PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-18	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Reconocer en el terreno de juego la creación de espacios. Fortalecer la Autoestima
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 23	9. Nº de Semana: 13	Realizar actividades de coordinación motriz gruesa y fina como medio básico para el desarrollo estructural del movimiento del estudiante.
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		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: Toma de decisiones: Equipos de la misma cantidad de estudiantes, por indicación de la formadora se va jugando con condiciones a primera intensión, 2 toques, tres toques, juego libre. Flexibilidad: cuádriceps, isquitiobiales, glúteos, aductores, pierna recto anterior, cuello, espalda *hidratación	

18. CENTRAL	parte Central: Físico: En forma 30 días. Habilidad social: autoestima-autoconfianza. Estrategias de juego 2 Vs. 2 *Motriz: Coordinación. Técnico: Cabeceo parietal. Pases corta y media distancia. Fútbol: 5 Vs. 5 al gol o por tiempo de 5 min.	8-8-14-12-18-20	Parte central: físico: en forma 30 días, aplicación principiantes cuerpo en forma. Habilidad social: autoestima-autoconfianza. Me gusta mi cuerpo. Los integrantes del grupo hacen un circulo, el formador se hace en el centro para dar las instrucciones, el formador comienza presentándose y diciendo que es lo que más le gusta de su cuerpo luego lanza la pelota a un estudiante del grupo para que se presente y menciones lo que más le gusta de su cuerpo y así sucesivamente hasta que pasen todos. *Estrategia de juego 2 Vs 2 partido de banquitas divididos en toda la cancha *Motriz:desplazamiento en zig-zag con balón, el jugadorsale realizando zig –zag a velocidad realizando elúltimo giro en U para iniciar el trabajo en laescalera realizando dos apoyos por dentro y dos porfuera a lo largo de la misma. Al llegar al final de laescalera y sin dejar la intensidad de lado recibe elpase del balón de la formadora. Realiza una pared einmediatamente realiza un pase en profundidad a uncompañero que está detrás de los 2 conos y realizaun sprint para cambiar. El que recibe conduce allado contrario, dejando el balón en la zona de laformadora y alistarse para iniciar el ejercicio, perosaliendo al lado contrario. * Técnico: saque deesquina y lateral para remate de cabeza formaparietal. Variantes. *pases por medio de conosseparados a 70 cm, 1 metro, metro y medio. A rasde piso y media altura, borde interno y empeine.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: trotar y caminar en punta de pies, talón, borde interno-externo. Retroalimentación promover el auto conocimiento y la aceptación por medio del reconocimiento de sí mismo y las diferencias con su entorno. *Estiramiento: inquisitobiales, gemelos, glúteos, aductor, abductor e Hidratación. 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:	2019-07-18	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Reconocer en el terreno de juego la creación de espacios. Fortalecer la Autoestima
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 23	9. Nº de Semana: 13	Realizar actividades de coordinación motriz gruesa y fina como medio básico para el desarrollo estructural del movimiento del estudiante.
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	Ejecutar correctamente el gesto técnico de cabeceo.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023376344	JAVIER ALEXANDER BERNAL	Asistio
1010761369	JULIANA DAZA	No asistio
1012976396	RONALD STEVEN FAJARDO	Asistio
1021398421	JHOAN SEBASTIAN LARA	Asistio
1023376462	ANDRES FELIPE MORENO	Asistio
1028861476	JUAN ESTEBAN PEÑA	Asistio
1033714391	EDWARD ANTONIO CHITIVA	Asistio
1025530381	DILAN ALEJANDRO GARCIA	Asistio
1233913038	JHEYSEN JOSUE ROJAS	No asistio
1025529912	ADRIAN FELIPE BERMUDEZ	Asistio
1024496013	JUAN ESTEBAN CASALLAS	Asistio
1014666735	KEVIN SANTIAGO MURILLO	Asistio
1055551665	JOSE ESTEBAN BARRETO	No asistio
1013118376	DILAN SANTIAGO BOTELLO	No asistio
1098436403	SERGIO ANDRES CAMACHO	Asistio
1141115971	JUAN FELIPE DURAN	Asistio
1010963977	PEDRO FERNANDO ROJAS	Asistio
1011202422	BRAYAN STID CHAVEZ	No asistio
1014665915	DUVAN FELIPE NUMA	Asistio
1075625238	CHRISTIAN DANIEL RUIZ	Asistio
1028785097	GABRIEL ESTEBAN GOMEZ	Asistio

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO