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:	2022-09-12	4. HORA:	Lunes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	37
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	19
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
Charla corta de los objetivos de la clase y del tema social mi cuerpo como agente de derechos. 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 juego de calentamiento: JUGUEMOS EN EL COLE MIENTRAS QUE EL LOBO ESTA.

TIEMPO
20 Min.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
ESTA SESION DE CLASE SE REPETIRA HASTA QUE SEA DESARROLLADA EN SU TOTALIDAD TRABAJO OFENSIVO Y DEFENSIVO. Reforzamos en todos los ejercicios el trabajo en equipo y su importancia. 1. Juego de posesión de balón los estudiantes se ubicaran en 3 equipos, dos equipos estarán atacando en la zona 1 y 3 y el otro equipo defenderá la zona 2. El objetivo es mantener la posesión del balón entre las dos zonas de ataque sin que pueda robar el balón el equipo defensivo. Del equipo defensor la mitad del equipo puede entrar a la presión al campo donde está el balón, cuando el balón cambie de zona deben presionar los otros. El equipo que pierda la posesión pasa a defender. 2. haremos trabajo de posesión de balón con remate a la portería en inferioridad numérica defensiva, 1 Vs 1, 2 vs 1, 3 Vs 2 y 4 Vs 2. 3. Los estudiantes se van a dividir en grupos de 3, cada equipo tendrá una portería pequeña que debe defender y al mismo tiempo deben intentar hacer gol en las porterías de sus compañeros, el objetivo es trabajar la parte ofensiva y defensiva a la vez, ganara el equipo al que menos goles le hagan o más goles haga en las otras porterías, variantes aplicadas. 4. Juego 5Vs 5 dirigido aplicando lo visto en clase.

TIEMPO
70 Min.

RETO :
ACTIVIDADES
Haremos duelos de 1 contra 1 en eliminatorias, ganara el que logre llegar al final sin que le ganen el duelo.

TIEMPO
20 Min.

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
RETROALIMENTACION de lo trabajado en la sesión de clase reforzando el tema social de clase. Vuelta a la calma caminamos y vamos hacer trabajos de respiración en dos tiempos en 1 toma aire fuerte por la nariz, sosteniéndolo y 2 expulsa fuerte por la boca. Estiramiento general dinámico.

TIEMPO
10 Min.

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. REPUBLICA DOMINICANA			Nombre Instructor: ANYELA MARCELA SANABRIA QUIROGA	
2. Fecha:	2022-09-12	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Lunes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 37	9. Nº de Semana: 19	
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	No asistio
1014878819	Santiago Yuseth Acevedo	Asistio
1102149463	SANTIGO SIERRA	Asistio
1147485946	Johan Stiven Idarraga	No asistio
1028401384	JAZBLEIDY DALLANA TAVERA	Asistio
1011101451	NICOL ANDREA RAMOS	Asistio
1083692061	EVA SANDRITH MORALES	No asistio
1145225671	JUAN FELIPE CASTIBLANCO	Asistio
1028889065	NICOLAS ANTURI	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