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,13:00:00,15:00:00
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:	2022-08-03	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023388437	JAVIER SAMUEL HERRERA	Asistio
1023386770	EDISSON MATTIAS RUBIANO	Asistio
1014865801	JUAN ESTIBEN RODRIGUEZ	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	No 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	No asistio
1030605224	ANDRES FELIPE VASQUEZ	Asistio
1030564426	EMANUEL CAMARGO	Asistio
1028889359	KEVIN SANTIAGO ZAMABRANO	Asistio
1022365509	JUAN DAVID LOZANO	No 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	Asistio
1073688132	MARIO ROBERTO GARCIA	Asistio