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,16:30:00,18:30:00	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 2		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,16:30:00,18:30:00	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 2		10. Edades:	desarrollar técnicamente al estudiante en la realización de tecnicas de pateo en salto mediante encadenamientos posturales. .

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1032938573	LIZETH CAMILA GIL	Asistio
1010960829	MIGUEL ANGEL MORALES	Asistio
1025520496	JHOSSEP STEVEN RODRIGUEZ	Asistio
1025527262	JUAN DAVID SANDON	Asistio
1025523002	ERICK STEVEN SILVA	Asistio
1016002390	LAURA KATHERINE LAGUNA	Asistio
1025530423	SHARON JULIANA CHACON	Asistio
1013587405	JUAN MANUEL QUEVEDO	Asistio
1033689045	NASLY VALENTINA BALLEN	Asistio
1032796857	LAURA SOFIA ESPINEL	Asistio
1027521179	LENY ALEJANDRO RODRIGUEZ	Asistio
1016593442	GISELLE XIOMARA SAAVEDRA	Asistio
1031122507	JUANA VALENTINA VANEGAS	Asistio
1027523937	LUIS ERNESTO OSORIO	Asistio
1081053196	KERIN CAROLINA CARDENAS	Asistio
1025525317	JUAN SEBASTIAN IBAGUE	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO