PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-04	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Consolidar la comunicación entre los alumnos a través de las acciones
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 45	9. Nº de Semana: 24	Mejorar el equilibrio estático a través de los diferentes ejercicios
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10.	Desarrollar el gesto técnico del control con empeine, planta del pie, borde interno y externo
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	INTRODUCCIÓN CALENTAMIENTO GENERAL ESTIRAMIENTOS	20	Llamado a lista, presentación objetivo de la clase y normas a tener en cuenta dentro sesión de clase Carrera de frente, espaldas, zig-zag, elevando rodillas, lateral cruzando Ejercicios de velocidad: sprint de 10 metros, tres saltos y sprint, progresiones cortas, velocidad de reacción tras el estímulo auditivo Los estiramientos se realizaran pasando por todos los grupos musculares iniciando por el tren inferior y finalizando por el tren superior.	
18. CENTRAL	CONTROL FÚTBOL	80	Los jugadores se colocan por parejas, uno delante del otro, a 5 metros de distancia con un balón por pareja. El jugador A envía rasa la pelota a su compañero B, quien controlará la pelota según le hayamos propuesto. El jugador realiza la misma acción hacia su compañero. Siguiendo el mismo esquema de ejercicio anterior, el jugador A envía la pelota hacia su compañero B con las manos, para que éste controle utilizando la planta del pie justo en el momento que el balón toque el suelo. Individualmente, cada jugador con un balón, se lanza el balón hacia delante para controlar con el pecho, con el muslo, con la cabeza,... después de un bote. Después de conducir unos metros por el espacio se repite la misma acción. Los jugadores individualmente con un balón, lo lanzan hacia atrás y rápidamente se giran y van a buscarlo para controlarlo y repetir el ejercicio.	
19. FINAL	VUELTA A LA CALMA	20	Retroalimentación para despejar dudas de los estudiantes, ejercicios de relajación y estiramientos de todos los grupos musculares	

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-04	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Consolidar la comunicación entre los alumnos a través de las acciones
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 45	9. Nº de Semana: 24	Mejorar el equilibrio estático a través de los diferentes ejercicios
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	Desarrollar el gesto técnico del control con empeine, planta del pie, borde interno y externo

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1007107556	SERGIO ANDRES MUÑOZ	Asistio
1001275811	JUAN DIEGO OSPINA	Asistio
1000378293	SERGIO ESTEBAN MORENO	Asistio
1000620440	BRIAN STIBEN GRIJALBA	Asistio
1000128006	KEVIN FABIAN SOLER	Asistio
1013097038	MIGUEL ANGEL ROMERO	Asistio
1016025095	JUAN SEBASTIAN PUIN	Asistio
1011200328	JOHAN STEVEN PAREDES	Asistio
1000131796	DIEGO ALEJANDRO GONZALEZ	Asistio
1012316958	JESUS DAVID CABRERA	Asistio
1001188899	ADRYAN LEONARDO GUERRERO	Asistio
1034776378	JOHAN STIVEN VALENCIA	Asistio
1056410064	DIEGO ANDRES URIBE	No asistio
1000242021	JONATHAN STEVEN SEPULVEDA	No asistio
1021512038	JUAN MANUEL ROLDAN	Asistio
1031120151	SANTIAGO VILLANUEVA	Asistio
1101380575	SAIR ANDRES ARRIOLA	Asistio
1001098097	YEISON DUVAN OIDOR	No asistio
1073668446	JOHAN SEBASTIAN MORALES	No asistio
1193215813	JONATHAN JESUS PEDROZO	Asistio
1004418284	DAGOBERTO ROJAS	Asistio
1023367994	JOSE GABRIEL TELLEZ	Asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO