PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-06-05	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	IDENTIFICAR LA RELACION ENTRE LA AMISTAD Y EL TRABAJO EN EQUIPO
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 5	DESARROLLAR LA COORDINACION DEINAMICA GENERAL Y LA UBICACIÓN TEMPORESPACIAL.
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10.	DESARROLLAR LA MOVILIDAD MEDIANTE PASES EN ESPACIO REDUCIDO UTILIZANDO DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO COMO (CABEZA, MUSLO, HOMBRO, PIE; BORDE INTERNO, EXTERNO Y EMPEINE)
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	LLAMADO A LISTA CHARLA ACERCA DE LOS EJERCICIOS QUE SE REALIZARAN EN ESTA SESION. CALENTAMIENTO GENERAL	20 MINUTOS	Verificar la asistencia de los alumnos inscritos para este centro de interés y grupo determinado. Conversación con los alumnos acerca de la importancia del futbol en espacio reducido para mejorar la movilidad de los jugadores en el campo de juego. Trote suave alrededor de la cancha, ejercicios específicos de calentamiento, empezando por el tren inferior y posteriormente el tren superior, luego se realizo un estiramiento de cada una de los segmentos involucrados en la practica de futbol	
18. CENTRAL	FUTBOL EN ESPACIO REDUCIDO. PRACTICA DE FUTBOL	20 MINUTOS 40 MINUTOS 20 MINUTOS	FUTBOL EL ESPACIO REDUCIDO:Ejercicios de futbol en espacio reducido convariaciones, cuando el instructor da la indicación de un pitazo los alumnos jugaran a un toque, cuando el instructor da la orden de dos pitazos los alumnos jugaran a dos toques y cuando el instructor da la orden de tres pitazos los alumnos haran pases de manera libre. estos ejercicios se realizaran en grupos de 3 vs 3 y se realizara una rotación para garantizar la participacion de todos. Practica de futbol teniendo en cuenta los movimientos anteriormente explicados y practicados, para poder asimilar y poner en practica lo aprendido	
19. FINAL	VUELTA A LA CALMA Feedback	20 MINUTOS	Trote suave alrededor de la cancha y estiramiento final. Correcciones de las actividades realizadas	

ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO