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:	2021-10-20	4. HORA:	Miercoles,16:30:00,17:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	31
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Desarrolla habilidades específicas del deporte a través de trabajos globales y analíticos, reforzando las diferentes situaciones de juego.

COGNITIVA :
Realiza actividades de pensamiento lógico, donde involucren diferentes áreas afines al campo deportivo.

PSICOSOCIAL :
Reconocer los derechos humanos de los NNAJ del proyecto de inversión, jornada escolar complementaria, a través de juegos cognitivos , como fuente de garantía para el crecimiento y desarrollo en el entorno familiar.

LUDICA :
Tomo el tiempo de recreación de mi centro de interés como momento independiente de las actividades escolares.

TEMA :
Formas jugadas Pre-deportivos Mini deportes Deporte Especifico Aseo, Alimentación, Hidratación, Salud, Calidad de Vida, Higiene postural, Hábitos.

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 octubre Actividad en familia.

TIEMPO
15 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Posta 1: Conducción en slalom vertical con conos bajos situados en hilera y vuelta con conducción por el exterior. - Posta 2: Conducción siguiendo las líneas de la frontal del área y vuelta con conducción por el exterior. Pase control a la pared con las superficies de contacto ejercicios de pliometria con palo de escoba combinado 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.

TIEMPO
30 min

RETO :
ACTIVIDADES
dominio de cualquier elemento visto en clase

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:	2021-10-20	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,16:30:00,17:30:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 31	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021677992	NATALIA SCARPETTA	Asistio
1033728184	LUIS SANTIAGO CUCUNUBA	Asistio
1023897515	ANDY SAMUEL VEGA	Asistio
1140919678	JEISON ANDRES GALEANO	Asistio
1013604325	CESAR AUGUSTO CONDE	Asistio
1023380436	YEISY LIZETH MANCERA	Asistio
1022960606	HELEN JULIETH MORA	Asistio
1033738381	KATHERIN DANIELA ROMERO	Asistio
1055246735	XIOMARA CASTIBLANCO	Asistio
1029282350	MELANI BURBANO	Asistio
1109410022	DIEGO FERNANDO ANDRADE	Asistio
1028785493	LAURA VALENTINA VALENCIA	Asistio