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:	2022-10-03	4. HORA:	Lunes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	10
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 :
“El encuentro con el otro como oportunidad para vivenciar la ciudadanía”

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 :
Domina las superficies de contacto para el remate

SUBTEMAS :
Ejecuto remate fuerte con empeine a ras de piso en ejercicios de definición.

IMPLEMENTACION :
balones platillos conos, escaleras y petos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Ejercicio por parejas. Se realizan 4 grupos con una escalera al frente cada equipo EJERCICIO 1: En escalera skkiping simple, velocidad en 5 metros; 4 R EJERCICIO 2: en escalera, salto diagonal alternando pie en cada espacio, sentadillas x6 y carrera en 5 mts 4R EJERCICIO 3: en escalera, dos saltos al frente uno atrás, dos flexiones de brazos y carrera en 5 metros EJERCICIO 4; en escalera, en espacio 1 salta, abre, cierra y pasa al espacio 2, repite en todos los espacios, zigzag en 4 platillos y sprint en 5 mts

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
G1, saltos en conos x6, pase j1, devolución de páred j2, y pase largo a j3 G2, salto en aros en diagonal ida y vuelta, control aéreo, pase rastrero al arquero y pase largo al inicio. G3, zigzag x 4 sin balón, zig-zag con balón por 4, y remate de cabeza en portería grande 1. Grupos de 4-5 jugadores, dos en cada extremo, separados a 15 metros. El compañero de uno de los extremos lleva balón haciendo dominadas con pie o muslo. Cuando llega a mitad de cancha realiza un pase por abajo al compañero que esta de primero en la otra mitad quien hará lo mismo. 2. Grupos de 4-5 jugadores, dos en cada extremo, separados a 15 metros, sprint primer cono separado a 4 metros ida y vuelta, recoge balón, zigzag con balón, regreso, zigzag sin balón y pase por abajo 3. Ataque combinativo grupos de 3. 3 vs 1 +2 p. 2 atacantes saldrán desde banda, deben realizar 5 pases antes de dar un pase a un compañero atacante para que finalice, el cual estará marcado por un portero el cual deberá despejar al grupo de 3 atacantes próximo para iniciar MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN TODA LA ZONA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS

TIEMPO
50

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de los comportamientos y actitud en un entorno social y público, loas concepciones de barrio como entornos seguros y de confort emocional

TIEMPO
15

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:	2022-10-03	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Lunes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023388437	JAVIER SAMUEL HERRERA	Asistio
1023386770	EDISSON MATTIAS RUBIANO	Asistio
1014865801	JUAN ESTIBEN RODRIGUEZ	Asistio
1141320956	LUIS HERNANDO BELTRAN	Asistio
1141325488	JUAN DAVID RETAVIZCA	No asistio
1033105822	EDDY SANTIAGO SANCHEZ	Asistio
32894662	SAMUEL JESUS FUENTES	Asistio
1141324180	SERGIO ALEJANDRO BELTRAN	Asistio
1013135980	VALERY ALEJANDRA GARCIA	Asistio
1025539974	JUAN ESTEBAN DIAZ	No asistio
1030605224	ANDRES FELIPE VASQUEZ	No asistio
1030564426	EMANUEL CAMARGO	No asistio
1028889359	KEVIN SANTIAGO ZAMABRANO	Asistio
1021679763	JIRETH VALENTINA ARAGON	Asistio
1025541124	YENNY NATALY QUIROGA	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	Asistio
1188213168	OSCAR GABRIEL HUERTAS	No asistio
1028870647	JERONIMO PEÑA	No asistio
1028489095	EDWARD SANTIAGO BASTIDAS	No asistio
1021314375	MIGUEL ANGEL ANZOLA	Asistio
1140921239	JUAN DAVID AREVALO	Asistio
1014873800	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ	Asistio
1028490467	MICHELLE DAYANA CAMACHO	Asistio