**PLAN DE CLASE**
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. ORLANDO HIGUITA ROJAS | | | Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO | **11. OBJETIVO DE CLASE** |
| 2. Fecha: | 2019-07-10 | 5. Centro de Interes FUTSAL | 8. Localidad: Bosa | - aceptar que existen normas y en que hay que seguirlas |
| 3. Hora: | Miercoles,09:30:00,11:30:00 | 6. Nº de Sesion: 57 | 9. Nº de Semana: 2 | - trabajar las capacidades coordinativas básicas del fútbol sala utilizando diferentes ejercicios como medio de entrenamiento habitual |
| 4. Grupo: | FUTSAL 3 | | 10. | - ejecutar de manera adecuada ejercicios grupales y de coordinación utilizando actividades donde se refleje, conducción de balón. |
| **12.PART** | **E 13. TEMA/CONTENIDOS** | **14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD** | **15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES** | **16. OBSERVACIONES** |
| 17. INICIAL | - Acompañamiento y alistamiento - llamado de asistencia - valores olímpicos (respeto) - retroalimentación - estiramiento | 5 minutos, 5 minutos,5 minutos 15 minutos, 5 minutos | De acuerdo a la cantidad de estudiantes, formaran dos o tres filas, se agarran fuertemente a la cintura del niño de delante. Se marcan en el suelo dos líneas, una de salida y otra de llegada, separadas por unos metros. Los primeros de cada equipo colocan un pie en la salida y a la voz de ya empiezan todos a avanzar, con el mismo pie siempre para conseguir llegar los primeros a la meta. - estiramiento cefalocaudal | |
| 18. CENTRAL | - pases de la muerte - Escapa del marcaje - sucesión de pases - variantes | 20 minutos, 20 minutos, 20 minutos | Se enfrentan dos equipos, cada equipo dispone de 1 jugador que se encuentra detrás de la portería contraria y con el cual combinarían mediante una pared para conseguir gol, el jugador exterior devolverá el balón a un solo toque. hidratacion - con el poseedor del balón, este no puede pasar de la línea delimitada pero si podrá tirar a portería. hidratacion se divide a la plantilla en 2 equipo se trata de mantener la posesión del balón pudiendo apoyarse el equipo con balón en ambos porteros (también juegan con el pie), cuando el equipo defensor recupera la posesión se intercambian las funciones defensa - ataque. Hidratación - A la señal del entrenador salen dos jugadores a tocar con la mano un cono situado a 10 m., nada más tocarlo, se desplazan de lado al cono central que también lo tocan, continúan hacia el cono de medio campo, que lo tocan y de nuevo se desplazan de forma lateral hasta el balón situado a medio campo, el primero que posee el balón inicia el 2x2, mientras que el otro se incorpora a la acción e intentan definir la acción. Al terminar la acción se intercambian los papeles y los que defendían marchan a la fila de la salida. hidratacion - Sucesión de pases entre 4 jugadores realizando una triangulacion. hidratacion | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 19. FINAL | - practica de futbol (partido) - elongación muscular - retroalimentación | 15 minutos, 10 minutos | - se realizará una práctica donde se ejecute los ejercicios trabajados en la sesion. - Ejercicios de elongación cefalocaudal – penaltis | |

JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO

---

Firma del Instructor

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

**ASISTENCIA**

**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. ORLANDO HIGUITA ROJAS | | | Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO | **11. OBJETIVO DE CLASE** |
| 2. Fecha: | 2019-07-10 | 5. Centro de Interes FUTSAL | 8. Localidad: Bosa | - aceptar que existen normas y en que hay que seguirlas |
| 3. Hora: | Miercoles,09:30:00,11:30:00 | 6. Nº de Sesion: 57 | 9. Nº de Semana: 2 | - trabajar las capacidades coordinativas básicas del fútbol sala utilizando diferentes ejercicios como medio de entrenamiento habitual |
| 4. Grupo: | FUTSAL 3 | | 10. Edades: | - ejecutar de manera adecuada ejercicios grupales y de coordinación utilizando actividades donde se refleje, conducción de balón. |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1023380511** | AXL STIVEN ALVAREZ | Asistio |
| **1024508389** | JUAN ANDREY UBAQUE | Asistio |
| **1028841525** | HIELA ANDREA MONTIEL | Asistio |
| **1012370721** | DANNA MICHELLE DUCUARA | Asistio |
| **1030583749** | ANGIE ALEJANDRA DURAN | Asistio |
| **895454** | CARLOS JAVIER FIGUERA | Asistio |
| **1012373112** | THOMAS MENDOZA | Asistio |
| **1077145313** | EDWIN ANDRES NIÑO | Asistio |
| **1024498157** | LUNA MISHELL LUQUE | Asistio |
| **1030581823** | EVELIN TATIANA AMAYA | Asistio |
| **1146125282** | DILAN STEVEN CARRILLO | Asistio |
| **1150936627** | KEVIN SANTIAGO CAICEDO | Asistio |
| **1030588449** | SEBASTIAN DAVID RODRIGUEZ | Asistio |
| **1012365762** | MARIA FERNANDA MENDEZ | Asistio |
| **1111264765** | DARWIN FELIPE ARIZA | Asistio |
| **1012363111** | JOSE EDILVERT ACERO | Asistio |
| **1023380238** | KENNETH NICOLAS SALAS | Asistio |
| **1012364636** | MICHELLLE DAYANA VASQUEZ | Asistio |
| **1012375347** | YUDY TATIANA PACHO | Asistio |
| **1143121434** | CARLOS ALBERTO MERCADO | Asistio |

JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO

---

Firma del Instructor

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**