PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. FRANCISCO DE PAULA SANTANDER			Nombre Instructor: JIMY ALEXANDER VARGAS ALARCON	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-07-24	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Bosa	COMPRENDER LA IMPORTANCIA DE LA PUNTUALIDAD A LA HORA DE LLEGAR A LA SESION DE CLASE
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 27	9. Nº de Semana: 15	DEMOSTRAR UNA ADECUADA SINCRONIZACION EN SUS MOVIMIENTOS AL CORRER
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10.	MEJORAR EL PASE MEDIO Y CORTO, CON DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO, Y LOS CONTROLES Y LA INICIACIÓN Y MEJORA DEL PASE LARGO
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	LLAMADO A LISTA DESCRIPCIÓN DEL OBJETIVO DE LA CLASE CALENTAMIENTO JUEGO RECREATIVO ELONGACIÓN MUSCULAR (FLEXIBILIDAD) HIDRATACION	25MIN	ACOMPAÑAMIENTO Y LLAMADA A LISTA. VERIFICACIÓN DE ALUMNOS PRESENTES. BREVE CHARLA ORIENTADA A LOS ALUMNOS CON ÉNFASIS AL OBJETIVO CENTRAL. MOVILIDAD ARTICULAR EN ORDEN DESCENDENTE POR ARTICULACIÓN. JUEGO RECREATIVO, DESPLAZAMIENTOS EN DIFERENTES DIRECCIONES CON Y SIN BALÓN EN CONDUCCIÓN	
18. CENTRAL	TRABAJO FÍSICO (VELOCIDAD) TRABAJOS TÉCNICO (PASES) JUEGO RECREATIVO (PARTIDOS)	80MIN	LOS JUGADORES SE DISTRIBUYEN EN TRES CUADRADOS DE 6 MT X 6MT, EN DONDE SE TENDRA SUPERIORIDAD NUMERICA EN DONDE EL EQUIPO CON MAYOR NUMERO DE ESTUDIANTES TENDRA QUE HACER PASES SIN DEJAR QUE LES QUITEN LA PELOTA "JUEGAN SEIS ATACANTES FRENTE A DOS DEFENSORES, AUNQUE LA DISTANCIA Y NÚMERO DE JUGADORES SE PUEDE MODIFICAR SEGÚN EL CRITERIO DEL ENTRENADOR. SE TRATA DE MANTENER LA POSESIÓN DEL BALÓN LOS ATACANTES QUE JUEGAN A DOS TOQUES MÁXIMO POR JUGADOR Y CON PIERNA LIBRE. JUEGO RECREATIVO POR GRUPOS DE 5 CON TAREAS ESPECIFICAS REALIZANDO CORRECCIONES PERMANENTES	
19. FINAL	VUELTA A LA CALMA (LATERALIDAD) ELONGACIÓN MUSCULAR RETROALIMENTACIÓN LLAMADO DE ASISTENCIA	15MIN	DESPLAZAMIENTOS SUAVES HACIA ADELANTE HACIA ATRÁS LATERALESDIAGONALES ESTIRAMIENTO DE FORMA DESCENDENTE POR ARTICULACIÓN BREVE CHARLA DEL PORQUE DE LA IMPORTANCIA DEL TRABAJO REALIZADO VERIFICACIÓN DE ALUMNOS PRESENTES PARA REALIZAR EL RETORNO AL COLEGIO	

JIMY ALEXANDER VARGAS ALARCON

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO