PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE CELESTINO MUTIS			Nombre Instructor: JULIO ANDRES TOVAR	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-08-23	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Incentivar el autocontrol a través de las acciones – ejercicios grupales/colectivos como características propias de la expresión de emociones.
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 34	9. Nº de Semana: 18	Mejorar la coordinación óculo-manual, apartir de los ejercicios propuestos para la clase.
4. Grupo:	FUTSAL 1		10.	Progresar con el balón frente a los adversarios y Mantener el balón solo y con mis compañeros, con el fin de tener una Iniciación Deportiva
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	CHARLA INICIAL, LLAMADO A LISTA, TRABAJO SOBRE EXPRECION DE EMCIONES CALENTAMIENTO Y ESTIRAMIENTO	40 minutos	llamado a lista a los estudiantes pertenecientes al centro de interés. trabajo sobre menejo de emociones Calentamiento Y estiramiento Correr por todos los espacios. La idea es ir buscando espacios libres, o sea, donde no haya nadie corriendo. Esta actividad le obliga a cambiar de direcciones y sentidos de carrera. Correr detrás de un compañero. Consiste en desarrollar velocidad, tratando siempre de mantener un metro de distancia	
18. CENTRAL	INICIACION DEPORTIVA	60 minutos	Por parejas, con una pelota, soy capaz de: - Pasársela sin bote. - Pasársela con bote. - Pasársela en carrera desde un fondo a otro fondo de la pista. * Te la Quito. Por parejas, con una pelota. El que tiene la posesión del balón, trata de conservarla botándola. El otro, intentará arrebatársela. Si lo consigue cambio de papeles. * Pato Mareao con la mano. Por tríos, dos se pasan el balón con las manos. El otro compañero, intentará hacerse con el balón, intercambiando su posición con el que la ha perdido. VAR: uno tiene el balón botándolo. Los otros dos, intentarán robarla para ser (el que la ha robado) el que tenga ahora el balón. * Pelota Sentada. Juegan todos contra todos. Se sueltan unos balones por el campo previamente marcado, no demasiado amplio, los que consiguen el balón deben intentar golpear con el mismo a los otros jugadores lanzándoselo, si lo golpean con el balón, el golpeado deberá sentarse. Cualquier otro jugador puede hacerse con la posesión del balón y continuar con el juego. Los jugadores tocados (que se encontrarán sentados) pueden volver a la vida recogiendo uno de los balones que pasen por sus alrededores. No está permitido pasarse el balón, salvo entre los que están sentados.	

19. FINAL	VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO RETROALIMENTACION	20 minutos	Estiramiento retroalimentacion del trabajo realizado importancia y aspectos por mejorar	

JULIO ANDRES TOVAR

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO