ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
GOBIERNO, SEGURIDAD Y CONVIVENCIA
Alcaldía Local de Puente Aranda

# PLAN CLASE DIARIA

| | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ACTIVIDAD: | ESCUELA DE FUTBOL DE SALON FUNDAMENTACION - GRUPOS PREINFANTILES | | | | | | | | | |
| FECHA DE EJECUCIÓN | SEMANA | 6 | MES: | ABRIL-MAYO | AÑO: | 2022 | HORA INICIO: | 9:00 a. m. | HORA TERMINACIÓN: | 6:30 p. m. |
| BARRIO: | COLONIA-CAMELIA-MONTES-PUENTE ARANDA | | | | | | DIRECCION Y TELEFONO | | CL 4A # 51A 90-TV 53 BIS 2B 33 | |

OBJETIVO ESPECIFICO: EL ACONDICIONAMIENTO FISICO Y TECNICO. DONDE POR MEDIO DE EJERCICIO ESTABLECIDOS Y LUDICOS, IDENTIFIQUEMOS LAS DIFERENTES SUPERFICIES DE CONTACTO, ACRECENTEMOS LA COORDINACION DE LA CARRERA DINAMICA Y VISO PEDICA, ENMARCADO EN UN AMBIENTE DE TRABAJO EN GRUPO , CON LAS DIFERENTES VARIABLES QUE IMPLICA EN EL MOMENTO DEL DESARROLLO DE ESTE OBJETIVO PARA EL MES DE ABRIL-MAYO DE 2022.

| | TEMA A TRABAJAR | DURACIÓN POR ACTIVIDAD | DESCRIPCIÓN DEL TEMA | EVALUACIÓN |
|---|---|---|---|---|
| INICIAL | CALENTAMIENTO: MOVIMIENTO ARTICULAR, ELONGACION PUESTA EN CALOR. | 20 MINUTOS | REALIZAMOS EL CALENTAMIENTO POR MEDIO DE EJERCICIOS LUDICOS Y DESCRIPCION DE OBJETIVOS | EL CALENTAMIENTO SE DESARROLLA ADECUADAMENTE Y SIN NOVEDAD. |
| CENTRAL | INCREMENTO EN LA VELOCIDAD Y TECNICA FUNDAMENTAL DEL FUTBOL DE SALON. | 80 MINUTOS | EJERCICIOS DE FUNDAMENTACION SUPERFICIES DE CONTACTO CON VARIABLES DE DESPLAZAMIENTO, VELOCIDAD EN GRUPOS | SE DESARROLLAN LOS EJERCICIOS DE CONTROLES Y POSICIONAMIENTO CON VARIABLES, SE PONE EN PRACTICA EN EL JUEGO REAL. |
| FINAL | VUELTA A LA CALMA | 20 MINUTOS | RETRO ALIMENTACION , ELONGACION Y VUELTA A LA CALMA | LA RETROALIMENTACION DEMUESTRA EL NIVEL DE ACEPTACION Y ENTENDIMIENTO DE LAS SESIONES DE CLASE POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| NOMBRE DEL INSTRUCTOR: | DIEGO ROMERO | FIRMA: | DIEGO H ROMERO |
| NOMBRE DEL COORDINADOR: | LUZ AMANDA ZAMORA BLANCO | FIRMA: | |

JUNTA ADMINISTRADORA LOCAL DE PUENTE ARANDA

BOGOTÁ