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:	2022-10-20	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	12
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 :
Domina las superficies de contacto para manejar el balón con el pie y velocidad

SUBTEMAS :
Realiza conducción con cambios de dirección en situación real de juego

IMPLEMENTACION :
BALONES PLATILLOS Y CONOS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Ejercicio por parejas. Ejercicio por parejas. 1. Juego POR TRIOS EN ESPACIOS REDUCIDOS, cadenas de pases, controles orientados, borde interno y externo, empeine, 2. Juego recepción desplazamientos, juegos de coordinación en escaleras, a dos pies y a un pie con desplazamientos y pases

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. dominio de balon por parejas utilizando diferentes gestos tecnicos de acuerdo a la indicación que se de, se ubicara un compañero a una distancia de 3 metros del otro uno tendrá balón y realizara un pase a su compañero este controlara el balón y lo dejara estatico y se desplazara hacia atras mientras el que realizo el pase se desplazara hacia adelante a repetir el ejercicio cuando lleguen a la linea cambiaran de roll. 2. Juego en espacio reducido con diferentes variantes para que vaya aumentado la dificultad del ejercicio. Se dividirá el grupo en dos equipos y se trazara una linea de conos para dividir el campo, en un espacio debe estar la mitad de cada grupo y lo mismo en el otro cuadro, deberán realizar 5 pases para cambiar el balón de sector y el otro equipo debera cortar el sistema de juego y hacer lo mismo una vez tenga el balon en posesión. MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN TODA LA ZONA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS

TIEMPO
50

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de la importancia del apoyo mutuo, afianzar el compañerismo, ser incluyente y animo permanente frente a las equivocaciones de los compañeros o propias

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
15