

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|                                 |                                                                                                                                             |                                      |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                   |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1. FRANCISCO DE PAULA SANTANDER |                                                                                                                                             |                                      | Nombre Instructor: JIMY ALEXANDER VARGAS ALARCON | 11. OBJETIVO DE CLASE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                   |
| 2. Fecha:                       | 2019-03-26                                                                                                                                  | 5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN | 8. Localidad: Bosa                               | COMPRENDER LA IMPORTANCIA DE LA PUNTUALIDAD LA RESPONSABILIDAD A LA HORA DE LLEGAR A CLASE PARA FORTALECER EL TRABAJO EN EQUIPO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                   |
| 3. Hora:                        | Martes,13:00:00,15:00:00                                                                                                                    | 6. N° de Sesion: 1                   | 9. N° de Semana: 1                               | DEMOSTRAR UNA ADECUADA SINCRONIZACION EN SUS MOVIMIENTOS AL CORRER CON Y SIN BALON                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   |
| 4. Grupo:                       | FÚTBOL DE SALÓN 2                                                                                                                           |                                      | 10.                                              | MEJORAR EL PASE MEDIO Y CORTO, CON DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO, Y LOS CONTROLES Y LA INICIACIÓN Y MEJORA DEL PASE LARGO EN TRABAJOS DE ESPACIO REDUCIDO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                   |
| 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 TRABAJO DE MOVILIDAD ARTICULAR (FLEXIBILIDAD) ACTIVACIÓN O CALENTAMIENTO (COORDINACIÓN |                                      | 25MIN                                            | 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 EN ESPACIO REDUCIDO) 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 (FLEXIBILIDAD) RETROALIMENTACIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS LLAMADO DE ASISTENCIA    |                                      | 15MIN                                            | DESPLAZAMIENTOS SUAVES HACIA ADELANTE HACIA ATRÁS LATERALES-DIAGONALES ESTIRAMIENTO DE FORMA DESCENDENTE POR ARTICULACIÓN RETROALIMENTACION DE LA CLASE , PROFUNDIZAR EN LOS VALORES EN ESPECIAL ELRESPETO VERIFICACIÓN DE ALUMNOS PRESENTES PARA REALIZAR EL RETORNO AL COLEGIO                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                   |

JIMY ALEXANDER VARGAS ALARCON

-----

Firma del Instructor

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|                                 |                           |                                      |                                                  |                                                                                                                                                                |
|---------------------------------|---------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. FRANCISCO DE PAULA SANTANDER |                           |                                      | Nombre Instructor: JIMY ALEXANDER VARGAS ALARCON | 11. OBJETIVO DE CLASE                                                                                                                                          |
| 2. Fecha:                       | 2019-03-26                | 5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN | 8. Localidad: Bosa                               | COMPRENDER LA IMPORTANCIA DE LA PUNTUALIDAD LA RESPONSABILIDAD A LA HORA DE LLEGAR A CLASE PARA FORTALECER EL TRABAJO EN EQUIPO                                |
| 3. Hora:                        | Martes,13:00:00,15:00:00  | 6. N° de Sesion: 1                   | 9. N° de Semana: 1                               | DEMOSTRAR UNA ADECUADA SINCRONIZACION EN SUS MOVIMIENTOS AL CORRER CON Y SIN BALON                                                                             |
| 4. Grupo:                       | FÚTBOL DE SALÓN 2         |                                      | 10. Edades:                                      | MEJORAR EL PASE MEDIO Y CORTO, CON DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO, Y LOS CONTROLES Y LA INICIACIÓN Y MEJORA DEL PASE LARGO EN TRABAJOS DE ESPACIO REDUCIDO |
| TI                              | NOMBRE                    |                                      |                                                  | ASISTENCIA                                                                                                                                                     |
| 1028881099                      | EDINSON TOMAS ALVARADO    |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1012340617                      | KEVINN SANTIAGO NEMEGUEN  |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1028860786                      | BRIAN STEVEN MARTINEZ     |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1012329911                      | JHON SEBASTIAN TRIANA     |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1012338127                      | JHOJAN DAVID RODRIGUEZ    |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1028782311                      | DAVID ALEJANDRO HERNANDEZ |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1012337060                      | JUAN ESTEBAN CARDENAS     |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |
| 1012320180                      | JUAN SEBASTIAN FAJARDO    |                                      |                                                  | Asistio                                                                                                                                                        |

JIMY ALEXANDER VARGAS ALARCON

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO