PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-08	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Sesión N°20 Reconocer la importancia del descanso y su relación con el rendimiento deportivo.
3. Hora:	Lunes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 14	Fortalecer la ubicación espacio temporal.
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10.	Reconocer la técnica del saque de banda.
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Retroalimentación de los aprendizajes de la sesión anterior. Posteriormente Ambientación y preparación para la sesión del día de acuerdo a las siguientes temáticas: La importancia del descanso para nuestra salud y su relación con el rendimiento durante la práctica deportiva.	a. Se utilizarán 2 minutos para realizar la bienvenida y saludo inicial. b. Durante 3 minutos se expondrán las temáticas relacionadas con los objetivos planteados para la sesión. c. Se utilizarán 10 minutos para realizar actividad lúdica relacionada con el componente social: “La autoconfianza”. Tiempo total aproximado para la etapa inicial: 15 minutos aproximadamente.	a. De acuerdo a los lineamientos entregados se dará la bienvenida a los estudiantes haciendo énfasis en el reconocimiento del nombre del proyecto (TEC) y del IDRD. b. Posteriormente se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los objetivos planteados. c. Preparación para la sesión a través de la actividad: “CONFIO EN MI Y EN TI”. En este juego se harán parejas y un alumno estará con los ojos vendados y cogidos de la mano, el otro le vamos guiando por un camino de "obstáculos" indicando por donde debe caminar. Para ello, tiene que confiar en su compañero y Luego, podemos invertir los papeles.	La sesión se ejecutó en el parque Pavco
18. CENTRAL	Durante la primera fase de la parte central se desarrollarán actividades enfocadas al fortalecimiento del sistema cardio-respiratorio. Para la segunda fase se harán actividades dinámicas enfocadas en la ubicación espacial de acuerdo al terreno de juego y su relación con las posiciones básicas del fútbol.	a. Se utilizarán 20 minutos para realizar trabajos de desplazamiento. b. Se utilizarán 25 minutos para trabajo con balón. c. Se utilizarán 5 minutos para descanso. d. Se utilizarán 35 minutos para realizar práctica de fútbol adaptado, dos tiempos de 15 minutos y 5 para descanso. e. Se utilizarán 10 minutos para realizar vuelta a la calma. Tiempo total aproximado para la etapa central: 95 minutos aproximadamente.	a. Se realizará trabajo de calentamiento específico a través de juego “Los ponchados” b. Inicialmente se expondrá la técnica del saque de banda de acuerdo a lo establecido en la regla 2 del Fútbol. Posteriormente se organizará el grupo por parejas, las cuales se ubicarán de frente (cada uno en una línea) y se lanzarán el balón aplicando la técnica de saque de banda. Para la segunda fase se aplicará la técnica de saque de banda en situaciones reales de juego (fase ofensiva y defensiva). c. Los participantes harán una pausa para hidratación. d. Practica de fútbol adaptado por equipos según cantidad de participantes, haciendo énfasis en el saque de banda. e. Vuelta a la calma a través de movimiento articular y estiramiento dirigido por uno de los participantes.	
19. FINAL	Retroalimentación sobre el desarrollo de la sesión del día.	Se destinarán 10 minutos finales para la Evaluación y reflexión de la sesión del día. Tiempo total aproximado para la etapa final: 10 minutos aproximadamente.	El grupo se reunirá en un círculo para compartir sus percepciones acerca de la sesión del día. Posteriormente el formador hará el respectivo cierre exponiendo las relaciones existentes entre las percepciones expresadas y las actividades realizadas con las temáticas y objetivos planteados para la sesión.	

JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-08	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Sesión N°20 Reconocer la importancia del descanso y su relación con el rendimiento deportivo.
3. Hora:	Lunes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 14	Fortalecer la ubicación espacio temporal.
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	Reconocer la técnica del saque de banda.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1024502449	KEVIN MAURICIO ASCENCIO	Asistio
1024504979	LUIS ANGEL BOCANEGRA	Asistio
1023381625	JUAN DAVID BUENAVENTURA	No asistio
1013118241	MANUEL SANTIAGO RAMIREZ	Asistio
1021634929	SANTIAGO ALONSO VERGEL	No asistio
1026272883	JUAN CAMILO ALEMAN	Asistio
1023379541	THOMAS SANTIAGO GOMEZ	Asistio
1023383637	JULIAN FELIPE LOPEZ	Asistio
1023376877	JESUS DAVID MORENO	Asistio
1025539879	HEINER JOEL TEATINO	Asistio
1024511690	JUAN FELIPE CHUQUEN	Asistio
1024507850	SANTIAGO ESPINOSA	Asistio
1106363316	LEIDER CAMILO MATAMOROS	Asistio
1024503822	JOSE MANUEL VANEGAS	No asistio
1028488642	SAMUEL RICARDO GUARNIZO	Asistio
1047043247	JAMIT JOSE ORTEGA	No asistio
1024489685	KENNET JHOEL CORTES	Asistio
1028884529	DIEGO MAURICIO GAMBOA	Asistio
1023369078	DANNY ALEXANDER GUTIERREZ	Asistio
1030559101	JUAN JOSE BENITEZ	Asistio
1014663481	JAIDER ANDERSON CASTILLO	Asistio
1029281455	MARIA VALENTINA GAMBOA	Asistio
1023378340	SANTIAGO LOPEZ	No asistio
1024500628	CARLOS ANDRES PAEZ	No asistio
1028882438	FREDDY STEVEN RODRIGUEZ	Asistio
1049432222	CRISTIAN DARIO GONZALES	Asistio
1024510884	HAROL GUIOVANNY SIERRA	No asistio

JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO