PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-02	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Reconocer en el terreno de juego la reducción de espacios, Generar y fortalecer el Autoconocimiento para la expresión asertiva de emociones.
3. Hora:	Martes,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 20	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: A ciegas. Conos, antifaz y balón. Cada equipo tendrá un compañero con los ojos vendados el que conducirá la pelota guiado por el resto de sus compañeros, a través de un espacio delimitado hasta llegar a un punto específico, se quitar la venda y realizara un lanzamiento a portería si no lo consigue tendrá que repetir el tiro, luego se regresara pasando entre obstáculos en zig-zag finalmente tomara su lugar otro de los participantes y así sucesivamente hasta que pasen todos. 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.	8-10-15-15-12-20	Parte central: físico: en forma 30 días, aplicación principiantes cuerpo en forma. Habilidad social: autoestima-autoconfianza. Yo creo. Generar y fortalecer el Autoconocimiento para la expresión asertiva de emociones. Se hace un circulo y se les dice que vamos a jugar tingo tingo tango, al que le quede la pelota debe decir una cualidad suya y de alguno de los del círculo. Cualidades o virtudes como: Buena, enérgica, amable, segura, agradable, lista, trabajadora y asertiva. *Estrategia de juego 1 Vs 1 con transición defensiva. Variantes, Juegan 2 vs 2 y 2 esperan en la otra zona. Solo puede pasar de zona el que defiende. Los ofensivos juegan en su zona con cantidad de toques libres. Una vez recuperado el balón el equipo defensor se transforma en atacante hacia la otra zona. *Motriz: saltar en un pie por encima de los platillos, saltar pie izq-derecho sobre los platillos, saltar de frente y hacia atrás. 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: vuelta a la calma: Al correr lo ideal es disminuir la velocidad de carrera progresivamente hasta que se acaba por andar. Retroalimentación habilidad social Hacerles preguntas que los hagan reflexionar que tan difícil es encontrar cualidades en ellos mismos y como se sienten al reconocer cualidades en los otros. Estiramiento: isquiotibiales, cuádriceps, abductores, gemelos. 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:	2019-07-02	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Reconocer en el terreno de juego la reducción de espacios, Generar y fortalecer el Autoconocimiento para la expresión asertiva de emociones.
3. Hora:	Martes,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 20	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	No asistio
1011084768	MARIANA PEREZ	No asistio
1022343619	JORGE ANDRES BEJARANO	No asistio
1013583451	BRAYAN MAURICIO CAMARGO	Asistio
1028480693	KEVIN ARLEY CASTAÑEDA	No asistio
1031421876	JOHAN LEANDRO PULIDO	No asistio
1014738294	SAMUEL ALBERTO AGUILAR	Asistio
1014737677	CRISTIAN SAMUEL NARVAEZ	No asistio
1000077914	BRANDON ESTICK CERON	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	No asistio

YEIMI MARCELA CALDERON GARZON

Firma del Instructor