PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CEDID SAN PABLO (IED) (SAN PABLO BOSA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DAVID HECTOR JIMENEZ VEGA**
3. FECHA:	2021-07-16	4. HORA:	Viernes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	5	9. CICLO:	1 ,3 ,4

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realiza secuencias de movimiento con duración y simetría preestablecidas.

COGNITIVA :
Interpreta, asimila, crea y soluciona la problematica del juego para dar una mejor respuesta en momentos de presion alta con el rival.

PSICOSOCIAL :
HACEMOS ÉNFASIS EN QUE TODOS TENEMOS DERECHOS (PARTICIPACIÓN, SALUD, RECREACIÓN, NOMBRE, NACIONALIDAD)

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

TEMA :
EJECUTAR LA TÁCTICA GRUPAL JUEGO DE 2 (ATAQUE Y DEFENSA)

SUBTEMAS :
EJECUTO EL TRABAJO TÁCTICO - DINÁMICO SIN BALÓN (Sistemas de juego - Movimientos - Rotaciones - Presiión alta)

IMPLEMENTACION :
BALON ZAPATOS BOTELLAS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Ejercicio de calentamiento segmentario donde el esuditante deberá ir moviendo su cuerpo con ralacion al video. -Con ayuda de los zapatos plantear un circuito de desplazamientos

TIEMPO
30 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Construir y unificar diferentes movimientos y rotaciones durante la práctica del futbol sala donde intervengan dos jugadores.

TIEMPO
60 min

RETO :
ACTIVIDADES
Desplazarse de manera continua con el balón en los pies y los zapatos, en cada zapato deberá elevar el balón y meterlo en un recipiente, REBOTAR la bomba con diferentes partes del cuerpo todo esto cuando la aplicación vaya cambiando de colores o símbolos.

TIEMPO
15 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento segmentario comenzando desde la cabeza hasta los pies, cada estudiantes propondrá un ejercicio

TIEMPO
15 min