PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SANTA MARTHA			Nombre Instructor: Cristian David Quijano Arango	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-29	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 futbol-sala.
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 14	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 4		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:	2019-05-29	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 futbol-sala.
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 14	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 4		10. Edades:	Ejecutar de los diferentes pases en diferentes distancias.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014738939	EDWIN DAVID ROJAS	Asistio
1022932960	ANGEL SMITH ROJAS	Asistio
1022939144	HAROL ALEXANDER RODRIGUEZ	Asistio
1022924187	BEKCAN STIVEN GARAVITO	Asistio
30780254	JOSUE MIGUEL POLANCO	Asistio
1027532767	CRISTHIAN DAVID RADA	Asistio
1007105095	BRAYAN ESPITIA	Asistio
1000944967	SANTOS ROA	Asistio
1075598365	SANTIAGO SALAS	Asistio
1022931127	SEBASTIAN ALEJANDRO RODRIGUEZ	Asistio
1022930062	WILLIAN ESTEBAN CHACON	Asistio
1028780246	ANDERSON DAVID GUATAQUIRA	Asistio
1010164236	JOHANN SNEYDER ALDANA	Asistio
1000626753	BRAYAN CAMILO GOMEZ	Asistio
1022930109	KEVIN ANDRES PARDO	Asistio
1001273610	DAVID SANTIAGO LEON	Asistio
1022928646	IVAN FELIPE MARQUEZ	Asistio

Cristian David Quijano Arango

Firma del Instructor