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,11:30:00,13:30:00
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 :
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- Territorio y pertenencia

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

TEMA :
Controla el balón en situaciones de movimiento. (Control dirigido, control y pase, dominio de la técnica básica para entregar y recibir el elemento de juego)

SUBTEMAS :
Muestro avance en la técnica utilizada para recibir el balón con la superficie de contacto indicada para cada ejercicio de manera funcional.

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 1. por parejas con balón utilizando diferentes gestos técnicos (borde interno, externo, empeine, muslo, cabeza). mientras un compañero realiza ejercicios de movilidad articular el otro compañero intentara hacer la mayor cantidad de toques con el balo utilizando el gesto técnico indicado. 2. Los jugadores se colocan formando un cuadrado y realizan una sucesión de control y pase, cada jugador se desplaza al lugar donde pasa el balón.

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1.) Por parejas cada una con balón a una distancia de 2 metros, un jugador tendra el balon 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 balón paredes y conducciones, cada jugador que participa en la acción se desmarcara previamente para recibir el balón, 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

TIEMPO
55

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

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