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:	2022-09-22	4. HORA:	Jueves,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:	2022-09-22	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1022995083	EMILY NICOL ARIAS	Asistio
1140925252	DILAN BELLO	Asistio
1056412351	MARELBY ISABELA DAZA	No asistio
1013651368	SARA DIAZ	No asistio
1029288198	NICOLAS MATIAS DIAZ	Asistio
1140925284	ALLISSON ESPITIA	No asistio
1140924189	JEREMMY GABRIEL GARZON	Asistio
1048940884	LUIS ANTONIO GELIS	No asistio
1028788721	LAURA VALENTINA GONZALEZ	No asistio
N37664590745	JAXGREIBER ISAI JAIMES	Asistio
1022992983	JUAN DAVID MARTINEZ	No asistio
1022997077	KEVIN ANDRES MEDINA	Asistio
1022996988	ARLEY GUSTAVO MENDOZA	Asistio
1029288937	KEVIN STEBAN MOYANO	Asistio
1019087805	LUIS FELIPE PAJARO	No asistio
1189713561	CRISTIAN SMITH RUBIANO	No asistio
N37664611635	LEOSMARY FABIANA NAVA	Asistio
N37664613166	JENIFFER FABIANA NAVA	Asistio
1140925706	VALENTINA CARDENAS	Asistio
N37664326523	ISAAC JOSUE REYES	Asistio