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,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Desarrollar desplazamientos en el terreno de juego y ubicación temporo espacial según la posición de juego.

COGNITIVA :
Interpretar según las situaciones de juego las tareas técnico - tácticas establecidas durante las sesiones.

PSICOSOCIAL :
“El encuentro con el otro como oportunidad para vivenciar la ciudadanía”

LUDICA :
Aplicar el tiempo de recreación y aprendizaje del centro de interés como momento independiente de las actividades escolares.

TEMA :
Mejora la técnica de carrera y perfilación corporal con utilización del balón en conducción, dribling (con y sin obstáculos).

SUBTEMAS :
Participo en los juegos individuales y colectivos propuestos con buena disposicion y actitud.

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 1.) Juego de activación por parejas cada deportista deberá tocar los tobillos de su compañero evitando que este toque los suyos, cada cierto tiempo se cambiara la parte del cuerpo a tocar. 2.) Escalera de coordinación, cada jugador realizara un ejercicio durante un límite de tiempo y luego se cambiara. 3.) Circuito de pierna: se ubicaran dos filas de jugadores separadas por una distancia de 3 metros entre si, cada jugador estará en forma diagonal al de la otra fila. * equilibrio unipodal * zancada posterior, * zancada frontal, (cada ejercicio se realizará con cada pierna), y se realizaran 2 repeticiones por cada ejercicio que tendrá una duración de 1' de trabajo por 30" de recuperación. ejercicio de sentadilla mas velocidad.

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1.) Por parejas cada una con balon a una distancia de 2 metros, un jugador tendrá el balón mientras su compañero deberá realizar movimientos alrededor del cono para anticiparse y recibir el balon a ras de piso, media altura utilizando diferentes gestos técnicos. luego cambiaran de rol entre los jugadores. 2.) Combinación de pases cortos y medios con control del balon paredes y conducciones, cada jugador que participa en la acción se desmarcara previamente para recibir el balon, se realizaran variantes al ejercicio para trabajar el control orientado con ambos perfiles. MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN TODA LA ZONA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS 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,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1030613396	JOHAN SEBASTIAN LEON	Asistio
1029286968	JOSEPH NICOLAS MARQUEZ	Asistio
1013136828	EMMANUEL NIÑO	Asistio
1010966842	ANGEL SANTIAGO FORERO	Asistio
1145727755	SANTIAGO ROJAS	No asistio
1031152551	JOHAN DAVID MESA	No asistio
1034298437	JEIKON ANDRES VILLANUEVA	Asistio
1106740659	MATTIAS RODRIGUEZ	Asistio
1028787779	SANTIAGO MONTAÑEZ	Asistio
1025546606	JUAN DAVID GARZON	Asistio
N37665124316	ANGEL RAFAEL CARRILLO	Asistio
1023389484	ANDRES DAVID ROMERO	Asistio
1028681866	VALERIA ALEJANDRA HERNANDEZ	No asistio
1012386800	MIGUEL ANGEL ROJAS	No asistio
1013132042	DANIEL SANTIAGO MARTINEZ	Asistio
1013646253	DUVAN ARBEY MORENO	No asistio
1013134185	JOSE ALEJANDRO TORREJANO	Asistio
1013140658	JOHAN SAMUEL OYOLA	No asistio
1011205011	JHANDERSON SANTIAGO OYOLA	No asistio
1018468851	JOSTIN DANIEL HERNANDEZ	Asistio
1023395817	JUAN DAVID SANCHEZ	No asistio