PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-31	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	FORTALECER LA AMISTAD ENTRE LOS COMPAÑEROS
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 10	DESARROLLAR LA COORDINACION DIMAMICA GENERAL Y VISOPEDAL ASI COMO LA UBICACION TEMPORESPACIAL PARA EJECUTAR EJERCICIOS DE CONTROL DE BALON EN LA PRACTICA DE FUTBOL.
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10.	INDICADOS TENIENDO EN CUENTA EL CONTROL DE BALON Y LOS DIFERENTES TIPOS DE CONTROL PARA MEJORAR EN LA PRACTICA DEPORTIVA. (TIPOS DE CONTROL PARTE 2 PIERNA DISTANTE Y BALON A DIFERENTES ALTURAS)
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 Y ESPECÍFICO	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 control de balon y los tipos de control de balon para la practica del futbol. Así mismo la explicación de cada uno de los ejercicios a realizar. Ejercicios específicos de calentamiento,empezando por el tren inferior y posteriormente el tren superior, luego se realizara un estiramiento por parejas exigiendo cada uno de los segmentos involucrados en la practica de futbol. Finalmente un estiramiento haciendo énfasis en los segmentos corporales que vamos a utilizar el dia de hoy.	

18. CENTRAL	EJERCICIOS DE CONTROL DE BALON CON PIERNA DISTANTE Y AL ENCUENTRO CON EL BALON. CONTROL DE BALON CON BALON ELEVADO PRACTICA DE FUTBOL	20 MINUTOS 40 MINUTOS 10 MINUTOS 15 MINUTOS	EJERCICIOS PIERNA DISTANTE: Se divide por tríos, estos se van a ubicar en línea uno cada 3 metros aproximadamente del otro, quedara uno en el centro, el objetivo es trotar en el puesto y realizar pases en el puesto, los jugadores de los lados realizaran parada y pase, el que está en el centro de los dos controlara el balón con la pierna más distante de quien entrego el balón y realiza el pase al otro jugador. Luego se rotara el jugador del medio con el ánimo de que todos participen del ejercicio. EJERCICIO AL ENCUENTRO CON EL BALON: Los jugadores se ubicaran de la misma manera que en ejercicio anterior solo que esta vez no controlaran con la pierna distante sino que por el contrario el jugador del centro ira al encuentro del balo, realiza una semiparada y entregara el balón al compañero mas distante, luego se acercara a él y seguirá el mismo ciclo hasta que se realice el cambio del jugador del medio. EJERCICIOS DE CONTROL DE BALON CON ELEVACION DEL BALON: Este ejercicio se puede realizar individual o de parejas, consiste en tirar el balón hacia arriba y no dejar picar el balón en el piso, se realiza una parada con la planta de pie antes de que el balón de rebote. en elpróximo ejercicio el control de balón se realizaracon la punta de pie, al tirar el balón al aire ycontrolar el balón con el pie sin que de rebote en elpiso y manteniendo el control de balón lo mascercano al pie. En el siguiente ejercicio por parejasse ubican los dos jugadores a una distancia de aproximanadamente 10 metros, un jugador pasara el balon a una mediana altura, luego el otro jugador controlara de la manera mas adecuada y acertada. PRACTICA DE FUTBOL: Se realizara la practica de futbol teniendo en cuenta lo aprendido en clase y teniendo la mejor toma de decisiones en elmomento adecuado.	
19. FINAL	VUELTA A LA CALMA FEEDBACK RETROALIMENTACION DE SESION	15 MINUTOS	Trote suave al rededor de la cancha, luego caminar, luego ejercicios de respiracion y posteriormente un estiramiento final. retroalimentacion correctivo de las actividades aplicadas en la sesión.	

ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-31	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	FORTALECER LA AMISTAD ENTRE LOS COMPAÑEROS
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 10	DESARROLLAR LA COORDINACION DIMAMICA GENERAL Y VISOPEDAL ASI COMO LA UBICACION TEMPORESPACIAL PARA EJECUTAR EJERCICIOS DE CONTROL DE BALON EN LA PRACTICA DE FUTBOL.
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	INDICADOS TENIENDO EN CUENTA EL CONTROL DE BALON Y LOS DIFERENTES TIPOS DE CONTROL PARA MEJORAR EN LA PRACTICA DEPORTIVA. (TIPOS DE CONTROL PARTE 2 PIERNA DISTANTE Y BALON A DIFERENTES ALTURAS)

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
32487359	SANTIAGO JOSE PAEZ	Asistio
1022939807	KEVIN DAVIAN AGUDELO	Asistio
1141314856	MIGUEL ANGEL CUEVAS	Asistio
1013111378	JOHAN CAMILO CARRANZA	No asistio
1021673506	JERSON FELIPE PIÑA	Asistio
1023373319	RICARDO STIVEN URREGO	Asistio
1012341825	CARLOS DANIEL SANTA	Asistio
1021673961	JHON SEBASTIAN TORRES	Asistio
1012363942	MAICOL ESTEVEN ROBAYO	Asistio
1028880890	JEFERSON DAVID QUINTERO	Asistio
1012323407	DILAN SANTIAGO CESPEDES	Asistio
1022350037	ANGEL MATEO RAMIREZ	No asistio
1012335525	CARLOS EDUARDO CHIGUASUQUE	No asistio
1030550643	ANDRES FELIPE BLANCO	Asistio
1012334846	JANN CARLOS MORENO	Asistio
1030531941	ANDERSON ARLEY BARACALDO	No asistio
1012338739	JOHAN BLEIDER CORNELIO	No asistio
1030535033	JUAN MANUEL FRANCO	Asistio
1012329805	JUAN SEBASTIAN CUELLAR	Asistio
1013108928	CRISTIAN FELIPE GUZMAN	Asistio
1012345047	LAURA KAMILA GONZALEZ	Asistio
1025320718	SAMIR GARCES	Asistio
1016002074	EDDY SANTIAGO PEÑA	Asistio
1034780347	NICOLAS PALACIOS	Asistio
1023373081	JEFREN DAVID AGUILAR	Asistio

ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO