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:	2022-09-07	4. HORA:	Miercoles,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:	2022-09-07	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1026274012	JOHN JAIRO AGUDELO	No asistio
1022984398	SAMUEL BARRETO	No asistio
1028721643	SHIRLY GABRIELA BLANCO	No asistio
1022982790	JUAN ESTEVAN CORTES	Asistio
1027532048	KEVIN ANDRES OSORIO	Asistio
1022993381	DANNA CAROLINA DIAZ	Asistio
1012390988	IBAN JESIT GIL	Asistio
1011214785	SAMIR JACOB GONZALEZ	Asistio
1140922096	SAMUEL GUERRERO	No asistio
1022978839	JUAN JOSE HERRERA	Asistio
1140923848	SANTIAGO LANDAZURI	Asistio
1140922493	DAYANNA KATERIN LARA	No asistio
1140923882	DANIEL FELIPE LEON	Asistio
1140923800	MARIA FERNANDA MESA	Asistio
1022986502	EVELIN CAMILA QUIJANO	No asistio
1019765831	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1140922691	SANTIAGO RAMIREZ	Asistio
1140924210	ANGELA ROJAS	Asistio
1010208455	SERGIO DAVID ROLDAN	No asistio
1028788294	DUVAN SANTIAGO SAENZ	No asistio
1140923470	MARIA FERNANDA SALAZAR	No asistio
1024532156	NICOLAS UCHUVO	No asistio
1111548124	JUAN PABLO VALENCIA	No asistio
1140924396	SARA VALERIA MOSQUERA	No asistio
1140924215	MARIA CAMILA ARISMENDI	Asistio
1140923469	JENNIFER CAROLINA LARA	No asistio
1029284876	ANDRES FABIAN AGUDELO	Asistio
1011106034	JOEL MATHIAS DUEÑAS	No asistio
1011515427	LAURA CAMILA GARZON	No asistio
1140924135	LAURA SOFIA GARCIA	No asistio
1010967382	JUAN DAVID NOVA	No asistio
1028495362	LAURA DANIELA PALACIOS	No asistio
1023010169	CAREN JIMENA JIMENEZ	Asistio