PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OCTAVIO AUGUSTO FAJARDO RODRIGUEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-09-05	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Dialogar con el estudiante sobre la importancia de las relaciones interpersonales y el trabajo en equipo mediante charla interactiva con el grupo de trabajo.
3. Hora:	Jueves,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 42	9. Nº de Semana: 21	Desarrollar condiciones física de equilibrio en cada uno de los estudiantes mediante la realización de ejercicios individuales y por parejas.
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10.	Fundamentar al estudiante en la ejecución de tecnificas de pateo en salto largo y alto, mediante trabajos posturales y enlaces de pateo
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, actividad 4 guia asertiva. 4Movilidad articulr. 5 Desplazamientos en trote leve. 6 Estiramientos generales y espacificos. 7 trote continuo durante 10 minutos	2 2 9 3 3 3 10	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 profundice sobre la importancia de las relaciones interpersonales y el trabajo en equipo, para ello se actividad 4 de la guia asertiva. 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 durante 10 minutos al rededor del bloque.	Normalidad
18. CENTRAL	1 Trabajo de pateo individual. 2 Trabajo de pateo por parejas 3 Trabajo de pateo en enlace con defensas de brazo. 4 Trabajo de pateo en situaciones de combate. 5 trabajos de equilibrio en colchoneta. 6 Trabajo de combate libre.	10 10 10 15 10 15 10	1 En formación desde cada una de la posturas básicas ya trabajadas realizar técnica de patada frente y bandal chagui de manera continua desarrollando velocidad de pateo. 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 y el peto empleando para ello mas de una técnica de pateo según indicaciones del formador, realizar series de 10 patadas. 3.1 En formación mediante imitación realizar técnicas de pateo en conde se vean inmersas técnicas de defensa de brazo. 4.1 Por parejas trabajo de pateo en giro realizando las técnicas desarrolladas en sesiones anteriores, el golpe es realizado al peto del compañero simulando combate libre. 4.2 Por parejas realizar trabajos de pateo en situaciones reales de combate que ayuden a mejorar la estrategia de competencia del estudiante. 5 trabajos de equilibrio en donde emplearan colchoneta para realizar actividades de rollo, rodar etc para luego dominar su equilibrio corporal y poder patear el elemento. 6 Combate libre por parejas.	

19. FINAL	Vuelta a la calma	5 5	1 Estiramientos generales. 2 Trabajos de respiración. Retroalimentación y evaluación de la sesioón de clase.	

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:	2019-09-05	5. Centro de Interes TAEKWONDO	8. Localidad: Tunjuelito	Dialogar con el estudiante sobre la importancia de las relaciones interpersonales y el trabajo en equipo mediante charla interactiva con el grupo de trabajo.
3. Hora:	Jueves,06:15:00,08:15:00	6. Nº de Sesion: 42	9. Nº de Semana: 21	Desarrollar condiciones física de equilibrio en cada uno de los estudiantes mediante la realización de ejercicios individuales y por parejas.
4. Grupo:	TAEKWONDO 3		10. Edades:	Fundamentar al estudiante en la ejecución de tecnificas de pateo en salto largo y alto, mediante trabajos posturales y enlaces de pateo

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025534721	KAREN YULIANA TIERRADENTRO	Asistio
1123563054	EMILY MARIANA VANEGAS	Asistio
1024500903	ERIK SANTIAGO LOPEZ	Asistio
1012919786	ESTEBAN ANDRES SANTAMARIA	Asistio
1034400907	JUAN SEBASTIAN MARTINEZ	Asistio
1025536068	DAVID NICOLAS PULIDO	Asistio
1029280346	JHON ALEXIS VEGA	Asistio
1030547021	ANGEL DAVID VILLANUEVA	Asistio
1088562076	CARLOS JULIAN MUÑOZ	Asistio
1025323532	CAROL VALENTINA PIRAZAN	Asistio
1033697026	ANDREA JULIETH LOPEZ	Asistio
1033702655	LAURA KATTALINA BUSTAMANTE	Asistio
1012341028	JEILY MARCELA GUARIN	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO