PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-11	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Bosa	- fomentar la cooperación y la amistad a través del deporte
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 58	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 (amistad) - 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	- contrataque 5 - acción combinada 2 - sucesión de pases - variantes	20 minutos, 20 minutos, 20 minutos	- X2 sale en conducción en busca de 1x1 contra X1 que sale a su encuentro X3 se incorpora a la jugada para apoyar a X2 dandole la posibilidad de pasar o de realizar una pared hidratacion - Basculación entre 2 jugadores, otros 2 jugadores se encuentran en el área grande, ambos realizan sendos desmarques de ruptura, uno hacia la banda y el otro hacia dentro del área, se tomaran cualquiera de la 2 opciones para el pase 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

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ORLANDO HIGUITA ROJAS			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-11	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Bosa	- fomentar la cooperación y la amistad a través del deporte
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 58	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	No 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	Asistio
1030547252	JEIMY TATIANA RENGIFO	Asistio
1071788587	KAROL GIZETH MUÑOZ	Asistio

JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO