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,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 52	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: 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,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 52	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	Asistio
1025521625	ALEXANDRA IBAÑEZ	Asistio
1000860875	KAROL DAYANNA AMOROCHO	Asistio
1005826650	KELLY JOHANA LOZANO	Asistio
1016942018	LAURA VANESSA BUITRAGO	Asistio
1000522893	VALENTINA MARTINEZ	Asistio
1001201102	MARIA FERNANDA SESQUILE	Asistio
1005825785	XIOMARA ARDILA	Asistio
1032796225	JEIMY NATALY TRUJILLO	Asistio
1000252370	NICOL NATALIA PARRA	Asistio
1000007200	VANESSA DAYANNA BOHORQUEZ	Asistio
1000131671	JENNYFER TATIANA LOPEZ	Asistio
1022322068	LEIDY VANESSA CELLAMEN	Asistio
1032796879	DIANA MARCELA QUITORA	Asistio
1034516056	NORMA CONSTANZA PULIDO	Asistio
1000328379	GABRIELA DEL PILAR MORENO	Asistio
1006089662	ANGELY ZULAY GALEANO	Asistio
1015993059	LUISA FERNANDA NARVAEZ	Asistio
1013098797	EMELY JULYETH BLANCO	Asistio
1105462491	KELLY NATHALIA MONTOYA	No asistio
1016942458	MAIRA ALEJANDRA PEREIRA	Asistio
1001275087	VALERIA ADRIANA CAÑAS	Asistio

JOHN JAVIER AGUDELO TRIANA

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO