PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-06	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Generar el compromiso con sus compañeros a través de las acciones desarrolladas por cada uno
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 47	9. Nº de Semana: 24	Mejorar el equilibrio estático a través de los diferentes ejercicios
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10.	Estimular el gesto técnico del control a través de diferentes situaciones
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 colocados por parejas con un balón, realizan un pase hacia su compañero quien en lugar de esperar la llegada de la pelota, sale a su encuentro y controla dentro de una zona delimitada para tal efecto Colocamos a los jugadores por grupos de tres, el jugador B pasa el balón a su compañero A quien controla la pelota y de vuelve el pase a su compañero B, corre a dar la vuelta a un cono situado a su izquierda para encararse hacia C y recibir el pase de éste, controla y devuelve el pase a C, da la vuelta al otro cono situado siempre a su izquierda y quedará orientado hacia B, con el que repetirá el mismo esquema realizado anteriormente. El ejercicio puede realizarse con balones que lleven diferentes trayectorias (rasos o aéreos). El tipo de control lo marca el entrenador en función de lo que pretendamos trabajar. Formamos grupos de 5 jugadores y los distribuimos, formando una estrella. El jugador A situado en el centro, recibe el balón de B, lo controla y lo devuelve, acto seguido gira hacia C con quien repetirá la misma acción y así sucesivamente con el resto de compañeros. Igual que el ejercicio anterior la pelota puede ser rasa o aérea. Y el tipo de control lo marcará el entrenador en función de lo que pretenda trabajar.	

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:	2018-09-06	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Generar el compromiso con sus compañeros a través de las acciones desarrolladas por cada uno
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 47	9. Nº de Semana: 24	Mejorar el equilibrio estático a través de los diferentes ejercicios
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	Estimular el gesto técnico del control a través de diferentes situaciones

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025460479	SEBASTIAN STEFANO RODRIGUEZ	No asistio
1000860745	ALEJANDRO GARCIA	Asistio
1001047250	YEISON DANIEL PINILLA	Asistio
1001176445	DAVID ALEXIS GIL	Asistio
1007298187	MIGUEL ANGEL ALFONSO	Asistio
1001173777	CRISTIAN DAVID GOMEZ	Asistio
1000241860	JUAN DAVID GUZMAN	Asistio
1000733437	JEAN POOL MORENO	Asistio
1031121191	ANDERSON AVELLANEDA	No asistio
1001049753	ALAN STEVEN GALINDO	Asistio
1000182758	CRISTIAN ALEXANDER BELTRAN	Asistio
1000730065	JUAN PABLO RODRIGUEZ	Asistio
1026250002	MIKAEL ESTIVEN CARO	Asistio
1015992442	ANGELO ESTEBAN BELTRAN	No asistio
1002088447	JAIDER ALEJANDRO MARTINEZ	Asistio
1000353508	MICHAEL STEVEN SAENS	Asistio
1000132880	MIGUEL ANGEL ARENAS	Asistio
1000992917	CRISTIAN CAMILO DUARTE	Asistio
1000130303	JHONATAN DAVID MIRANDA	No asistio
1000241823	JUAN PABLO PARADA	No asistio
1000694418	JULIAN STIVEN GUTIERREZ	No asistio
1000257292	CESAR ANDRES BAUTISTA	Asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO