PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO REPUBLICA DOMINICANA (IED) (REPUBLICA DOMINICANA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**ANYELA MARCELA SANABRIA QUIROGA**
3. FECHA:	2022-09-07	4. HORA:	Miercoles,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	36
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	18
8. ZONA:	1	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro diversidad de actividades físicas que estén de acuerdo con mis posibilidades de movimiento con el uso de elementos.

COGNITIVA :
Comprendo el valor que tiene el ejercicio físico para la formación deportiva.

PSICOSOCIAL :
Comprendo la importancia de construir ciudadanía con mis pares

LUDICA :
Vivencio momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial de su centro de interés. .

TEMA :
Ejecuta tareas analíticas sobre los principios defensivos u ofensivos de la disciplina deportiva

SUBTEMAS :
Experimento la posibilidades de recuperar un balón con sorpresa y efectividad.

IMPLEMENTACION :
Hidratación, balones, platillos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
movilidad articular: 1- Flexión – extensión de cuello 2- Círculos amplios de brazos adelante – atrás 3- Giros de cintura derecha – izquierda 4- Flexión – extensión de rodillas 5- Flexión – extensión de tobillos 3. Juego de calentamiento de la lleva para fortalecer el tema de construir ciudadanía 4. Estiramiento general dinámico.

TIEMPO
20 Min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
SUPERFICIES DE CONTACO T, CONDUCCION CON VARIANTES ESTA SESION DE CLASE LA REPETIREMOS HASTA QUE SEA EJECUTADA Y ENTENDIDA EN SU TOTALIDAD. NOTA: Todos los trabajos de conducción de esta sesión de clase se deben realizar con pie derecho e izquierdo y sin mirar el balón, es decir el mentón arriba. 1. Los estudiantes conducen libremente por el espacio delimitado utilizando las superficies de contacto que hemos determinado e intentando no chocar con los compañeros" pie derecho e Izquierdo". 2. los Estudiantes individualmente conducen el Balón por un pasillo que hemos delimitado en el terreno de juego, cuando llegan a colocarse entre dos conos, paran el balón con la planta del pie y reanudan la conducción. 3. Los estudiantes conducen el Balón hasta llegar a la otra línea y realizando un giro completo con el balón a cada cono que se encuentran a su paso. 4. Los estudiantes conducen el balón pasando entre los conos intentando dibujar un ocho en la trayectoria. 5. Ejercicio similar al anterior pero introduciendo un pase al final para dar mayor dinamismo al juego. 6. El estudiante realiza un slalom largo por todo el terreno de juego. 7. Juego dirigido 5 Vs 5 aplicando lo visto en la clase

TIEMPO
70 Min

RETO :
ACTIVIDADES
Los estudiantes tendrán 30 seg de tiempo para hacer la mayor cantidad de recorridos conduciendo el balón con planta de pie ,cada vez que llegue a un extremo debe ubicar el balón dentro de un cuadrado dibujado en el piso , para poder ir al otro lado donde realizara el mismo ejercicio. Ganará el que más recorridos haga.

TIEMPO
20 Min.

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Retroalimentación de lo trabajado en la clase y el componente psicosocial, vuelta a la calma regulando pulsación con trabajos de respiración. Estiramiento general.

TIEMPO
10 Min.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. REPUBLICA DOMINICANA			Nombre Instructor: ANYELA MARCELA SANABRIA QUIROGA	
2. Fecha:	2022-09-07	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 36	9. Nº de Semana: 18	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023897174	URIAN CAMILO BERNAL	Asistio
1028942369	KAREN VERONICA FUQUEN	No asistio
1011203846	CAMILO ANDRES PEREZ	Asistio
1141520192	JUAN DIEGO VERA	Asistio
1022977828	ERICK JOHAN FUENTES	Asistio
1020117793	JUAN DAVID SILVA	Asistio
1014878819	Santiago Yuseth Acevedo	No asistio
1102149463	SANTIGO SIERRA	Asistio
1147485946	Johan Stiven Idarraga	No asistio
1028401384	JAZBLEIDY DALLANA TAVERA	No asistio
1011101451	NICOL ANDREA RAMOS	Asistio
1083692061	EVA SANDRITH MORALES	No asistio
1145225671	JUAN FELIPE CASTIBLANCO	No asistio
1028889065	NICOLAS ANTURI	No asistio
1019068220	JUAN PABLO FORERO	No asistio
1141318261	JOSE ALEJANDRO TURIZO	Asistio
1064898179	JHORK JEFFREY ALEMAN	Asistio
1031822065	JERSSON ESTIVEN HERNANDEZ	Asistio
1098691224	YORGEN SEBASTIAN VASQUEZ	Asistio
1028944906	CRISTOBAL DAVID LLAMAS	Asistio
1033727698	DUVAN FELIPE MAYORGA	No asistio
6320098	CRISTIAN MANUEL FIGUEROA	No asistio
1161214413	MAXIMILIANO RAMOS	Asistio
1028945841	ANDRES FELIPE ARIAS	Asistio
1069487914	MARIPAZ MESTRA	Asistio
1027211518	DANNA SOFIA SIERRA	Asistio