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:	2022-09-06	4. HORA:	Martes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	35
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 :
Realiza conducción de balón con diferentes variantes y superficies de contacto

SUBTEMAS :
Practico la Elevación del mentón durante la conducción

IMPLEMENTACION :
Hidratación, Balones, conos, 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. 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 calentamiento con juego de la lleva para reforzar el tema social de ciudadanía. 5. Estiramiento general dinámico.

TIEMPO
20 Min.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
SUPERFICIES DE CONTACTO, 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 habil. 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 conducen por el terreno de juego siguiendo las líneas del campo sin salirse de ellas, siempre por encima. 3. Los estudiantes se colocan por grupos de 4. El estudiante r A conduce la pelota al llegar al primer cono realiza una pared con su compañero B, continúa la conducción y al llegar al siguiente cono realiza otra pared con su compañero C y al llegar al último cono realiza la misma acción con su compañero D. Después de cada vuelta cambiamos las posiciones. 4. El estudiante realiza un slalom entre conos y al llegar a la frontal de área realiza un tiro a portería. (“ para estos ejercicios jugar con la variedad de posibilidades que nos ofrece la colocación de los conos, para trabajar más o menos intenso”) 5. 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.

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:	2022-09-06	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 35	9. Nº de Semana: 18	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023165928	ANGELA SOFIA CASTELLANOS	Asistio
1027285269	JUSTIN SAMUEL CASTRO	No asistio
1044635755	EVER YASER DE LA ROSA	Asistio
1062437747	Alfonso Alvarez	Asistio
1141521567	JADE MARTINEZ	No asistio
1169713504	SEBASTIAN AGUIRRE	Asistio
1104821310	MARIO ALEXANDER MOGOLLON	No asistio
1031821313	CARLOS DANIEL NIÑO	Asistio
1028945854	THOMAS SANTIAGO RINCON	Asistio
1031425327	ERICK SANTIAGO TORRES	No asistio
1147486888	EMANUEL JOSE DIAZ	Asistio
1023385762	SERGIO YESID ROJAS	Asistio