PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SANTA MARTHA			Nombre Instructor: Cristian David Quijano Arango	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-17	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Usme	Mostrar actitud de compromiso y responsabilidad frente a las actividades propuestas en el centro de interés futbol-sala.
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 6	Mantener el equilibrio estático y dinámico, con o sin objetos, en diferentes superficies y varios apoyos.
4. Grupo:	FUTSAL 3		10.	Adoptar de manera correcta la posición asignada de juego durante la práctica.
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	*Llamado a lista *Movimiento Articular *Calentamiento General *Estiramiento generalizado. *Actividad componente Social - Compromiso Responsabilidad *Hidratación	40MIN	*Organizar el grupo partiendo de diferentes estrategias organizativas, de esta manera permitiendo el llamado a lista y así poder realizar el desplazamiento al escenario de práctica. * Se desarrolla un trabajo de movilidad articular seguido a esto se realiza una activación (calentamiento); y por ultimo un estiramiento generalizado para de esta manera dar paso a la práctica. “Paquete-Paquete” Para realizar los equipos de las actividades siguientes utilizaremos este juego. Los estudiantes tendrán que correr libremente y el Formador dirá el "paquete" que se debe de formar y los pasos a seguir por dicho paquete -paquete de 3: Formar un triangulo en el suelo -paquete de 5: Formar un círculo en el suelo -paquete de 6: Formar un cuadrado en el suelo -paquete de 4: Formar un número "2" en el suelo. -paquete de 7: Formar el número "10" en el suelo.	
18. CENTRAL	*Equilibrio estático y dinámico *Posiciones	60MIN	Circuito equilibrio Dinámico Estación #1 " Arquero": Pasar una serie de aros ubicados en el terreno de juego de manera horizontal partiendo de la indicación del formador, ejemplo: *Pasaran solo con el pie derecho. *Al finalizar deberá realizar un secuencia se pases de 20 toques borde interno. Estación #2 "defensa Cierre": El estudiante deberá saltar el elemento según la indicación del formador: * Elemento #1: Saltos adelante y atrás, cuando realice el salto hacia adelante deberá equilibrarse con el pie izquierdo, salto atrás equilibrio pie derecho. *Elemento #2: Saltos laterales: salto ala izquierda equilibrio con el perfil izquierdo, salto derecha equilibrio perfil derecho. Estación # 3 y 4 "ala izquierda y derecha ": Pasa la escalera de coordinación en un solo apoyó ida y vuelta * Recorrido " ida": pie derecho *Recorrido " vuelta": pie izquierdo Estación #5 " Delantero-pívot": Trasportar el elemento en la cabeza sin utilizar ningún tipo de apoyo *Partido Aplicativo	

19. FINAL	* Vuelta a calma *Hidratación * Retroalimentación de temática	20MIN	*Se realiza una vuelta a calma partiendo de la intensidad de la actividad *Hidratación *Retroalimentación de temas vistos durante el desarrollo de las sesión de clase *Aspectos a mantener y a mejorar por parte del grupo *Desplazamiento a la institución educativa.	

Cristian David Quijano Arango

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SANTA MARTHA			Nombre Instructor: Cristian David Quijano Arango	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-17	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Usme	Mostrar actitud de compromiso y responsabilidad frente a las actividades propuestas en el centro de interés futbol-sala.
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 6	Mantener el equilibrio estático y dinámico, con o sin objetos, en diferentes superficies y varios apoyos.
4. Grupo:	FUTSAL 3		10. Edades:	Adoptar de manera correcta la posición asignada de juego durante la práctica.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1069872872	CRISTIAN ANDREY RODRIGUEZ	Asistio
1022978063	ANDRES FELIPE LEMUS	Asistio
1029285109	OSCAR JULIAN GOMEZ	Asistio
1140923027	JOHN SEBASTIAN ANTIA	Asistio
1022977368	ANDRES FELIPE ARANGO	Asistio
1140922841	NICOLAS SNEYDER RODRIGUEZ	Asistio
1029285988	JUAN DIEGO HERRERA	Asistio
1028787973	SANTIAGO GOMEZ	Asistio
1025066017	KEVIN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1140922392	JULIAN DAVID GONZALEZ	Asistio
1022979229	SLEVIN SMITH PIRAQUIBE	Asistio
1140919176	JHOJAN SANTIAGO ALVAREZ	Asistio
1140921290	JULIAN STIVEN ALVAREZ	Asistio
1018443960	DILAN SAMUEL ARIZA	No asistio
1140921498	XAVI ADRIAN PERDOMO	Asistio
1141325588	JUAN ESTEBAN SANCHEZ	Asistio
1140919065	JULIAN STIVEN SARMIENTO	Asistio
1140919256	BRANDON YESID RICO	No asistio
1094054728	ANGEL DAVID BERNAL	Asistio
1140920903	JHOSTYN SAMUEL PUERTO	Asistio

Cristian David Quijano Arango

Firma del Instructor