PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-09-11	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Dialogar con el estudiante sobre la importancia de expresar sus ideas y emociones mediante charla interactiva con el grupo de trabajo.
3. Hora:	Miercoles,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 38	9. Nº de Semana: 19	Desarrollar capacidad fisica de coordinación en cada uno de los participantes de la clase mediante el refuerzo de tecnicas de pateo en mondolio mondolio.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10.	Fortalecer al estudiante tecnicamente en la realizacion de gestos de pateo en giro (mondolio) corrigiendo fallas de coordinación antes, durante y despues de la tecnica
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 Juego de coordinación por equipos.	2 2 5 3 3 4 6	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 la importancia de expresar ideas i emocions, 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 Escoger un campañero de manera voluntaria lidere el trabajo de estiramientos a los compñeros. 7 Se divide al grupo en dos cada equipo debera trasladarce de un lugar a otro en fila en donde cada integrante debera tomar la mano del de adelante por debajo de su propia pierna y entre todos coordinar.	Normalidad

18. CENTRAL	1 Trabajo de giro en formación por derecha e izquierda. 2 Patada mondolio dolio sin salto derecha e izquierda. 3 Trabajo de rodilla arriba contraria a la que golpea. 4 Patada mondolio dolio en salto por derecha e izquierda. 5 Trabajo por prejas y material patada mondolio. 6 Poomsae.	10 10 10 10 10 10 15 10	1 En formación mediante imitación realizar movimiento basico para la realización del gesto de mondolio, para ello el estudiante debe tener como referencia una linae de desplazamiento sin perder el equilibrio, trabajar por derecha e izquierda. Los estudiantes que evidencien fallas expresan de manera verbal que problemas presental al momento de realizar el trabajo. 2 Implementar al giro ya realizado tecnica de patada dolio sin perder la direccion del ataque y la coordinación corporal , para ello primero se realiza el giro y a la señal la tecnica de pateo recuperando el equilibrio en cada momento. 2.1 Por parejas y material de patada reforzar la tecnica nterior golpeando al elemento. 3 Al momento de la tecnica en giro enfatizar la importancia que tiene el levantamiento de l rodilla contraria a la que golpea para lograr realizar la tecnica en salto, para ello se explica al grupo y luego ellos lo evidencian en la practica. 4 En linea a la señal del formador realizar tecnica mondolio dolio primero en dos momentos y luego en una sola voz de mando, sin perder el equilibrio y direccion del ataque. 5 Por parejas y material realizar trabajo de mondolio dolio con pie derecho e izquierdo, cada 10 repeticiones cambio de roll. 5.1 Ejercicio anterior encadenando con mas tecnicas de pateo los encadenamientos los proponen los estudiantes expresndo de esta maner lo que piensan. 6 Trabajo de poomsae en formación.	
19. FINAL	1 Vuelta a la calma. 2 Evaluacion y retroalimentacion. (actividad Guia asertiva)	5 5	1aplicar actividad 1 de la guia asertiva sobre expresion de emociones. 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:	2019-09-11	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Dialogar con el estudiante sobre la importancia de expresar sus ideas y emociones mediante charla interactiva con el grupo de trabajo.
3. Hora:	Miercoles,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 38	9. Nº de Semana: 19	Desarrollar capacidad fisica de coordinación en cada uno de los participantes de la clase mediante el refuerzo de tecnicas de pateo en mondolio mondolio.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	Fortalecer al estudiante tecnicamente en la realizacion de gestos de pateo en giro (mondolio) corrigiendo fallas de coordinación antes, durante y despues de la tecnica

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