PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-25	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Demostrar la influencia de la interdependencia
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 51	9. Nº de Semana: 27	Mejorar la resistencia aeróbica
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10.	Estimular el gesto técnico del pase, conducción y recepción a través de un circuito técnico
12.PART E	**13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	INTRODUCCIÓN CALENTAMIENTO GENERAL ESTIRAMIENTOS JUEGO PRE-DEPORTIVO	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. Juego pre deportivo cadenita	
18. CENTRAL	CIRCUITO TÉCNICO FÚTBOL	80	ESTACIÓN 1. Slalom con balón entre los conos, Ida, regresa o pasa el balón al compañero y regresa trotando. Se puede hacer ida y vuelta. ESTACIÓN 2. Uno pasa el balón a un lado y otro el otro cabeceo, pasando por detrás del cono. Esta estación se trabaja con portero. ESTACIÓN 3. Ejercicio de conducción del balón como indica el diagrama. ESTACIÓN 4. Pases entre dos compañeros dentro del cuadrado. ESTACIÓN 5: Trabajo de pases con borde interno entre dos jugadores, uno fijo el otro en movimiento lateral.	
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:	2018-09-25	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Demostrar la influencia de la interdependencia
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 51	9. Nº de Semana: 27	Mejorar la resistencia aeróbica
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	Estimular el gesto técnico del pase, conducción y recepción a través de un circuito técnico

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1007107556	SERGIO ANDRES MUÑOZ	Asistio
1001275811	JUAN DIEGO OSPINA	Asistio
1000378293	SERGIO ESTEBAN MORENO	No asistio
1000620440	BRIAN STIBEN GRIJALBA	Asistio
1000128006	KEVIN FABIAN SOLER	No 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	Asistio
1000242021	JONATHAN STEVEN SEPULVEDA	Asistio
1021512038	JUAN MANUEL ROLDAN	No 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	No asistio
1023367994	JOSE GABRIEL TELLEZ	No asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor