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:	2022-10-26	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	25
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	13
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- Territorio y pertenencia

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 :
Perfecciona la técnica de pase

SUBTEMAS :
Mejoro el pase con borde externo en ejercicios de parejas con pases de media distancia.

IMPLEMENTACION :
balones, esclaeras, platillos y conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Juego de activación por parejas cada deportista deberá tocar los tobillos de su compañero evitando que este toque los suyos, cada cierto tiempo se cambiará la parte del cuerpo a tocar. Escalera de coordinación, cada jugador realizará un ejercicio durante un límite de tiempo tales como Skipping, salto a pies juntos, Skipping lateral, y avioncito y luego se cambiará.

TIEMPO
50

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1) Rondo, primero se dividirá el grupo en dos y luego realzaran un circulo y empezaran a pasar el balón entre ellos, a medida que avance el ejercicio se irán aplicando variantes para aumentar la dificultad del mismo y los niños tengan que pensar rápido para la toma de decisiones. 2.) juego en espacio reducido por zonas con cambios de orientación del balón, se formaran tres grupos con la misma cantidad de deportistas y se demarcaran tres zonas de juego, cada equipo tendrá un tiempo determinado para marcar y cortar el sistema de juego, el equipo que esta en la zona A deberá realizar 5 pases entre sus compañeros y deberá cambiar el balon de orientación a la zona C los jugadores que están en la zona B deberán ir a la zona donde se encuentra el balón y cortar el sistema de juego antes que el balon sea cambiado de lado. MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN TODA LA ZONA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS

TIEMPO
50

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de la importancia construir sociedad en los entornos cercanos a partir del cuidado ecológico de los escenarios deportivos

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