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,16:30:00,18:30:00	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 2		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,16:30:00,18:30:00	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 2		10. Edades:	Implementar encadenamientos de pateo en donde e refuerce tecnica de patada yop,para su optimi desarrollo.

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