PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA CHUCUA (IED) (LA CHUCUA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Carlos Eduardo Hernandez Perez**
3. FECHA:	2022-09-14	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplicar las habilidades motrices para ejecutar los diferentes elementos técnicos a un nivel exigente y veloz.

COGNITIVA :
Comprender y analizar las diferentes situaciones que se puedan presentar en un partido de fútbol y realizar una buena toma de decisiones.

PSICOSOCIAL :
“YO EXIJO RESPETO. Un camino por el libre desarrollo de la personalidad”

LUDICA :
Comprender que a través del juego la tolerancia es importante en la vida cotidiana, respetando las diferentes circunstancias que permitan contribuir a nuestro desarrollo.

TEMA :
Trabaja los remates de primera intención y de volea.

SUBTEMAS :
Perfecciono el remate de costado luego de un centro por medio de ejercicios grupales.

IMPLEMENTACION :
BALONES, PLATILLOS, CONOS PETOS ESCALERAS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Dinámicas de calentamiento general por parejas, repeticiones esquemáticas movilidad articular Grupos de 4, EJERCICIOS EN ESCALERAS COORDINACION TIPO 1, SPRINT LATERAL Y PASE A RAS TIPO 2 ABRE Y CIERRA Y PASE A RAS TIPO 3 SALTO A PIES JUNTOS POR X 2 Y RETROCEDE 1 TIPO 4, INGRESA Y SACA PIERNA DE FORMA LATERAL Y PASE A RAS VARIANTE, PASE DE CABEZA

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Se dispondrá un cuadrado qué ocupará un cuarto de la cancha, en cada línea del cuadrado abran 2 jugadores separados a 8 metros cada uno con un balón; desde una esquina del cuadrado estará toda la fila del resto de jugadores también con un balón cada uno. El ejercicio arranca cuando los jugadores de la fila cada uno lleva conduciendo balón con planta del pie hasta el cono 1 Dónde habrá un compañero: quién lleva la pelota con la planta hace un pase con borde interno al compañero este manda balón arriba para que el compañero lo de de regreso y a su vez hagan pase por abajo con control orientado luego lleva el balón de igual forma al segundo platillo con planta del pie dónde realizará la misma acción y así en cada una de las seis estaciones para que al final en las dos estaciones finales los pases sean dos tiros a puerta con cabeceo. Cada jugador pasara dos rondas y luego intercambiaran los roles ocupando cada uno de los platillos y los otros en la fila EJERCICIO BASE: Juego rey de cancha. se dispondrán tres equipos y dos porterías delimitando tres zonas; cada equipo en una zona. el equipo de la zona 2 decidirá atacar portería de la zona 1 o portería la de la zona 3, si el equipo atacante anota gol en la portería escogida toma balón y Busca atacar la otra portería de la zona que no atacó primero si vuelve y anota gol permanecerá así atacando la otra portería donde anotó gol inicialmente y así hasta que le quiten el balón El equipo que estaba defendiendo inicialmente debe colocar un jugador en la zona 2 para ser receptor en caso de que este equipo recupera la pelota y vaya atacar la otra zona donde el equipo atacante no atacó inicialmente y tratarán de hacer lo mismo. En caso que no anoten, volverán a su zona inicial para intentar anotar gol y así hasta la que le quiten la pelota los tres equipos deberán Buscar siempre anotar gol en la portería del otro lado los equipos que defienden siempre deben dejar un jugador libre en la zona 2 para que sea el apoyo para ir trabajando las transiciones

TIEMPO
45

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de la importancia de trabajar de las superficies de los remates en el desarrollo definitivo individual

TIEMPO
10

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Retroalimentación de los aspectos trabajados Refuerzos a trabajar Habilidades adquiridas Trabajo en equipo Estiramientos y vuelta a la calma

TIEMPO
10

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA CHUCUA			Nombre Instructor: Carlos Eduardo Hernandez Perez	
2. Fecha:	2022-09-14	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 16	9. Nº de Semana: 9	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023388437	JAVIER SAMUEL HERRERA	No asistio
1023386770	EDISSON MATTIAS RUBIANO	No asistio
1014865801	JUAN ESTIBEN RODRIGUEZ	No asistio
1025546142	JUAN FELIPE SERRANO	No asistio
1141320956	LUIS HERNANDO BELTRAN	No asistio
1141325488	JUAN DAVID RETAVIZCA	No asistio
1033105822	EDDY SANTIAGO SANCHEZ	No asistio
32894662	SAMUEL JESUS FUENTES	No asistio
1141324180	SERGIO ALEJANDRO BELTRAN	No asistio
1070465859	JHOAN SEBASTIAN BAQUERO	No asistio
1014873800	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ	No asistio
1013135980	VALERY ALEJANDRA GARCIA	No asistio
1025539974	JUAN ESTEBAN DIAZ	No asistio
1030605224	ANDRES FELIPE VASQUEZ	No asistio
1030564426	EMANUEL CAMARGO	No asistio
1028889359	KEVIN SANTIAGO ZAMABRANO	No asistio
1021679763	JIRETH VALENTINA ARAGON	No asistio
1025541124	YENNY NATALY QUIROGA	No asistio
1028890665	ANDRES CAMILO GARZON	No asistio
1023385138	NICOLAS DANIEL HOYOS	No asistio
1016046662	HELEN MARIANA REINA	No asistio
1141328265	ERIK SANTIAGO REMOLINA	No asistio
1073688132	MARIO ROBERTO GARCIA	No asistio
1188213168	OSCAR GABRIEL HUERTAS	No asistio
1028870647	JERONIMO PEÑA	No asistio
1028489095	EDWARD SANTIAGO BASTIDAS	No asistio