PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SANTA MARTHA			Nombre Instructor: Cristian David Quijano Arango	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-28	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Usme	Mejorar la interacción con otros, asumiendo actividades de cooperación, tolerancia, honestidad, y todos los valores que ayudan a una sana convivencia dentro del C.I fútbol-sala.
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	Mejorar la capacidad aerobia a través de ejercicios de carrera continúa con ritmo moderado para desarrollar la resistencia de corta y media duración
4. Grupo:	FUTSAL 2		10.	Ejecutar de los diferentes pases en diferentes distancias.
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 - Sana convivencia *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. *Lánzalo al mar. Se dividirá el grupo en 2 equipos de trabajo, cada equipo se ubicara en una mitad de cancha y la zona del arco será llamado "MAR", cada integrante de los dos equipos tendrá una pelota la cual deberá lanzar sin pasarse de la línea de mitad de cancha y si logra ponchar a alguien del equipo contrario automáticamente será lanzado al mar, gana el equipo que logre mandar a varios compañeros del equipo rival a la zona del "MAR"	
18. CENTRAL	* Capacidad aeróbica * Pases	60min	*Corre en "X": En filas los estudiantes deberán trotar de tal manera que sus desplazamientos formen siempre la letra x, dicho ejercicios se ejecutara por 5 min por 1 de recuperación. *Pase amplio- corto: Dos estudiantes ubicados a una distancia aproximada de 4 mts deberán realizar pases de manera que se vayan acercando; al momento de estar a una distancia corta deberán retroceder de tal manera que se incremente la distancia temporalmente. *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:	2019-05-28	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Usme	Mejorar la interacción con otros, asumiendo actividades de cooperación, tolerancia, honestidad, y todos los valores que ayudan a una sana convivencia dentro del C.I fútbol-sala.
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	Mejorar la capacidad aerobia a través de ejercicios de carrera continúa con ritmo moderado para desarrollar la resistencia de corta y media duración
4. Grupo:	FUTSAL 2		10. Edades:	Ejecutar de los diferentes pases en diferentes distancias.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1011103054	JESHUA LEONARDO BUITRAGO	Asistio
1096671220	JUAN DIEGO TAPASCO	Asistio
1022966089	ERIK SANTIAGO MUÑOZ	Asistio
1028800103	JUAN SEBASTIAN SOLIS	Asistio
1027528975	JUAN MANUEL GONZALEZ	Asistio
1022970757	KEVIN SANTIAGO RAMIREZ	Asistio
1140918750	SAMUEL ESTEBAN SARRIA	Asistio
1028840134	JULIAN MATEO BONILLA	Asistio
1000691678	BANESA ALEXANDRA HERRERA	No asistio
31337359	SOFIA MYLENA POLANCO	Asistio
1022927978	WILMER STEVEN ORJUELA	Asistio
1023243497	WILDER ALEJANDRO CORRECHA	Asistio
1140918427	ANDRES FELYPE ALFONSO	No asistio
1028783788	GABRIEL NICOLAS PUERTO	Asistio
1033714660	FREDERITH ALEJANDRO HINCAPIE	Asistio
1022954833	CRISTIAN DAVID GALINDO	Asistio

Cristian David Quijano Arango

Firma del Instructor