PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-26	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Reconocer el juego limpio dentro del combate libre , en donde los estudiantes mediante su liderazgo interacuen entre ellos para su reconocimiento.
3. Hora:	Lunes,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 33	9. Nº de Semana: 17	Mejorar capacidad fisica de flexibilidad en cada uno de los participes de la clase mediante trabajos por parejas y grupos.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10.	Implementar encadenamientos de pateo en donde e refuerce tecnica de patada yop,para su optimi desarrollo.
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 Competencia de velocidad de reacción.	2 2 4 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 logre identificar acciones que fomenten el juego limpio y la mala conducta dentro del combate libre, 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. 7 Por parejas trabajos de trote continuo alrededor del bloque en donde un compañero motive al otro a no parar.	Normalidad

18. CENTRAL	1 Trabajos de flexibilidad por parejas. 2 Trabajos de pateo a la paleta soltando tecnicas al medio. 3 Refuerzo yop chagui. 4 Encadenamientos de pateo al material (yop) 5 Encadenamientos de pateo al peto del compañero (yop). 6 Combate libre por equipos.	10 10 10 10 10 10 15	1 Por parejas los estudiantes realizaran trabajos de flexibilidad de tren inferior según indicasiones del formador como lider de la actividad, para ello los estudiantes tomaran diferentes poturas. 2 Con la pareja y dos paletas de pateo los estudiantes realizaran tecnicas de patada circular a la altura del peto y la cara que evidencien la importancia de la flexibilidad en el tkd. 3 Por parejas con pao realizar lineas de pateo de tecnica yop en donde el formador y compañero ayuden a corregir el movimiento realizado por el estudiante. 4 Con la pareja en lineas de pateo realizar encadenamientos de pateo en donde se inicie con patada directa circular al pao y se continue con yop frontal o en mondolio, realizando siempre como minimo tres tecnicas. 5 Por perejas refrzar encadenamientos realizados en la actividad anterior ahora en situaciones de competición simulando realidad de combate golpeando al peto del compañero. 5.1 Por parejas pasaran al frente a combatir evidenciando los encadenamientos ya realizados, a su vez los compañeros determinaran conductas de juego limpio y malas conductas de los estudiantes en frente. 6 Se divide al grupo en dos y cada integrante tendra un adversario del equipo contrario de similares caracteristicas, cada pareja combatira y se llevara una sumatoria total de puntos.	
19. FINAL	1 Vuelta a la calma. 2 Evaluacion y retroalimentacion. (actividad Guia asertiva)	5 5 5	1aplicar actividad 3 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.	

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-26	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Reconocer el juego limpio dentro del combate libre , en donde los estudiantes mediante su liderazgo interacuen entre ellos para su reconocimiento.
3. Hora:	Lunes,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 33	9. Nº de Semana: 17	Mejorar capacidad fisica de flexibilidad en cada uno de los participes de la clase mediante trabajos por parejas y grupos.
4. Grupo:	TAEKWONDO 1		10. Edades:	Implementar encadenamientos de pateo en donde e refuerce tecnica de patada yop,para su optimi desarrollo.

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