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:	2022-08-03	4. HORA:	Miercoles,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 :
Desarrollar desplazamientos en el terreno de juego y ubicación temporo espacial según la posición de juego.

COGNITIVA :
Interpretar según las situaciones de juego las tareas técnico - tácticas establecidas durante las sesiones.

PSICOSOCIAL :
EL CUERPO COMO PRIMER TERRITORIO DE DERECHOS

LUDICA :
Aplicar el tiempo de recreación y aprendizaje del centro de interés como momento independiente de las actividades escolares.

TEMA :
Maneja el espacio tiempo y su coordinación viso manual en ejercicios de pases según: potencia (distancia), intención (al pie o espacio), sentido (diagonal y paralelo) y altura.

SUBTEMAS :
Desarrollo acciones motrices generales que me dan herramientas en el manejo de la pelota y en el desarrollo del juego.

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:	2022-08-03	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1030613396	JOHAN SEBASTIAN LEON	Asistio
1029286968	JOSEPH NICOLAS MARQUEZ	Asistio
1013136828	EMMANUEL NIÑO	No asistio
1010966842	ANGEL SANTIAGO FORERO	Asistio
1145727755	SANTIAGO ROJAS	Asistio
1031152551	JOHAN DAVID MESA	Asistio
1034298437	JEIKON ANDRES VILLANUEVA	Asistio
1106740659	MATTIAS RODRIGUEZ	Asistio
1028787779	SANTIAGO MONTAÑEZ	Asistio
1050841908	JUAN ESTEBAN VIDES	Asistio
1025546606	JUAN DAVID GARZON	Asistio
N37665124316	ANGEL RAFAEL CARRILLO	Asistio
1023389484	ANDRES DAVID ROMERO	Asistio
1028681866	VALERIA ALEJANDRA HERNANDEZ	Asistio
1012386800	MIGUEL ANGEL ROJAS	Asistio
1026562521	ANDRU ALEXANDER ACOSTA	Asistio