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,16:30:00,18:30:00	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 4		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,16:30:00,18:30:00	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 4		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
1014863170	NICOLL MARIANA CASTILLO	Asistio
1025538765	XIOMARA GALARCIO	Asistio
1025525941	JORGE LUIS HERRERA	Asistio
1028785422	SAMUEL ANDRES MORENO	Asistio
1033726224	KAREN JULIANA NAVARRETE	Asistio
1027526030	JAIDER ANDRES POVEDA	Asistio
1028485716	SAMUEL ALEJANDRO CIFUENTES	Asistio
1084252624	MILDRETH ROJAS	Asistio
1032798400	JHOSTIN SMITH RIVEROS	Asistio
1016716026	EDWIN SANTIAGO PINEDA	Asistio
1025533709	KAREN DAYANA ORTEGA	Asistio
1030531561	JUAN PABLO IBAÑEZ	Asistio
1028662566	JULIAN ANDRES MONTAÑEZ	Asistio
1036251611	JUAN DAVID GALLEGO	Asistio
1031650173	MATEO DE JESUS IGLESIAS	Asistio
1027524104	ERIK SANTIAGO NEIRA	Asistio
1028783535	JULIAN STIVEN GUARNIZO	Asistio
1033709981	JUAN DIEGO SALAZAR	Asistio
1011094123	DIEGO STEVEN TORRES	Asistio
1016713978	MONICA HELYANA BELTRAN	Asistio
1023368649	OSCAR FELIPE BENITEZ	Asistio
1025529479	IBIS NICOLE MORENO	Asistio
1010170084	NICOLLE VALENTINA QUEVEDO	Asistio
31534063	Lucas Emiliano Arias	Asistio
1003844443	DILAN ALEXANDER DUQUE	Asistio