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,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 11	Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad
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: 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,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 11	Desarrollar movimiento de precisión y lateralidad
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	No asistio
1023376462	ANDRES FELIPE MORENO	No asistio
1028861476	JUAN ESTEBAN PEÑA	Asistio
1029280149	JOAN SEBASTIAN AVILA	No asistio
1033714391	EDWARD ANTONIO CHITIVA	Asistio
1025530381	DILAN ALEJANDRO GARCIA	Asistio
1233913038	JHEYSEN JOSUE ROJAS	Asistio
1025529912	ADRIAN FELIPE BERMUDEZ	Asistio
1024496013	JUAN ESTEBAN CASALLAS	Asistio
1105612285	CRISTYNK XIOMARA GONZALEZ	No asistio
1014666735	KEVIN SANTIAGO MURILLO	Asistio
1055551665	JOSE ESTEBAN BARRETO	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	Asistio
1025535031	HEIDY YERALDIN ORJUELA	No asistio
1014665915	DUVAN FELIPE NUMA	Asistio
1075625238	CHRISTIAN DANIEL RUIZ	Asistio

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO