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:	2021-08-25	4. HORA:	Miercoles,14:10:00,15:10:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Domina 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 :
Domina 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 y deporte para contribuir a su desarrollo.

TEMA :
Coordinación Básica Coordinación General Coordinación Especial

SUBTEMAS :
Atrapar Saltar Equilibrio Ritmo Anticipación fundamentación técnica

IMPLEMENTACION :
elementos en casa

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Alistamiento Llamado a lista Conceptualización de trabajo Calentamiento articular tren superior y inferior Guía video de familia de la caja de herramienta mes de agosto ¿Qué es familia? Actividad en familia.

TIEMPO
15 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
ejercicios de coordinación con escaleras y material que haya en casa. Trabajo con bombas malabarismo y superficies de contacto. Trabajo de bombas con extremidades inferiores y superiores ambientadas al futbol de salón. Trabajo combinado en circuito pase pierna derecha, pase pierna izquierda, control de balón con pierna derecha, pierna izquierda con el borde interno,externo, empeine, planta de pie,control,trabajo de coordinación. Desplazamiento adelante,atrás, control de balón, pase combinado con las dos piernas.

TIEMPO
30 min

RETO :
ACTIVIDADES
control de un elemento durante 1 min al final de la actividad central.

TIEMPO
5 min

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:	2021-08-25	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,14:10:00,15:10:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1029283731	NATALIA LANDAZABAL	Asistio
1073158961	DIEGO ALEXANDER ASTROS	Asistio
1141320657	JUAN JOSE GONZALEZ	Asistio
1033738314	CRISTIAN FELIPE CARDENAS	Asistio
1011096484	BRAYAN ANDERSON CARDENAS	Asistio
1141518421	JOSEPH DEWIT RIOS	Asistio
1141518420	DANNA VALENTINA RIOS	Asistio