PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-05	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Consolidar la comunicación entre los alumnos a través de las acciones
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 45	9. Nº de Semana: 24	Mejorar el equilibrio estático a través de los diferentes ejercicios
4. Grupo:	FÚTBOL 4		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:	2018-09-05	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Consolidar la comunicación entre los alumnos a través de las acciones
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 45	9. Nº de Semana: 24	Mejorar el equilibrio estático a través de los diferentes ejercicios
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	Desarrollar el gesto técnico del control con empeine, planta del pie, borde interno y externo

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1000522821	GABRIELA ALEXANDRA ESCAMILLA	No asistio
1025521625	ALEXANDRA IBAÑEZ	Asistio
1000860875	KAROL DAYANNA AMOROCHO	Asistio
1005826650	KELLY JOHANA LOZANO	Asistio
1016942018	LAURA VANESSA BUITRAGO	No asistio
1000522893	VALENTINA MARTINEZ	Asistio
1001201102	MARIA FERNANDA SESQUILE	No asistio
1005825785	XIOMARA ARDILA	Asistio
1000216738	LIZETH NICOLLE RODRIGUEZ	No asistio
1032796225	JEIMY NATALY TRUJILLO	No asistio
1000252370	NICOL NATALIA PARRA	Asistio
1000007200	VANESSA DAYANNA BOHORQUEZ	Asistio
1000131671	JENNYFER TATIANA LOPEZ	No asistio
1022322068	LEIDY VANESSA CELLAMEN	Asistio
1032796879	DIANA MARCELA QUITORA	Asistio
1034516056	NORMA CONSTANZA PULIDO	Asistio
1000328379	GABRIELA DEL PILAR MORENO	No asistio
1006089662	ANGELY ZULAY GALEANO	Asistio
1015993059	LUISA FERNANDA NARVAEZ	No asistio
1013098797	EMELY JULYETH BLANCO	Asistio
1105462491	KELLY NATHALIA MONTOYA	No asistio
1016942458	MAIRA ALEJANDRA PEREIRA	No asistio
1001275087	VALERIA ADRIANA CAÑAS	Asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO