PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-26	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	FOMENTAR LA AMISTAD EN LOS ESTUDIANTES
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 9	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.	CONOCER Y EJECUTAR LOS EJERCICIOS INDICADOS TENIENDO EN CUENTA EL CONTROL DE BALON Y LOS DIFERENTES TIPOS DE CONTROL PARA MEJORAR EN LA PRACTICA DEPORTIVA. (TIPOS DE CONTROL PARTE 1)
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	CONTROL DE BALON TIPOS DE CONTROL DE BALON PRACTICA DE FUTBOL	20 MINUTOS 40 MINUTOS 10 MINUTOS 15 MINUTOS	CONTROL DE BALON: recuento de los controles o tipos de balon y sus caracteristicas. EJERCICIOS CONTROL DE BALON PARADA: por parejas se ubica uno delante del otro a una distancia de 4 metros, en el puesto van a trotar mientras realizan pases el objetivo es parar completamente el balon y luego hacer el pase de acuerdo a la superficie de contacto del pie indicada por el formador. (variacion) distancias o trios. EJERCICIOS SEMIPARADA: En el primer ejercicio también trabajaremos la movilidad lateral, lo haremos para izquierda y para derecha el número de veces que consideremos oportunas. Normalmente 5 veces a cada lado por jugador sería suficiente. El jugador A pasa al jugador B El jugador B controla el balón El jugador B conduce al balón hacia un lado hasta el cono El jugador B pasa al jugador A El jugador B vuelve a su posición original En el segundo ejercicio trabajaremos la movilidad en diagonal hacia atrás. Igual que en el ejercicio anterior también loharemos a los dos lados y cinco veces por cadalado. El jugador A pasa al Jugador B El jugador Bcontrola el balón El jugador B se gira y vaconduciendo hasta el cono situado detrás, lo rodea yvuelve conduciendo el balón El jugador B pasa el balón de nuevo al jugador A EJERCICIOS DE CONTROL DIRIGIDO: Realizar ejercicios de control dirigido y remates a la portería; se ubica una fila de frente a la portería un jugador se ubica fuera de la fila pues es quien va a realizar los pases en diagonal a la portería el jugador que esta en la fila saldrá y realizara un control dirigido hacia la portería y luego rematara sin detener el balón posterior al control. PRACTICA DE FUTBOL: se tiene en cuenta y se valora la aplicacion de lo aprendido en la sesion de clase.	
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:	2019-07-26	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	FOMENTAR LA AMISTAD EN LOS ESTUDIANTES
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 9	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:	CONOCER Y EJECUTAR LOS EJERCICIOS INDICADOS TENIENDO EN CUENTA EL CONTROL DE BALON Y LOS DIFERENTES TIPOS DE CONTROL PARA MEJORAR EN LA PRACTICA DEPORTIVA. (TIPOS DE CONTROL PARTE 1)

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	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	No asistio
1034780347	NICOLAS PALACIOS	Asistio
1023373081	JEFREN DAVID AGUILAR	Asistio

ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO