**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,13:00:00,15:00:00 | 6. Nº de Sesion: 18 | 9. Nº de Semana: 11 | Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad |
| 4. Grupo: | FÚTBOL DE SALÓN 2 | | 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,13:00:00,15:00:00 | 6. Nº de Sesion: 18 | 9. Nº de Semana: 11 | Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad |
| 4. Grupo: | FÚTBOL DE SALÓN 2 | | 10. Edades: | Ejecutar correctamente el gesto técnico de cabeceo. |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1029144852** | CAMILO ANDRES ALFONSO | Asistio |
| **1033731554** | SAMUEL ESTEBAN ESPA?A | Asistio |
| **1023379354** | AYLEEN DAYANA JIMENEZ | Asistio |
| **1033718577** | JUAN CAMILO MARCIGLIA | Asistio |
| **1031423502** | JEFERSON MATIZ | Asistio |
| **1025541252** | JOHAN STIVEN ORJUELA | Asistio |
| **1025539257** | TOMAS OSPINA | Asistio |
| **1016715074** | JOHAN SANTIAGO VASQUEZ | Asistio |
| **1033729406** | BREINER ALEJANDRO CABREJO | Asistio |
| **1024509690** | CAMILO ANDRES GARCIA | Asistio |
| **1027527057** | ANDRES FELIPE MORENO | Asistio |
| **1023381078** | JAIDER FELIPE MORENO | Asistio |
| **1028489907** | JOHAN ESTEBAN OLAYA | No asistio |
| **1024485800** | ANGEL DAVID SIGUA | Asistio |
| **1013126669** | MATEO RAMIREZ | No asistio |
| **1024508718** | BRAYAN SANTIAGO BUITRAGO | Asistio |
| **1024497170** | JHOAN SEBASTIAN BUITRAGO | Asistio |
| **1028785797** | NESTOR SEBASTIAN GARCIA | Asistio |
| **1141519131** | NIKY SANTIAGO MUNEVAR | Asistio |
| **1034292868** | ERIK JOEL BARRAGAN | Asistio |
| **1024506676** | SAMUEL DAVID JIMENEZ | Asistio |
| **1033726903** | KEVIN RONALDO VELANDIA | Asistio |
| **1023382517** | JERONIMO VARGAS | Asistio |
| **1023382901** | JOHAN HUMBERTO HERNANDEZ | Asistio |

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON
---
Firma del Instructor
**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**