PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RURAL JOSE CELESTINO MUTIS (IED) (JOSE CELESTINO MUTIS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**ANGEL ARMANDO RAMOS PEREZ**
3. FECHA:	2021-05-26	4. HORA:	Miercoles,15:20:00,16:20:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explora los movimientos en diversos espacios y al realizar diferentes actividades de índole motor por medio del juego, la recreación, el deporte y la actividad física aplicados en el futbol de salón.

COGNITIVA :
Explora las fortalezas y limitaciones en la exploración de movimientos técnicos y tácticos en la actividad deportiva comprendiendo el valor que tiene y como medio para la formación integral

PSICOSOCIAL :
Reconoce la importancia de los valores y aplica en el centro de interés.

LUDICA :
Ser tolerante ante las diferentes circunstancias que me presenta el juego para contribuir a su desarrollo.

TEMA :
Coordinación Básica Coordinación General Coordinación Especial

SUBTEMAS :
Equilibrio Ritmo Anticipación Fundamentacion técnica

IMPLEMENTACION :
los materiales que hayan en casa

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Alistamiento Llamado a lista Conceptualización de trabajo Calentamiento articular tren superior y inferior Guía

TIEMPO
15 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Posta 1: Conducción en slalom vertical con conos bajos situados en hilera y vuelta con conducción por el exterior. - Posta 2: Conducción siguiendo las líneas de la frontal del área y vuelta con conducción por el exterior. Pase control a la pared con las superficies de contacto ejercicios de pliometria con palo de escoba combinado ejercicios de coordinación con escaleras y material que haya en casa.

TIEMPO
30

RETO :
ACTIVIDADES
control de un elemento durante 20 segundos al final de la actividad central.

TIEMPO
5

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento final tren inferior y tren superior. retroalimentación

TIEMPO
10 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE CELESTINO MUTIS			Nombre Instructor: ANGEL ARMANDO RAMOS PEREZ	
2. Fecha:	2021-05-26	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,15:20:00,16:20:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1032680871	OWEN EXTI AGUILAR	Asistio
1025063893	LAURA SOFIA MARIN	Asistio
1013125491	DANA NICOLE MORENO	Asistio
1030579783	ALAN STEVEN OTERO	Asistio
1023373757	DANIEL ALEXANDER QUINTERO	Asistio
1121867687	DANNA SOFIA RINCON	Asistio