PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CARLOS PIZARRO LEON GOMEZ			Nombre Instructor: JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2018-09-26	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Demostrar la influencia de la interdependencia
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 51	9. Nº de Semana: 27	Mejorar la resistencia aeróbica
4. Grupo:	FÚTBOL 4		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:	2018-09-26	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	Demostrar la influencia de la interdependencia
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 51	9. Nº de Semana: 27	Mejorar la resistencia aeróbica
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	Estimular el gesto técnico del pase, conducción y recepción a través de un circuito técnico

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	Asistio
1000522893	VALENTINA MARTINEZ	No asistio
1001201102	MARIA FERNANDA SESQUILE	No asistio
1005825785	XIOMARA ARDILA	Asistio
1032796225	JEIMY NATALY TRUJILLO	Asistio
1000252370	NICOL NATALIA PARRA	No asistio
1000007200	VANESSA DAYANNA BOHORQUEZ	No asistio
1000131671	JENNYFER TATIANA LOPEZ	Asistio
1022322068	LEIDY VANESSA CELLAMEN	No asistio
1032796879	DIANA MARCELA QUITORA	No asistio
1034516056	NORMA CONSTANZA PULIDO	No asistio
1000328379	GABRIELA DEL PILAR MORENO	No asistio
1006089662	ANGELY ZULAY GALEANO	Asistio
1015993059	LUISA FERNANDA NARVAEZ	No asistio
1013098797	EMELY JULYETH BLANCO	No asistio
1105462491	KELLY NATHALIA MONTOYA	No asistio
1016942458	MAIRA ALEJANDRA PEREIRA	Asistio
1001275087	VALERIA ADRIANA CAÑAS	No asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO