PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-09-09	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Lograr que el estudiante identifique falencias y fortalezas de sus compañeros 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: 37	9. Nº de Semana: 19	Desarrollar condiciones físicas de flexibilidad en los estudiantes mediante la realización de actividades en grupo..
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10.	Fundamentar al estudiante en la ejecución de tecnificas de pateo en giro para ser empleadas en competencia.
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 Trote continuo. 8 minutos.	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 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. 7 Trote continuo alrededor del bloque durante 8 minutos..	Normalidad
18. CENTRAL	1 Trabajos de flexibilidad por parejas. 2 Trabajo de giro en formación. 3 trabajo de giro y pateo en formación. 4 Por parejas trabajo de pateo en giro. 5 Combate libre.	25 10 20 20 10	1.1 Por parejas realizar ejercicios de flexibilidad segun indicaciones del formador en donde cada uno dure como minimo 20 segundos, primero trabaja uno de los dos luego cambian de roles. 2 En formación trabajo de refuerzo postural empleando desplazamientos en giro para luego ser desarrollados con tecnicas de pateo, todo mediante indicaciones del formador e imitación. 3 con cada uno de los giros desarrollados en el ejercicio anterior implementar tecnica de pateo mula, bandal, abanico, talon para que luego sean desarrolladas en competencia. 4.1 Por parejas con paleta de pateo y pao reforzar mediante repeticiones y series de trabajo cada uno de las tecnicas de pateo en giro, en donde trabajen con cada uno de las piernas. 4.2 Ejercicio anterior realizando desplazamientos frontales y de espalda simulando situaciones reales de competencia. 5 Combate libre en donde los participantes de la clase roten el compañero de trabajo cada un minuto, entre cada asalto se dara un minuto de recuperación.	

19. FINAL	1 Vuelta a la calma. 2 Evaluacion y retroalimentacion. (actividad Guia asertiva)	5 5	1aplicar actividad 4 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:	2019-09-09	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Lograr que el estudiante identifique falencias y fortalezas de sus compañeros 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: 37	9. Nº de Semana: 19	Desarrollar condiciones físicas de flexibilidad en los estudiantes mediante la realización de actividades en grupo..
4. Grupo:	TAEKWONDO 2		10. Edades:	Fundamentar al estudiante en la ejecución de tecnificas de pateo en giro para ser empleadas en competencia.

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