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,08:00:00,10:00:00
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,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 4	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027527792	KEVIN MAURICIO PARRA	Asistio
1021679880	PAULA ALEXANDRA URBINA	Asistio
1023914129	JUAN CAMILO CASTILLO	Asistio
1021674840	MIGUEL ANGEL GARZON	Asistio
1023900176	MICHAEL STICK CAYCEDO	Asistio
1028665046	ANA MARIA SARMIENTO	Asistio
1021678103	HELLEN SOFIA REYES	Asistio
1033737772	DANA SOFIA ALDANA	Asistio