PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-09-02	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Lograr que el estudiante identifique sus falencias y fortalezas al momento de la practica deportiva logrando asi que este exprese sus sentimientos.
3. Hora:	Lunes,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 35	9. Nº de Semana: 18	Mejorar capacidad fisica de resistencia en los estudiantes mediante trabajos de circuitos de pateo por parejas.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10.	desarrollar técnicamente al estudiante en la realización de tecnicas de pateo en salto mediante encadenamientos posturales. .
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.	2 2 6 3 4 3	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 selogre identificar falencias y fortalezas de los estudiantes, para ello se elige un estudiante que lidere el conversatorio. 4 En formacion Movilidad articular cefalo caudal. 5 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.	Normalidad
18. CENTRAL	1 Trabajos de posturas basicas y tecnicas de pateo en circuito. 2 Trabajo de pateo en salto empleando para ello patada frente, lado y gira n el puesto. 3 Trabajo de pateo en salto por grupos de trabajo sobrepasando el obstaculo. 4 Trabajo de repaso del esquema para la presentacion del festival. 5 Combate libre.	20 15 10 10 10 10 10	1 Por parejas y una paleta de pateo o pao realizar trabajos de resistencia de pateo según indicaciones del formador empleando para ello tecnica de pateo gira, bandal y mula. Cada estudiente durante un lapso debera realizar el mayor numero de repeticiones de la tecnica solicitada para competir con la pareja. 2 En formacion cada uno de los estudiantes mdiante imitación realizaran repeticiones de patadas en salto segun indicaciones del formador empleando para ello tecnicas de patada frente, lado y gira, todo en el puesto, para luego desarrollarlas en desplazamiento. 3 Por grupos de tres con un pao y una paleta reforzar cada una de las tecnicas desarrolladas en el ejercicio anterior, para ello cada uno debera sobrepasar el pao como obstaculo y golpear la paleta con la tecnica solicitada. 4 En formación general se realizara refuerzo tecnico y estructural del esquema a presentar con los demas grupos en el festival intramural, para corregir asi fallas tecnicas y de logistica que se presenten. 5 Por parejas realizaran combate libre de competencia para escoger las parejas que realizaran el mismo el dia de la presentación.	

19. FINAL	1 Vuelta a la calma. 2 Evaluacion y retroalimentacion. (actividad Guia asertiva)	5 10	1aplicar actividad 2 de la guia asertiva sobre expresion de sentimientos. 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.	

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:	2019-09-02	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Lograr que el estudiante identifique sus falencias y fortalezas al momento de la practica deportiva logrando asi que este exprese sus sentimientos.
3. Hora:	Lunes,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 35	9. Nº de Semana: 18	Mejorar capacidad fisica de resistencia en los estudiantes mediante trabajos de circuitos de pateo por parejas.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	desarrollar técnicamente al estudiante en la realización de tecnicas de pateo en salto mediante encadenamientos posturales. .

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1111334171	SERGIO CAMPOS	Asistio
1033688787	DARLEY DAYANNER GAÑAN	Asistio
1019987988	LAURA ESTEFANIA MENDOZA	Asistio
1073669327	YIMMY ALEXANDER FARFAN	Asistio
1014861405	JABEZ SAMUEL ROJAS	Asistio
1001344113	MIGUEL ANGEL SARAVINO	Asistio
1077843971	LINA VANESA TIERRADENTRO	Asistio
1061693556	KAREN MELIZA ANGULO	Asistio
1033679656	SEBASTIAN RIOS	Asistio
1010163283	DUVAN MATEO RODRIGUEZ	Asistio
1000789828	JORGE LUIS RUNZA	Asistio
1129493108	ALEXANDRA MISHEL OROZCO	Asistio
1050720150	LUIS MIGUEL MARTINEZ	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO