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:	2022-08-02	4. HORA:	Martes,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	5
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, PETOS, CONOS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
PARTE INICIAL Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Dinámicas de calentamiento general por parejas, repeticiones programadas Juego de reacción: por parejas, un compañero separado a 1 metro de distancia, frente a frente, cuando se indique tal color un compañero sale corriendo hacia su propio lado con balón en mano y el otro sale a cogerlo; se dará color para cada jugador, realizar y cambiar la consigna con colores, animales y frutas VARIANTE hacerlo sentados y más separados a 2 metros, con conducción de balón hasta el punto de llegada

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
FASE TÉCNICO COMBINATIVO Se realizan 4 grupos para realizar un circuito físico técnico, con rotaciones de 4 series x 4R EJERCICIO 1: conducción simple, saltos en conos a pies juntos y conducción simple EJERCICIO 2: zigzag simple sin balón x 5, zigzag con balón x 5, y saque lateral de frente al grupo EJERCICIO 3: conducción de espaldas con planta del pie y relevos por 3 platillos EJERCICIO 4; conducción de 4 balones, llevando uno por uno en espacio abierto a 8 metros de distancia a máxima velocidad posible EJERCICIOS DE POSESIÓN SIMPLE, vs 1 RONDOS : 4 VS 1. En un cuadrado de 5 x 5 4 compañeros harán posesión simple frente a un rival que un minuto intentará quitar balón la mayor cantidad de veces posibles; pasará cada compañero a robar balón durante ese lapso de tiempo. BAREMACIÓN: los dos últimos, los dos segundos y un ganador MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN CAMPO CONTRARIO

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
10

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA CHUCUA			Nombre Instructor: Carlos Eduardo Hernandez Perez	
2. Fecha:	2022-08-02	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021686767	JUAN PABLO RIOS	No asistio
1028840508	DIEGO MAURICIO ESCALANTE	Asistio
1030679331	SANTIAGO PALOMINO	Asistio
1030608418	EVANS STIVEN PABON	Asistio
1013120142	JUAN ESTEBAN TORDECILLA	Asistio
1052083643	EDGAR DAVID BARRIOS	No asistio
1025530913	DAMIAN ESTEBAN HERRERA	No asistio
1025543663	CALEB DAVID GOMEZ	No asistio
1031810232	JOHAN MATEO VELASCO	Asistio
1014663343	KEVIN DANILO SANCHEZ	No asistio
1075793305	KEVIN STEVEN GUZMAN	Asistio
1112905463	ANGEL SANTIAGO ALVAREZ	Asistio
1023380358	JUAN DAVID ARIZA	No asistio
1072719039	JUAN SEBASTIAN PARDO	No asistio
1023902949	JUAN DAVID MENDEZ	Asistio
1030592441	JUAN PABLO GORDILLO	No asistio
1073686860	CRISTIAN CONRRADO LOPEZ	Asistio
1023374576	DEIVY STICK AGUILAR	No asistio
1032681122	JOSE TOMAS RESTREPO	Asistio
1028884308	MANUEL ALEJANDRO CASTILLO	No asistio
1013121438	JULIAN FELIPE CALDERON	No asistio
1014867796	SERGIO STIVEN MARTINEZ	Asistio
1028866149	NICOLAS DAVID RUIZ	No asistio
1201463237	FRAYDER ALEXIS BUITRAGO	No asistio