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:	2021-09-15	4. HORA:	Miercoles,15:20:00,16:20:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	14
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 de familia 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 :
Formas jugadas Pre-deportivos Mini deportes Deporte Especifico

SUBTEMAS :
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 septiembre Actividad en familia. Actividades Calentamiento articular Dinámico Calentamiento variado con movilidad articular y trabajo mixto con videos de apoyo artes marciales, rumba , video juego. Familia Cuales son las funciones de la familia Pedirle a los estudiantes que represente las cualidades de su adulto significativo.

TIEMPO
15 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
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. Control de cabeza en diferentes direcciones con balón o bomba o medias. Posta 3: Conducción con cambios de sentido en cada cono, como se observa el video , y vuelta con conducción por el exterior.

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:	2021-09-15	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,15:20:00,16:20:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 14	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1030579783	ALAN STEVEN OTERO	Asistio
1025063893	LAURA SOFIA MARIN	Asistio
1033694933	NIKOL LORENA MUÑOZ	Asistio
1025063935	JHOSTYN STEBAN TORO	Asistio
1014480978	JOHAN ESTIVEN JIMENEZ	Asistio
1028785442	MATEO SANCHEZ	Asistio
1013125491	DANA NICOLE MORENO	Asistio
1032680871	OWEN EXTI AGUILAR	Asistio