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

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. SAN CAYETANO | | | Nombre Instructor: DIEGO ALEJANDRO VASQUEZ INFANTE | **11. OBJETIVO DE CLASE** |
| 2. Fecha: | 2019-07-24 | 5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN | 8. Localidad: Usme | Conocer los diferentes tipos de remate y superficies de contacto que se necesitan para dar precisión y potencia al remate. |
| 3. Hora: | Miercoles,10:00:00,12:00:00 | 6. Nº de Sesion: 14 | 9. Nº de Semana: 7 | Vivenciar los diferentes tipos de remates y sus caracteristicas mas importantes |
| 4. Grupo: | FÚTBOL DE SALÓN 1 | | 10. | Mejorar la técnica de remate desde sus diferentes dimensiones como postura, ubicación tiempo-espacio, perfilación y lateralidad. |
| **12.PART** | **E 13. TEMA/CONTENIDOS** | **14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD** | **15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES** | **16. OBSERVACIONES** |
| 17. INICIAL | Despeje y protección del balón | 5 MINUTOS 30 MINUTOS | Movilidad Articular, elevación temperatura corporal. Botemos los balones: El juego consiste en ubicar los niños en un espacio determinado en el cual deberan conducir el balón esquivando diferentes obstaculos y al sonido del silbato empezar a botar los balones del compañero siempre protegiendo el propio. | |
| 18. CENTRAL | Remate: Tipos, superficies de contacto, potencia y precisión. | 30 MINUTOS 30 MINUTOS | Durante la fase central se trabajaran diferentes tipos de remate divididos en dos ejercicios el primero contara con un sistema analitico y el segundo uno global. En el primer ejercicio trabajaremos al arquero diferentes cualidades que deben desarrollar, por el contrario los jugadores experimentaran diferentes tipos de remate con ambos perfiles y aplicaran el principio de acompañamiento llamado coloquialmente "segundo palo". Para el segundo ejercicio trabajaremos de forma integral conducción, remate, lateralidad, acompañamiento y 1vs1, con la finalidad de ir poniendo en practica lo aprendido anteriormente. Por ultimo mejorar el autoestima de cada uno de los jugadores por medio del GOL. | |
| 19. FINAL | Aplicación de lo aprendido y regulación corporal (vuelta a la calma) | "15 MINUTOS PRACTICA DEPORTIVA 10 MINUTOS VUELTA A LA CALMA" | Practica deportiva, posteriormente una vuelta a la calma por medio de la respiración, trote lento por el campo, estiramientos e hidratación. | |

DIEGO ALEJANDRO VASQUEZ INFANTE
---
Firma del Instructor

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**