibilidades motoras.

COGNITIVA :
Conozco la información que se dispone gracias a un proceso de aprendizaje, o a la experiencia.

PSICOSOCIAL :
Evito y rechazo el matoneo al interior del centro de interés.

LUDICA :
Interpreto situaciones de actividades recreativas en el centro de interés y propongo diversas soluciones.

TEMA :
EJECUTO POSICIONES VERTICALES Y ORIZANTALES, SE UTILIZA TERMINOLOGIA HAMGUL IDIOMA DE COREA.

SUBTEMAS :
Identifico Cruz Básica: con esta forma se desarrolla y fortalece las lateralidades con los estudiantes de manera en general.

IMPLEMENTACION :
Espacio de trabajo, paos, petos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1 Formación y saludo marcial, llamado a lista, explicación de los objetivos a desarrollar en la clase. 2 Cada estudiante plasmara en su cuaderno su plan de vida para cuando sea adulto y como afrontar el matoneo. 3Movilidad articular en circulo cada estudiante propone un ejercicio para ser desarrollado por el grupo.. 4 Juego manitas calientes por parejas quien pierde trote leve alrededor de la cancha. 5 En circulo cada estudiante propone un ejercicios de estiramientos generales para ser desarrollados por el resto de compañeros. 6 Juego salva tu bandera dos equipos cada uno de ellos deberá tratar de pasar al lado del oponente y salvar su bandera, al igual que no deben dejar que el oponente recupere la de el.

TIEMPO
30

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1 Por parejas en competencia el primero que llegue a la meta realizando actividades de coordinación de trote, salto, coordinación etc para ello deberá pasar una serie de obstáculos. 2 En formación trabajo de refuerzo postural de cada una de las posturas trabajadas a lo largo del proceso. 2.1 Por parejas con paleta enlazar posturas básicas y técnicas de patada frente y abanico según indicaciones del formador. 3 Desde postura chuchon seogui trabajo de refuerzo de cada una de las defensas de brazo. 3.1 Por parejas frente a frente desde postura chuchon seogui realizar cada una de las defensas evadiendo diferentes ataque de pie y mano realizados por el compañero. 4 En formación mediante imitación aprender y ejecutar cruz básica, para dar inicio al trabajo técnico de poomsae. 5 Por grupos de cuatro trabajo de enlaces de pateo empleando cada una de las técnicas ya desarrolladas. 6 Combate libre semi contacto.

TIEMPO
60

RETO :
ACTIVIDADES
Por grupos de 4 participantes realizar esquema de la cruz universal y presentarlo al grupo, mencionando cada postura en Coreano.

TIEMPO
10

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1 En circulo trabajo de estiramientos y recuperación general. 2 Retroalimentación de la clase.

TIEMPO
20

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	
2. Fecha:	2024-04-18	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 17	9. Nº de Semana: 9	
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1220217319	SOFIA HERNANDEZ	Asistio
1025555898	SARA SOFIA HERRERA	Asistio
1084458075	BENJAMIN ENRIQUE MORA	Asistio
1025552286	MARTIN SANTIAGO CARO	Asistio
1123445124	JUAN DAVID CAMACHO	Asistio
1117357537	DAINA VANESA CAICEDO	Asistio
1025552135	NICOL SAMANTA CORTES	Asistio
1222211883	GABRIELA HERRERA	Asistio
1201466154	ISABEL SOFIA PAEZ	Asistio
1033802860	CARLOS MANUEL BOHORQUEZ	Asistio
1025552379	JULIAN SMITH ARENAS	Asistio
1025556896	SANDER GARCIA	Asistio
1215713556	DANA JULIETH PAEZ	Asistio
1011226557	SEBASTIAN ROMERO	Asistio
1025551775	LINA VALENTINA PEÑA	Asistio
1030677943	CAMILO RAMIREZ	Asistio
1109558389	Jhon Sebastian Serrato	Asistio
1031175450	Ethan Andres Lerma	Asistio
1031170894	Daniel Niño	Asistio
1028792503	Francisco Monroy	Asistio
1024595115	NICOL VALENTINA OJEDA	Asistio