PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-09	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Bosa	- aceptar que existen normas y en que hay que seguirlas
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 56	9. Nº de Semana: 2	- trabajar las capacidades coordinativas básicas del fútbol sala utilizando diferentes ejercicios como medio de entrenamiento habitual
4. Grupo:	FUTSAL 2		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:	2019-07-09	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Bosa	- aceptar que existen normas y en que hay que seguirlas
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 56	9. Nº de Semana: 2	- trabajar las capacidades coordinativas básicas del fútbol sala utilizando diferentes ejercicios como medio de entrenamiento habitual
4. Grupo:	FUTSAL 2		10. Edades:	- ejecutar de manera adecuada ejercicios grupales y de coordinación utilizando actividades donde se refleje, conducción de balón.

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025531305	ANA SOFIA GUZMAN	Asistio
1028885491	NICOLAS DAVID MORENO	Asistio
1024493001	JHON JAIRO QUINTO	Asistio
1012360514	JUAN DAVID MOSCOSO	Asistio
1146125045	JHON SEBASTIAN BARBOSA	Asistio
1019605577	DAVID SANTIAGO CUBIDES	Asistio
1028884775	TOMAS FELIPE GIRALDO	Asistio
1012345008	DANIEL SANTIAGO CHITIVA	Asistio
1070705058	JUAN SEBASTIAN BOHORQUEZ	Asistio
1142919259	KEVIN JOSE AMAYA	Asistio
1031808622	DAVID SANTIAGO CORTES	Asistio
1032678820	MIGUEL ANGEL GUZMAN	Asistio
1011099502	SERGIO DAVID ALAPE	Asistio
1107062378	SARA CAMILA GARCIA	No asistio
1012363703	DANNA SOFIA GALLEGO	No asistio
1108120939	MAIRA JULIETH CARDONA	No asistio
1014180265	EMILY DAYAN CARRILLO	No asistio
1013118000	NICOL DAYANNA PASAJE	No asistio
1030547252	JEIMY TATIANA RENGIFO	No asistio
1071788587	KAROL GIZETH MUÑOZ	No asistio

JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO