PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA AURORA (IED) (LA AURORA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ**
3. FECHA:	2022-09-08	4. HORA:	Jueves,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro mi capacidad de resistencia a través de juegos de persecución.

COGNITIVA :
Reconozco e identifico la importancia de la resistencia para el fútbol.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono sobre mi cuerpo mi casa.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas reconozco la importancia de mantener un buen estado físico.

TEMA :
La resistencia.

SUBTEMAS :
El cuerpo.

IMPLEMENTACION :
Platillos, aros, conos y balones.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
a. Saludo: De acuerdo con los lineamientos entregados se realizará saludo y bienvenida a los participantes (Nombre del programa-cuidados generales COVID y otras indicaciones). b. Recomendaciones generales: Posteriormente se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los aprendizajes esperados, adicionalmente se harán recomendaciones sobre el equipamiento que se utilizará durante la sesión, preferiblemente ropa y zapatos cómodos. En cuanto al escenario se darán algunas pautas para el cuidado de este, finalmente se recomendará mantener líquido para hidratar cada vez que sea necesario, preferiblemente agua. c. Entrada en calor: “El hombre sombra”. (Los jugadores se dividen en parejas. Uno de los miembros de cada pareja corre libremente por el espacio, realizando diferentes recorridos (línea recta, zigzag, pararse de pronto...). El compañero deberá imitar todos los recorridos y movimientos de su compañero, intentando no separarse de su lado. Poco a poco iremos cambiando las posiciones, es decir, en lugar de correr detrás iremos introduciendo otras posiciones: delante, a la derecha, a la izquierda). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿Dónde vive?

TIEMPO
a. Saludo: 5 minuto aproximadamente. b. Recomendaciones generales: 5 minutos aproximadamente. c. Entrada en calor: 10 minutos aproximadamente. Tiempo total aproximado para la primera fase: 20 minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
a. Actividad 1: Se colocarán dos platillos a una distancia de 20 metros entre sí, posteriormente se deberán ubicar los participantes en hilera en uno de los platillos, cuando el formador de la señal saldrá el primer participante hacía la línea final y volverá a su zona de partida para recoger a un compañero de la mano, el ejercicio terminará cuando haya recogido todos sus compañeros para realizar el recorrido. b. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. c. Actividad 2: Siguiendo la dinámica del ejercicio anterior se deberán realizar desplazamientos por la zona demarcada mientras realiza conducción de balón. d. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. e. Practica predeportiva: Se realizará practica de fútbol adaptado, haciendo énfasis en la implementación de las distintas técnicas vistas en clase.

TIEMPO
a. Actividad 1: 20 minuto aprox. b. Hidratación: 05 minutos aprox. c. Actividad 2: 20 minutos aprox. d. Hidratación: 05 minutos aprox. e. Practica: 20 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la primera fase: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los niños a realizar la mayor cantidad saltos en tijeras en 1 minuto.

TIEMPO
a. Reto: 10 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la primera fase: 10 minutos.

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

a. Vuelta a la calma: A continuación, se realizarán desplazamiento en trote suave por 5 minutos. Posteriormente se hará trabajó de estiramiento iniciando desde el tronco inferior al superior. b. Retroalimentación: Se les pedirá a los participantes que nos compartan sus sensaciones acerca de la sesión de clase, como momentos divertidos, dificultades y mejoras, así mismo que propuestas tienen para próximas clases

TIEMPO

a. Vuelta a la calma: 15 minuto aprox. b. Retroalimentación 05 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la primera fase: 20 minutos.

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA AURORA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2022-09-08	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023000030	BRANDON FELIPE ACERO	No asistio
1022992189	DILAN STIVEN CHARA	Asistio
1140922035	JUAN DAVID CHARA	No asistio
1022991067	JOEL STEBAN CORREA	Asistio
1140925469	SAMMUEL SANTIAGO DELGADO	No asistio
1029289490	SALOME GARCÍA	No asistio
1140923264	DILAN ALEJANDRO HERRERA	Asistio
1140923812	JUAN FELIPE LADINO	Asistio
1025550618	JORDAN ANDREY MARTÍNEZ	Asistio
1140925989	CRISTIAN CAMILO MEJIA	Asistio
1023000435	KIMBERLY MILENA MONCADA	Asistio
1028873298	JHOSTYN MANUEL RODRIGUEZ	No asistio
1022983220	BRANDON NICOLAS SANCHEZ	No asistio
1025550615	MARTIN ALEJANDRO SANCHEZ	No asistio
1140926294	SAMUEL DAVID TARQUINO	Asistio
1140925738	SARA VALDERRAMA	No asistio
1140925787	MATHIAS VILLAMIL	Asistio
1140925626	JUAN PABLO ZARTA	Asistio
1028621911	JHONNATAN MATIAS TORRES	Asistio
1022999092	MARIA PAULA SALAZAR	No asistio
1028701024	JUAN DIEGO MACHADO	No asistio
1022998518	JORDIN SNEIDER TEQUIA	Asistio
1140926068	DAMIAN STEVEN ORTIZ	No asistio
1031425110	NICOLAS VANEGAS	Asistio
1140924539	ANA MARIA SIERRA	Asistio