PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA AURORA (IED) (LA AURORA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ**
3. FECHA:	2022-09-21	4. HORA:	Miercoles,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro mí fuerza con mi propio peso corporal.

COGNITIVA :
Reconozco e identifico el nombre de las áreas del terreno de juego.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono sobre cual es el significado de la ciudad para cada persona y como se construye.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas me relaciono con mis compañeros fortaleciendo la comunicación asertiva.

TEMA :
La fuerza.

SUBTEMAS :
El terreno de juego.

IMPLEMENTACION :
Platillos, aros, conos y balones.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
a. Saludo: De acuerdo con los lineamientos entregados se realizará saludo y bienvenida a los participantes (Nombre del programa-cuidados generales COVID y otras indicaciones). b. Recomendaciones generales: Posteriormente se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los aprendizajes esperados, adicionalmente se harán recomendaciones sobre el equipamiento que se utilizará durante la sesión, preferiblemente ropa y zapatos cómodos. En cuanto al escenario se darán algunas pautas para el cuidado de este, finalmente se recomendará mantener líquido para hidratar cada vez que sea necesario, preferiblemente agua. c. Entrada en calor: Actividad lúdica para la activación y preparación para el ejercicio: Carreras de relevos en posición de carretilla o caballito por parejas haciendo énfasis en la participación de todos y el trabajo en equipo. Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿Qué significado tiene la ciudad para cada uno y por qué?

TIEMPO
a. Saludo: 5 minuto aproximadamente. b. Recomendaciones generales: 5 minutos aproximadamente. c. Entrada en calor: 10 minutos aproximadamente. Tiempo total aproximado para la primera fase: 20 minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
a. Actividad 1: Se organizarán grupos de acuerdo al número de participantes, cada uno de ellos se deberá ubicar en fila frente a un platillo, cuando el formador de la señal, el primer participante de cada grupo deberá iniciar desplazamiento en velocidad y realizar los ejercicios planteados en cada aro (sentadillas, flexiones de codo y burpies) posteriormente deberá volver a la fila y chocar la palma de la mano de su compañero para que inicie el ejercicio, ganara un punto el equipo en el que todos sus integrantes haya terminado la prueba. . b. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. c. Actividad 2: Siguiendo la dinámica del ejercicio anterior se deberán realizar los ejercicios propuestos anteriormente para finalmente realizar pateo de precisión y volver a la fila. d. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. e. Practica predeportiva: Se realizará practica de fútbol adaptado, haciendo énfasis en la implementación de las distintas técnicas vistas en clase.

TIEMPO
a. Actividad 1: 20 minuto aprox. b. Hidratación: 05 minutos aprox. c. Actividad 2: 20 minutos aprox. d. Hidratación: 05 minutos aprox. e. Practica: 20 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la segunda fase: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los estudiantes a patear el balón precisión y tumbar los conos ubicados a 10 metros.

TIEMPO
a. Reto: 10 minutos aprox. Tiempo total aproximado para el reto: 10 minutos.

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

a. Vuelta a la calma: A continuación, se realizarán desplazamiento en trote suave por 5 minutos. Posteriormente se hará trabajó de estiramiento iniciando desde el tronco inferior al superior. b. Retroalimentación: Se les pedirá a los participantes que nos compartan sus sensaciones acerca de la sesión de clase, como momentos divertidos, dificultades y mejoras, así mismo que propuestas tienen para próximas clases.

TIEMPO

a. Vuelta a la calma: 15 minuto aprox. b. Retroalimentación 05 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la fase final: 20 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA AURORA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2022-09-21	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Miercoles,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1176964494	MARIA ALEJANDRA ANDRADE	No asistio
1025149453	NICOLAS CHAPARRO	Asistio
1161215268	VALERY SOFIA DELGADO	No asistio
1066876973	LUZ ADRIANA ESPITIA	Asistio
1140923723	SHARON NICOLE GONZALEZ	Asistio
1011106137	JUAN DAVID GUZMAN	No asistio
1025326968	JOHAN SNEIDER JARAMILLO	Asistio
1146126677	JUAN JOSE MATUTE	No asistio
1043850542	ALEJANDRO JOSE OROZCO	Asistio
1022986002	JUAN ESTEBAN PARADA	Asistio
1029286695	MIGUEL ANGEL SAAVEDRA	Asistio
1064315290	MAURICIO ANDRES VARGAS	Asistio
1013633645	MARCOS ESTEBAN ZULUAGA	Asistio
1058274885	KEVIN ANDRES NIÑO	Asistio
1049936671	YESID DAVID MEDINA	No asistio
1031145159	GUISELYS LORENA TURIZO	No asistio
1022993929	CHAIRA JULIANA GRANADOS	Asistio
N37664641702	ANDRES EDUARDO MOLERO	Asistio