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,16:30:00,18:30:00	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 4		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,16:30:00,18:30:00	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 4		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
1014863170	NICOLL MARIANA CASTILLO	Asistio
1025538765	XIOMARA GALARCIO	Asistio
1025525941	JORGE LUIS HERRERA	Asistio
1028785422	SAMUEL ANDRES MORENO	Asistio
1033726224	KAREN JULIANA NAVARRETE	Asistio
1027526030	JAIDER ANDRES POVEDA	Asistio
1028485716	SAMUEL ALEJANDRO CIFUENTES	Asistio
1084252624	MILDRETH ROJAS	Asistio
1032798400	JHOSTIN SMITH RIVEROS	Asistio
1016716026	EDWIN SANTIAGO PINEDA	Asistio
1025533709	KAREN DAYANA ORTEGA	Asistio
1030531561	JUAN PABLO IBAÑEZ	No asistio
1028662566	JULIAN ANDRES MONTAÑEZ	No asistio
1036251611	JUAN DAVID GALLEGO	Asistio
1031650173	MATEO DE JESUS IGLESIAS	Asistio
1027524104	ERIK SANTIAGO NEIRA	Asistio
1003844443	DILAN ALEXANDER DUQUE	Asistio
1028783535	JULIAN STIVEN GUARNIZO	Asistio
1033709981	JUAN DIEGO SALAZAR	Asistio
1011094123	DIEGO STEVEN TORRES	Asistio
1016713978	MONICA HELYANA BELTRAN	Asistio
1023368649	OSCAR FELIPE BENITEZ	Asistio
1025529479	IBIS NICOLE MORENO	Asistio
1010170084	NICOLLE VALENTINA QUEVEDO	Asistio

OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ

Firma del Instructor