PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-03	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Reconocer en el terreno de juego la reducción de espacios, reforzar las relaciones entre los compañeros de clase.
3. Hora:	Miercoles,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 11	Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10.	Ejecutar correctamente el gesto técnico de cabeceo.
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Llamado de lista, movilidad articular, Calentamiento juego pre deportivo, estiramiento, hidratación.	10-5-5	Llamada de lista. Movilidad Articular: Trote realizando ejercicios de movilidad articular: movimiento de brazos y piernas, tobillos, rodillas, hombros, otros que se consideren necesarios para el tipo de trabajo a realizar. Calentamiento: Pre-deportivo: Pase 10: Dos equipos de igual número de participantes, se han de pasar la pelota de forma seguida, hasta 10 veces. Flexibilidad: cuádriceps, isquiotibiales, glúteos, aductores, pierna recto anterior, cuello, espalda *hidratación	
18. CENTRAL	parte Central: Físico: En forma 30 días. Habilidad social: autoestima-autoconfianza. Estrategias de juego 1 Vs. 1 – 2 Vs. 2 Equilibrio dinámico-mixto general. Fútbol: 5 Vs. 5 al gol o por tiempo de 5 min	8-10-12-10-18- 22	Parte central: físico: en forma 30 días, aplicación principiantes cuerpo en forma. Habilidad social: autoestima-autoconfianza. caza-abrazadores. Los alumnos se reparten por un espacio determinado, a la señal del Formador todos deben buscar una pareja con la que abrazarse. Cada vez que el formador de la señal, deben buscar una pareja distinta. Dos alumnos hacen el papel de ‘caza-abrazadores’ y una vez que han pillado a un compañero sin pareja se intercambian posiciones. *Estrategia de juego 1 Vs 1 varias canchas, hacer gol y proteger su propia cancha. Juegan 2 vs 2 defender 2 canchas de 4 pasos cada una. *Motriz: saltar en un pie por encima de los platillos, saltar pie izq-derecho sobre los platillos, saltar de frente y hacia atrás. Mientras se salta un compañero lanza el balón para que este lo recepción con borde interno con cada pie. Fútbol: 5 Vs. 5 al gol o por tiempo de 5 min.	

19. FINAL	Llamado de lista, vuelta a la calma, retroalimentación, estiramiento, hidratación.	8-6-6	vuelta a la calma: la forma silenciosa: divide el grupo en dos equipos, elige a un participante de cada equipo para que haga el papel de facilitador o líder. susurrando nombra una figura, esta persona debe guiar a su grupo para que de forma a esta figura mientras lo hace no podrá hablar, ni sacar a la gente de su lugar, lo único que puede hacer es tocar o gesticular. . Retroalimentación Se les pregunta a los alumnos ¿con qué facilidad podían encontrar a quien abrazar? Estiramiento: isquiotibiales, piernas y cadera, hombros, triceps, gemelos, soleos, cuadriceps, soas iliaco, aductores. Hidratacion. Llamar a lista.	

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-03	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Reconocer en el terreno de juego la reducción de espacios, reforzar las relaciones entre los compañeros de clase.
3. Hora:	Miercoles,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 11	Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	Ejecutar correctamente el gesto técnico de cabeceo.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1010961798	DAHIAN SOFIA BARRERA	No asistio
1016716088	DANNA LORENA DIAZ	No asistio
1024488769	JHON JAIRO GARZON	Asistio
1025529730	SHARMELT NATHALYA HERNANDEZ	Asistio
1029143881	MARGIE NICOL MATAMOROS	Asistio
1023374448	NATALIA MONTERO	Asistio
1024488567	LAURA VALENTINA QUIJANO	Asistio
1023872009	DEIBY FELIPE DIAZ	Asistio
1023372016	YOSTIN ESNEYDER PINEDA	No asistio
1031540901	ANDRES FELIPE MENDEZ	No asistio
1013110521	KEVIN SANTIAGO CORTES	Asistio
1025532131	JUAN CAMILO MUÑOZ	Asistio
1140916322	BRYANT CAMILO PASTOR	Asistio
1024480663	BRANDON STEVEN VENEGAS	Asistio
1014738349	CAROL TATIANA TORO	Asistio
1023367935	JENNIFER ALEXANDRA GUERRERO	Asistio
1025527604	JAVIER HERNANDO FONSECA	Asistio
1025531210	DANNA VALENTINA ESCOBAR	Asistio
1032392887	QUILIAN SNEYDER MOYA	No asistio

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO