PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-28	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Generar espacios que permitan una adecuada comunicación determinando el liderazgo.
3. Hora:	Miercoles,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 30	9. Nº de Semana: 18	Identificar sus capacidades físicas, cognitivas y sociales.
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10.	Ejecutar diferentes saques de acuerdos a las necesidades de las acciones de juego
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	Apertura: Llamado a lista Juego Pre deportivo. Movilidad articular, estiramiento. Hidratación	10-5-5	Fase inicial: Llamado a lista Bull dog: en un terreno delimitado se colocan en un lado con balón y el que la coge en medio sin balón. a la voz de ya. Todos salen a la vez y tienen que tratar llegar al otro lado sin que le roben el balón. gana el ultimo que se quede con el balón. Los jugadores con balón se disponen en un lado del campo. El objetivo es cruzar la franja hacia el otro lado sin perder el balón. En la franja se encuentra un jugador que tiene un espacio determinado para robar. El jugador que pierda el balón se queda en la franja. Estiramiento: flexión y extensión de cabeza, inclinación lateral de la cabeza, flexión de tronco, extensión de brazos en vertical, extensión brazos al frente, aducción horizontal de brazo, flexión de rodilla, flexión de cadera con rodilla extendida, abducción de cadera de pie, abducción de caderas sentado con las plantas de los pies enfrentados. *hidratación	

18. CENTRAL	Desarrollo: Liderazgo. en forma 30 díashabilidades, actitudes y destrezas motoras recepciónpecho-saque lateral- saque de portero.	10-8-22-10-10-20	Fase central: Liderazgo: La forma silenciosa. Explicar qué caracteriza a un buen Líder y cómo ejerce su liderazgo, 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 quedé 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. Físico: En forma 30 días. *motriz: Habilidades locomotrices: Juego denominado carrera de tres pies: este consiste en correr una carrera con una pierna atada a la pierna de un compañero hasta llegar al objetivo. Se elige una persona para que realice la actividad, pero tiene que tocar con la palma de la mano la espalda del compañero y así sucesivamente seguir cogiendo cogidos de las manos. Correr desplazándose hacia adelante - Correr desplazándose hacia atrás – Correr desplazándose hacia un lado - Correr desplazándose hacia otro lado. *Técnico: control pecho: recepcionar desde diferentes alturas de espalda al arco, con opción de definir con empeine. Variantes. Saques laterales con balones de peso diferentes. A distancias diferentes. Teniendo en cuenta la respectiva regla de saque lateral. Saques de portero a ras de piso, media altura sin pasar la mitad de cancha. 5 vs. 5 al gol o 5 min.	
19. FINAL	Cierre: estiramiento. Retroalimentación, Estiramiento. Hidratación.	8-6-6	Fase final: Llamado a lista. penaltis. Retroalimentación: Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Qué es lo que identifica a un buen líder? ¿Qué hace que una persona sea un buen líder? Estiramiento: isquiotibiales, piernas y cadera, hombros, tríceps, gemelos, soleos, cuádriceps, soas iliaco, aductores. Hidratación.	

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. RODRIGO LARA BONILLA			Nombre Instructor: YEIMI MARCELA CALDERON GARZON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-28	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Generar espacios que permitan una adecuada comunicación determinando el liderazgo.
3. Hora:	Miercoles,08:30:00,10:30:00	6. Nº de Sesion: 30	9. Nº de Semana: 18	Identificar sus capacidades físicas, cognitivas y sociales.
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	Ejecutar diferentes saques de acuerdos a las necesidades de las acciones de juego

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023374448	NATALIA MONTERO	Asistio
1025532131	JUAN CAMILO MUÑOZ	Asistio
1012976115	ANDRES FELIPE FIQUITIVA	Asistio
1010961798	DAHIAN SOFIA BARRERA	Asistio
1024488567	LAURA VALENTINA QUIJANO	Asistio
1023872009	DEIBY FELIPE DIAZ	Asistio
1029143881	MARGIE NICOL MATAMOROS	Asistio
1024480663	BRANDON STEVEN VENEGAS	Asistio
1025527604	JAVIER HERNANDO FONSECA	Asistio