PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-28	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Generar sentido de pertenencia en los estudiantes
3. Hora:	Viernes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 52	9. Nº de Semana: 27	Mejorar la resistencia aeróbica
4. Grupo:	FÚTBOL 3		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: Uno pasa el balón el otro cabecea, regresa toca el cono y vuelve a cabecear. X cabeceos y cambian. ESTACIÓN 2: Pases enfrentados, se van acercando y alejando hasta la altura de las estacas. ESTACIÓN 3: Juegan uno vs. uno libre pudiendo convertir el gol por cualquiera de ambos lados de la portería pequeña. ESTACIÓN 4: Ejercicio similar al dos solo que ahora rematando el lugar de cabecear. ESTACIÓN 5: Juegan 3 vs. 1 dentro de un cuadrado. Cuando cambian una pareja repite en este lugar la otra va a la estación 1.	
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:	2018-09-28	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Generar sentido de pertenencia en los estudiantes
3. Hora:	Viernes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 52	9. Nº de Semana: 27	Mejorar la resistencia aeróbica
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	Estimular el gesto técnico del pase, conducción y recepción a través de un circuito técnico

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1020712207	BRAYAN ALEXANDER SALAMANCA	Asistio
1007140966	DANIELA EDITH LOPEZ	Asistio
1003529401	INGRID LORENA GOYENECHE	Asistio
1034776129	NATALIA CARDONA	Asistio
1000688797	SULEY XIMENA AGUIRRE	Asistio
1000375460	ANDRES FELIPE LOPEZ	Asistio
1193215671	NEILING HELENA DOMINGUEZ	Asistio
1005696237	HECTOR JULIAN FORERO	No asistio
1003823089	ANDRES FELIPE DIAZ	Asistio
1000133936	JOHANA MURCIA	Asistio
1000130812	DEISY YOHANNA ROA	Asistio
1002996028	ANDREA CABANA	Asistio
1000128902	DIEGO FERNANDO SIMANCA	Asistio
1000790890	ANGIE LISETH PLAZA	Asistio
1019002864	CRISTOPHER MATEO GALAN	No asistio
1001058749	JOHN SEBASTIAN VARGAS	Asistio
1012408002	JUAN DAVID RODRIGUEZ	Asistio
1025702628	VALENTINA GARZON	Asistio
1005027639	JENSON ANTONIO ZAPATA	Asistio
1000685646	JUAN ESTEBAN SAUCEDO	No asistio
1000128138	STEFANIA DELGADO	Asistio
1085548899	JEISON FREDY QUINTERO	No asistio
1123434030	JHON ALEXANDER GONZALEZ	Asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO