PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA CHUCUA (IED) (LA CHUCUA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Carlos Eduardo Hernandez Perez**
3. FECHA:	2022-08-08	4. HORA:	Lunes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplicar las habilidades motrices para ejecutar los diferentes elementos técnicos a un nivel exigente y veloz.

COGNITIVA :
Comprender y analizar las diferentes situaciones que se puedan presentar en un partido de fútbol y realizar una buena toma de decisiones.

PSICOSOCIAL :
EL CUERPO COMO PRIMER TERRITORIO DE DERECHOS

LUDICA :
Comprender que a través del juego la tolerancia es importante en la vida cotidiana, respetando las diferentes circunstancias que permitan contribuir a nuestro desarrollo.

TEMA :
Realiza conducción con cambios de dirección en situación real de juego

SUBTEMAS :
Desarrollo conducción con borde externo en línea recta y posterior cambio de dirección en ejercicios de ataque.

IMPLEMENTACION :
BALONES PLATILLOS CONOS ESCALERAS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Dinámicas de calentamiento general por parejas, repeticiones esquemáticas movilidad articular Por tríos, se ubican tres compañeros en 3 conos diferentes en forma de triángulo; el que está en el medio va realizar pase a uno de los compañeros que le va devolver control orientado, luego el otro compañero recibe el pase y realiza la misma acción, cuando finaliza la misma acción de los dos compañeros, ambos realizan 3 sentadillas y cambian de cono y vuelve a empezar la acción. 2 minutos cada uno en cada lado del triángulo con 30 segundos de recuperación VARIANTE: El compañero que está en el medio del triángulo lanza el balón cuchareado con las manos al compañero de uno de las puntas, controla con planta o borde interno, y lo devuelve por abajo, realiza una flexión de brazos, luego el compañero del otro extremo realiza la misma acción y cambian de punta en sprint intercambiando posición. 2 minutos cada uno en cada lado del triángulo con 30 segundos de recuperación

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
FASE TÉCNICO COMBINATIVO 1. Grupos de 4-5 jugadores, dos en cada extremo, separados a 15 metros. El compañero de uno de los extremos lleva balón haciendo dominadas con pie o muslo. Cuando llega a mitad de cancha realiza un pase por abajo al compañero que esta de primero en la otra mitad quien hará lo mismo. 2. Grupos de 4-5 jugadores, dos en cada extremo, separados a 15 metros, sprint primer cono separado a 4 metros ida y vuelta, recoge balón, zigzag con balón, regreso, zigzag sin balón y pase por abajo 3. Ataque combinativo grupos de 3. 3 vs 1 +2 p. 2 atacantes saldrán desde banda, deben realizar 5 pases antes de dar un pase a un compañero atacante para que finalice, el cual estará marcado por un portero el cual deberá despejar al grupo de 3 atacantes próximo para iniciar MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN TOA LA ZONA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS

TIEMPO
55

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de la importancia de trabajar de la coordinación en el desarrollo corporal

TIEMPO
10

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Retroalimentación de los aspectos trabajados Refuerzos a trabajar Habilidades adquiridas Trabajo en equipo Estiramientos y vuelta a la calma

TIEMPO
15

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA CHUCUA			Nombre Instructor: Carlos Eduardo Hernandez Perez	
2. Fecha:	2022-08-08	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Lunes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023388437	JAVIER SAMUEL HERRERA	Asistio
1023386770	EDISSON MATTIAS RUBIANO	No asistio
1014865801	JUAN ESTIBEN RODRIGUEZ	No asistio
1025546142	JUAN FELIPE SERRANO	Asistio
1141320956	LUIS HERNANDO BELTRAN	Asistio
1141325488	JUAN DAVID RETAVIZCA	Asistio
1033105822	EDDY SANTIAGO SANCHEZ	Asistio
32894662	SAMUEL JESUS FUENTES	Asistio
1141324180	SERGIO ALEJANDRO BELTRAN	Asistio
1070465859	JHOAN SEBASTIAN BAQUERO	Asistio
1014873800	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ	No asistio
1013135980	VALERY ALEJANDRA GARCIA	Asistio
1025539974	JUAN ESTEBAN DIAZ	Asistio
1030605224	ANDRES FELIPE VASQUEZ	Asistio
1030564426	EMANUEL CAMARGO	Asistio
1028889359	KEVIN SANTIAGO ZAMABRANO	Asistio
1021679763	JIRETH VALENTINA ARAGON	Asistio
1025541124	YENNY NATALY QUIROGA	Asistio
1023382068	LUIGI DAVID GAONA	No asistio
1028890665	ANDRES CAMILO GARZON	Asistio
1023385138	NICOLAS DANIEL HOYOS	Asistio
1016046662	HELEN MARIANA REINA	Asistio
1141328265	ERIK SANTIAGO REMOLINA	No asistio
1073688132	MARIO ROBERTO GARCIA	Asistio