PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-04	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:	Jueves,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		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:	2019-07-04	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:	Jueves,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	Ejecutar correctamente el gesto técnico de cabeceo.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023362099	BRANDON DARIO ECHEVERRY	Asistio
1027525325	BRAYAN DANIEL ALVAREZ	Asistio
1011084768	MARIANA PEREZ	Asistio
1022343619	JORGE ANDRES BEJARANO	Asistio
1013583451	BRAYAN MAURICIO CAMARGO	Asistio
1028480693	KEVIN ARLEY CASTAÑEDA	Asistio
1031421876	JOHAN LEANDRO PULIDO	No asistio
1014738294	SAMUEL ALBERTO AGUILAR	Asistio
1014737677	CRISTIAN SAMUEL NARVAEZ	No asistio
1000077914	BRANDON ESTICK CERON	No asistio
1030540806	JUAN PABLO CAMACHO	No asistio
1007107453	ANGEL DANIEL QUINTERO	No asistio
1013261050	ERIK SAMUEL SALAZAR	Asistio
1028780379	NICOLAS ESTEBAN VARGAS	Asistio
1019603625	JHOAN RAMIRO DIAZ	Asistio
1025520721	KEVIN SANTIAGO RUIZ	Asistio
1001300805	JUAN FELIPE BALLESTEROS	Asistio
1024471441	AXL LEONARDO MORENO	Asistio

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON

Firma del Instructor