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:	2024-04-19	4. HORA:	Viernes,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:	2024-04-19	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Viernes,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 17	9. Nº de Semana: 9	
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1033809340	EMMANUEL ARIAS	Asistio
1222213815	ALAN SAMUEL ARENAS	Asistio
1188223036	ANDRES MATIAS MONTAÑEZ	Asistio
1012923544	MATTEO STEVEN AGUIRRE	Asistio
1016738546	CHRISTOPHER CARVAJAL	Asistio
1027537903	CEMIS ELENA OLIVEROS	Asistio
1028792646	DANELL SOFIA FLECHAS	Asistio
1027538329	BREYNER DAVID MONTIEL	Asistio
1233500549	VALERY ACEVEDO	Asistio
1025558566	JOSEPH DAVID VANEGAS	Asistio
1031183777	Angel Gracia	Asistio
1031182763	Eythan Guerrero	Asistio
1233910434	Martin Gamboa	Asistio
1025559096	Daileen Tapiero	Asistio
1021692546	Cristopher Perdomo	Asistio
1013691235	Mateo Berrio	Asistio
1220224718	Juan Esteban Grandas	Asistio
1016106373	Gabriela Zamudio	Asistio
1117359002	LIAN JOSEPH CAIDEDO	Asistio
N37664893470	EMY KATHE LAGUNA	Asistio