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:	2022-09-16	4. HORA:	Viernes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro mí flexibilidad a través de retos y actividades lúdicas.

COGNITIVA :
Reconozco e identifico la técnica del saque de banda.

PSICOSOCIAL :
Reconocer el lugar (ciudad) de donde somos.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas me relaciono con mis compañeros fortaleciendo la comunicación asertiva.

TEMA :
La flexibilidad.

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: Preparación del sistema cardio-respiratorio a través del juego: “Toca el balón”. (Se crean dos grupos con el mismo número de participantes de manera aleatoria, se divide el terreno de juego por la mitad, de manera que cada equipo tiene su espacio propio. Se trata de que los jugadores de cada equipo asalten el lado contrario, tomen en posesión del balón del equipo rival y, finalmente, se lo lleven a su campo. Si un jugador es interceptado por un rival en el campo ajeno, deberá tocar el balón del equipo contrario para no ser eliminado). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿En que ciudad nacieron o han vivido la mayor parte de su vida?

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 organizarán grupos de mínimo cuatro participantes, posteriormente se ubicarán los grupos uno frente al otro a una distancia de 5 metros, posteriormente deberán lanzar el balón con una o dos manos al compañero del frente y luego ir a la cola de la fila, los lanzamientos se realizarán con una y dos manos hasta llegar progresivamente a la técnica del saque de banda. 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 deberá lanzar el balón hacia arriba y luego patearlo con una de las partes reglamentarias del fútbol. 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 segunda fase: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los niños a realizar la mayor cantidad de dominadas con el balón.

TIEMPO
a. Reto: 10 minutos aprox. Tiempo total aproximado para el reto: 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 fase final: 20 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA AURORA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2022-09-16	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1176964494	MARIA ALEJANDRA ANDRADE	No asistio
1025149453	NICOLAS CHAPARRO	Asistio
1161215268	VALERY SOFIA DELGADO	Asistio
1066876973	LUZ ADRIANA ESPITIA	Asistio
1140923723	SHARON NICOLE GONZALEZ	Asistio
1011106137	JUAN DAVID GUZMAN	Asistio
1025326968	JOHAN SNEIDER JARAMILLO	Asistio
1146126677	JUAN JOSE MATUTE	No asistio
1043850542	ALEJANDRO JOSE OROZCO	No asistio
1022986002	JUAN ESTEBAN PARADA	Asistio
1029286695	MIGUEL ANGEL SAAVEDRA	Asistio
1064315290	MAURICIO ANDRES VARGAS	Asistio
1013633645	MARCOS ESTEBAN ZULUAGA	Asistio
1058274885	KEVIN ANDRES NIÑO	Asistio
1049936671	YESID DAVID MEDINA	No asistio
1031145159	GUISELYS LORENA TURIZO	Asistio
1022993929	CHAIRA JULIANA GRANADOS	Asistio
N37664641702	ANDRES EDUARDO MOLERO	Asistio