PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE CELESTINO MUTIS			Nombre Instructor: JULIO ANDRES TOVAR	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-09-12	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Cuidad Bolivar	Promover la resolución de problemas con sus pares a través de las acciones – ejercicios grupales/colectivos como características propias de la expresión de emociones.
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 38	9. Nº de Semana: 21	Mejorar la coordinación óculo-pédica.
4. Grupo:	FUTSAL 4		10.	A prender las habilidades técnicas básicas con el balón.
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, desplazamiento realizando diferentes movimientos Trotrar suave o caminar rápido por 4-5 minutos para aumentar temperatura general del cuerpo y preparar el cuerpo para actividad más vigorosa.	

18. CENTRAL	HABILIDADES BASICAS CON BALON	60 minutos	Circuito de siete estaciones, se realiza por parejas, tríos o cuartetos, en función del número de alumnos de la clase. • Conducción en línea recta a lo ancho del terreno, de ida y vuelta rodeando un cono situado en el lado contrario. A la vuelta, pase al siguiente compañero para que repita el recorrido. • Conducción en zigzag sorteando cinco conos situados en línea recta, a una distancia de cuatro metros unos de otros. A la vuelta, pase al siguiente compañero para que repita el recorrido. • Lanzamientos a portería desde cinco lugares diferentes situados fuera del área, los compañeros recogen el balón y lo devuelven para que vuelva a lanzar. Tras realizar los cinco lanzamientos, cambio de papeles para que sea otro compañero el que haga de lanzador. • Frente a una pared, lanzamientos alternativos del balón contra ella, de manera rebote el balón y el siguiente compañero pueda realizar un nuevo lanzamiento, todo de manera continua y sin salirse del espacio delimitado. • Pases continuos situándose los alumnos a una distancia de seis metros entre sí, sin salirse del espacio delimitado y tratando de no perder el control del balón. • Pases avanzando por parejas a lo ancho del terreno, lo más rápido posible sin perder el control del balón, para luego volver al punto inicial de la misma forma. A la vuelta sale la siguiente pareja. Sesión: 4 Fundamentos técnicos básicos 2º ESO UD4 Fútbol de salón 336 3 4 Observaciones y variaciones: • Toques al balón intentando mantenerlo en el aire, sin que se caiga al suelo. Cuando esto suceda, cambio de papeles con otro compañero. a. Hacerlo utilizando la pierna no dominante para conducir, golpear y pasar el balón	
19. FINAL	VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO RETROALIMENTACION	20 minutos	Estiramiento retroalimentacion del trabajo realizado importancia y aspectos por mejorar	

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO