**PLAN DE CLASE**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO ENRIQUE OLAYA HERRERA (IED) (ENRIQUE OLAYA HERRERA) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **WILLIAM ANDRES MACHADO SIACHOQUE** |
| 3. FECHA: | 2021-03-19 | 4. HORA: | Viernes,06:00:00,08:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | FÚTBOL | 6. Nº DE SESIÓN: | 4 |
| 7. LOCALIDAD: | Rafael Uribe Uribe | 8. Nº DE SEMANA: | 2 |
| 8. ZONA: | 4 | 9. CICLO: | 3 |

**DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO**

**MOTRÍZ :**
Reproduce múltiples formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario.

**COGNITIVA :**
Afianza diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos.

**PSICOSOCIAL :**
Reconoce las acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física.

**LUDICA :**
Manifiesta gusto por la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.

**TEMA :**
- Coordinación Básica - Coordinación General

**SUBTEMAS :**
Equilibrio- Orientación - Saltar

**IMPLEMENTACION :**
- Balón. - Pelotas de papel. - Conos. - Pingpong. - Cuchara

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
- Calentamiento segmentario con ayuda de movimientos Coordinados tanto en tren inferior como superior. - llamado a lista - objetivo educativo - objetivo formativo - objetivo desarrollo motriz - calentamiento general - movilidad articular - movimientos atléticos dinámicos generales - calentamiento segmentario con ayuda de movimientos Coordinados tanto en tren inferior como superior - estiramientos.

TIEMPO
45MIN

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
- Este ejercicio necesitaremos de un balón o pelota pequeña, vamos a realizar toques al balón con las diferentes superficies de contacto primero serán toques con el borde interno y planta, luego alternando las dos plantas del pie. Una vez terminado este ejercicio el estudiante deberá realizar una serie de saltos al balón y por encima evitando tocarlo, los saltos serán con un pie primero derecha luego izquierda y por ultimo con ambos pies. - Para este ejercicio trabajaremos con dos bolas de papel, primero lanzaremos con mano derecha y debemos atraparla para luego trabajar con mano izquierda. Después lo alternaremos con saltos en 1 pie. - Para este ejercicio usaremos 4 bolas de papel y 4 zapatos o tenis, a una distancia de aproximadamente 4 pasos deberemos lanzar la bola de papel y lograr que cada una ingrese a el zapato sin salirse.

TIEMPO
35min

**RETO :**
ACTIVIDADES
- El estudiante deberá tomar una cuchara pequeña y sostenerla con su en su boca, las manos deben estar ubicadas detrás de su cuerpo y trasladar el ping pong, o la bola con la cuchara sin que esta se caiga en linea recta. tiene 20 segundos para lograr llegar de un lado a otro.

TIEMPO
20min

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
-Vuelta a la calma. Estiramiento grupal donde cada estudiante propone un ejercicio. -Evaluación y Retroalimentación. Análisis de objetivos y observar si fueron cumplidos en el desarrollo de la sesión.

TIEMPO
20min

**ASISTENCIA**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. ENRIQUE OLAYA HERRERA | | | Nombre Instructor: WILLIAM ANDRES MACHADO SIACHOQUE | |
| 2. Fecha: | 2021-03-19 | 5. Centro de Interes FÚTBOL | 8. Localidad: Rafael Uribe Uribe | |
| 3. Hora: | Viernes,06:00:00,08:00:00 | 6. Nº de Sesion: 4 | 9. Nº de Semana: 2 | |
| 4. Grupo: | FÚTBOL 3 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1032681777** | CAMILO ESTEBAN PINZON | Asistio |
| **1034296307** | LAURA ISABELLA GONZALEZ | Asistio |
| **1022961588** | MARIA CAMILA QUESADA | Asistio |
| **1019607650** | MAITE GIL | Asistio |
| **1025145210** | LUISA FERNANDA GIRALDO | Asistio |
| **1013621542** | JUAN CAMILO GALLEGO | Asistio |
| **1021680984** | JULIAN DAVID DIAZ | Asistio |
| **1018448794** | JOHAN STEVEN VILLAMARIN | Asistio |
| **1206213119** | SAMUEL DAVID GUTIERREZ | Asistio |
| **1021680294** | OSCAR SANTIAGO HERRERA | Asistio |
| **1021681173** | JOHAN SEBASTIAN ORTIZ | Asistio |
| **1027526505** | NICOL DAYANA MOLINA | Asistio |