PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO FRANCISCO PRIMERO S.S. (IED) (SEDE PRINCIPAL)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO**
3. FECHA:	2021-11-17	4. HORA:	Miercoles,07:00:00,09:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	129
7. LOCALIDAD:	Barrios Unidos	8. Nº DE SEMANA:	33
8. ZONA:	1	9. CICLO:	0 ,7

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades de movimiento con el uso de elementos.

COGNITIVA :
Comprende el valor que tiene el ejercicio fisico para la formacion deportiva.

PSICOSOCIAL :
Manifiesta su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas

LUDICA :
Vivencio momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial de su centro de interés.

TEMA :
Coordinación general

SUBTEMAS :
coordinacion viso-manual y viso-pedica

IMPLEMENTACION :
globo

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1. Movilidad articular: 1. Flexión cuello derecha – izquierda. 2. Flexión cuello adelante – atrás. 3. Círculos amplios de brazos adelante – atrás 4. Flexión tronco-derecha - izquierda 5. Círculos tronco derecha - izquierda 6. Flexión rodilla arriba - abajo 7. Flexión tobillo arriba – abajo. 8. Tobillo arriba y abajo, pie derecho e izquierdo

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
• Los estudiantes se ubicarán cerca de una pared con un globo. • 1. Nos alejemos de la pared a un (1) metro de distancia, el cual será el punto de partida. • Iniciamos lanzando el globo hacia arriba con el borde interno del pie y en velocidad nos desplazamos a tocar la pared y regresar antes de que la globo caiga al piso. Esto lo realizaremos durante 1 minuto sin detenerse. • 2. Se repite el mismo ejercicio, pero golpearemos con borde externo del pie el globo, también por un minuto sin que toque el suelo.

TIEMPO
60 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
1.Alistamiento con el Globo, donde vamos a tratar de mantener el dominio del mismo golpeando con el borde interno y externo. Luego debe realizarse desplazamientos de un lugar a otro si dejar caer el globo e intercambiando un golpe interno y externo con el mismo pie, como variante vamos a intercalar el golpe realizándolo con derecha e izquierda de igual manera alternando los dos pies y las dos superficies de borde interno y externo.

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
• Realizan una inhalación y exhalación profunda • Realizan una elongación cefalocaudal (de arriba hacia abajo)

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SEDE PRINCIPAL			Nombre Instructor: JHONATAN SEPULVEDA QUEVEDO	
2. Fecha:	2021-11-17	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Barrios Unidos	
3. Hora:	Miercoles,07:00:00,09:00:00	6. Nº de Sesion: 129	9. Nº de Semana: 33	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013131303	JUAN SEBASTIAN ALGECIRA	No asistio
1023166421	JOAN SEBASTIAN CRISTANCHO	No asistio
1110466665	Juan david Guzman	Asistio
1027532952	DEIBY SANTIAGO JIMENEZ	No asistio
1100084503	BRAYAN MARTINEZ	No asistio
37664701523	ERICK JOSE MARTINEZ	No asistio
N37664613429	DAVID ALEXANDER MEJIAS	Asistio
28052009	JESUS DAVID MEJIAS	Asistio
1011204388	MARIA CAMILA MERCHAN	No asistio
398222	REINALDO JOSE OCHOA	No asistio
1023374628	JUAN DAVID RESTREPO	No asistio
1023380708	DANIEL ANTONIO RESTREPO	No asistio
1020790132	DYLAN JEANPAUL TORRES	No asistio
1061430482	ELKIN LEONARDO VIVEROS	No asistio
N37664480102	Jean Javier Yajure	No asistio
1021397619	CAROL VALENTINA FIGUEREDO	No asistio
43284917	MAYERLY MARIA LOPEZ	No asistio
1010862876	MARCELYS MORALES	Asistio
1034401394	NICOLAS MUÑOZ	No asistio
1014208294	GERSON ANDRÉS SUAREZ	Asistio
N37664283421	ANGEL ALBERTO URBINA	No asistio
1031804863	NAYIBE VALENTINA URREGO	No asistio
1140857604	TIBISAIS MARIANA ARGOTE	No asistio
1012920656	ANGIE SOFIA BARRAGAN	No asistio
1018431922	JEISSON LEON BERNAL	No asistio
1031819941	CRISTIAN CAMILO CARO	Asistio
1201217644	LUIS MARIO ESCORBI	No asistio
115792852	LEIDY PAOLA OYOLA	No asistio
1155793887	MARIA ALEJANDRA OYOLA	No asistio
1124038602	ANDRES CAMILO OSPINO	No asistio
1082958462	EVISON NO TIENE MURRY	No asistio
1025535582	KAREN GEMMIMA MERCHAN	No asistio
37664928619	ABRIL CAROLINA GONZALES	No asistio
1015436960	MIGUEL ANGEL CALDERON	No asistio
1025068435	CRISTIAN CAMILO PACHON	No asistio

1025322752	JAIDER ANDRES ROSSO	Asistio
32850177	ENDER JESUS SALAZAR	No asistio
N37664402714	JESUS MANUEL SALAZAR	No asistio
1023167215	HANNY LUCIA SANABRIA	No asistio
37664916078	EDUANYELIS BRAIMAR SECO	No asistio
1016956462	LADY JULIANA SUAREZ	Asistio
1030534747	KEVIN ALEXANDER VIRGUEZ	No asistio
1033739989	VICTORIA CANTOR	No asistio
1028883560	SARA SANTOS	No asistio
1032940774	Daniel Enrique Oliveros	No asistio
1062355220	JUAN DAVID LOPEZ	No asistio
1137527569	JALIS TATIANA MARIN	No asistio
1028945058	SANTIAGO DURANGO	No asistio
N132143853017	JHON ELVIS GONZALEZ	Asistio
1085172511	SHARIC KARINA BAENA	No asistio
1062967506	SEBASTIAN ANDRES RAMOS	No asistio

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria