PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-09-18	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Incentivar el trabajo en equipo en cada uno de los estudiantes participes de la clase, fomentando de esta manera una mayor participación grupal del educando que mejore sus relaciones interpersonales.
3. Hora:	Miercoles,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 39	9. Nº de Semana: 20	Desarrollar condiciones física de fuerza en cada uno de los estudiantes mediante la realización de ejercicios planteados en la clase.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10.	Fundamentar técnicamente al estudiante en la realización de tecnicas de pateo mediante encadenamientos, posturales, giros y saltos .
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 aplicar actividad 1 de la guia. 4Movilidad articulr. 5 Desplazamientos en trote leve. 6 Estiramientos generales y espacificos. 7 trabajos de agilidad pasando por obstaculos.	2 2 9 3 3 3 8	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 desarrolle actividad 1 de la guia asertiva sobre trabajo en equipo. 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 compañero de manera voluntaria lidere el trabajo de estiramientos a los compañeros. 7 Por equipos trabajo de competencia en velocidad sobrepasando obstaculos para determinar un grupo ganador.	Normalidad
18. CENTRAL	1 Trabajos de fuerza de brazo y de pierna por circuitos. 2 Trabajo de pateo por parejas 3 Trabajo de pateo en giro. 4 Trabajo de pateo en salto 5 Combate libre.	15 15 10 10 10 10 10	1 Se organiza en el terreno de entrenamiento estaciones de trabajo en donde ls actividades a desarrollar mejoren la fuerza en todas sus facetas da cada uno de los estudiantes, para ello se realizaran trabajos competitivos entre los participantes. 2.1 Por parejas con paleta trabajo de patada hacha saliendo desde postura de combate, para ello el estudiante deberá realizar la técnica a la altura de la cabeza realizar series de 10 patadas. 2.2 Por parejas trabajos de encadenamientos de patada frente gira y hacha simulando combate libre. 3.1 En formación mediante imitación realizar técnicas de pateo en giro twic chagui y mondolios, para luego ser realizadas por parejas golpeando al peto. 3.2 Por parejas trabajo de pateo en giro realizando las técnicas desarrolladas en la actividad anterior, el golpe es realizado al peto del compañero. 4 En fila trabajo de pateo en salto en donde cada estudiante deberá sobrepasar un obstáculo antes del pateo en altura y salto largo. 5 Combate libre.	

19. FINAL	Vuelta a la calma	3 4 3	1.1 Caminata. 1.2 Estiramientos generales. 2 Evaluación.	

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:	2019-09-18	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Incentivar el trabajo en equipo en cada uno de los estudiantes participes de la clase, fomentando de esta manera una mayor participación grupal del educando que mejore sus relaciones interpersonales.
3. Hora:	Miercoles,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 39	9. Nº de Semana: 20	Desarrollar condiciones física de fuerza en cada uno de los estudiantes mediante la realización de ejercicios planteados en la clase.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	Fundamentar técnicamente al estudiante en la realización de tecnicas de pateo mediante encadenamientos, posturales, giros y saltos .

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