PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-30	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Evidenciar como el liderazgo genera en el estudiante actitudes positivas en el desarrollo de la sana competencia deportiva.
3. Hora:	Martes,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 32	9. Nº de Semana: 16	Afianzar capacidad fisica de coordinación mixta pierna brazo mediante encadenamientos de pateo y defenza de brazo.
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10.	Reforzar trabajo tecnico de brazo y pateo mediante la realización y correccion del poomsae guibon 1 y taeguk 1 en cada uno de los participantes de l clase.
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	1 Formación y saludo marcial. 2 Llamada a lista. 3 Explicacion de los objetivos de la clase y afianzamiento del objetivo social. 4Movilidad articulr. 5 Desplazamientos en trote leve. 6 Estiramientos generales y espacificos. 7 trabajos de coordinacion de pierna y brazo en formación.	2 2 3 3 3 3 4	1 Colocar material de trabajo y formar para saludo marcial. 2 Desde postura de meditación llamado a lista. 3 Mediante charla interactiva entre formador y estudiantes abordar la finalidad de la sesion de clase y sus objetivos, en donde se profundice sobre como el valor dell liderazgo ayuda al competidor al desarrollo de la sana competencia, para ello se elige un estudiante que lidere el conversatorio. 4 En formacion Movilidad articular cefalo caudal. 5 Por parejas de linea lateral a linea lateral realizar desplazamientos en trote leve de manera ascendente. 6 Por grupos de 5 un estudiante de cada grupo liderara el trabajo de estiramientos generales de manera cefalo caudal. 7 En formación trabajo de coordinción de pierna y brazo mediante indicaciones dadas por el formdor como lider de l actividad.	Normalidad

18. CENTRAL	1 Trabajo de refuerzo de tecnicas de brazo individual y por parejas. 2 Trabajo de refuerzo de cada una de las tecnicas de ptada vistas, enfasis en yop. 3 En linea según indicasiones del formador coordinar tecnicas de pateo con defensas y ataque de brazo. 4 por parejas refuerzo de trabajo coordinativo de pateo y defenzas de brazo. 5 Trabajo de poomsae. en formación 6 trabajo de poomsae por equipos de trabajo y competencia. 7 Combate libre.	10 15 15 15 10 5 10	1 En linea mediante imitacion reforzar tecnicas de brazo en ataque y defenza de manera individual y luego encadenada, (are, montol, olgul, puño, garra etc). 2 Por parejas con material de pateo reforzar tecnicas de patada frente, gira y lado haciendo enfasis en est ultima, compañero que sostiene y formdor lideran las repeticiones corrigiendo al compañero en posibles fallas. 3 Trabajo en linea mediante imitación encadenar y coordinar trabajos tecnios de pateo y brazo. -patada frente y are makki. -patada gira y montol makki. patada lad yop t olgul maqui. los anteriores encadenamientos con desplazamientos frontales y hacia atras. 4 Por parejas cada estudiante lidera una actividad en donde se vea reflejado trabajo de pateo y brazo encadenado y coordinado, para ello puede emplear material de pateo. 5 En linea refuerzo y corrección tecnica en la realización de poomsae taeguk 1 y guibon 1. 6En grupos de 4 y 5 estudiantes en donde uno de ellos lidera crear esquema de competención de poomsae, promoviendo la sana competencia. 7 Combate libre en donde se evidencie coordinacion entre la acciones de pateo y brazo.	
19. FINAL	1 Vuelta a la calma. 2 Evaluacion y retroalimentacion. (actividad Guia asertiva)	5 10	1Aplicar actividad 2 de la guia asertiva sobre liderazgo. 1.1 En circulo trabajo de recuperación mediante estiramientos generales y trabajos de relajación muscular. 2 En reunion realizar retroalimentación de la clase y evaliaur el trabajo realizado en cada uno de los campos social, motor y tecnico.	

OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-30	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Evidenciar como el liderazgo genera en el estudiante actitudes positivas en el desarrollo de la sana competencia deportiva.
3. Hora:	Martes,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 32	9. Nº de Semana: 16	Afianzar capacidad fisica de coordinación mixta pierna brazo mediante encadenamientos de pateo y defenza de brazo.
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	Reforzar trabajo tecnico de brazo y pateo mediante la realización y correccion del poomsae guibon 1 y taeguk 1 en cada uno de los participantes de l clase.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025534721	KAREN YULIANA TIERRADENTRO	Asistio
1123563054	EMILY MARIANA VANEGAS	Asistio
1024500903	ERIK SANTIAGO LOPEZ	Asistio
1012919786	ESTEBAN ANDRES SANTAMARIA	Asistio
1034400907	JUAN SEBASTIAN MARTINEZ	Asistio
1025536068	DAVID NICOLAS PULIDO	Asistio
1029280346	JHON ALEXIS VEGA	Asistio
1030547021	ANGEL DAVID VILLANUEVA	Asistio
1090407418	ANGIE GABRIELA VIOLA	No asistio
1033690798	JUAN SEBASTIAN CASTAÑEDA	No asistio
1088562076	CARLOS JULIAN MUÑOZ	Asistio
1022351939	DILAN FELIPE ZULUAGA	No asistio
1025323532	CAROL VALENTINA PIRAZAN	Asistio
1033697026	ANDREA JULIETH LOPEZ	Asistio
1033702655	LAURA KATTALINA BUSTAMANTE	Asistio
1012341028	JEILY MARCELA GUARIN	Asistio

OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ

Firma del Instructor