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:	2022-09-23	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro mis capacidades físicas y me enfoco en la mejora continua de las mismas.

COGNITIVA :
Reconozco e identifico los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono sobre los lugares que identifican a la ciudad.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas genero relaciones interpersonales basadas en el respeto.

TEMA :
Capacidades físicas.

SUBTEMAS :
la identificación.

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: “la cadena humana”. (Inicialmente un niño será escogido para iniciar el juego, el mismo deberá atrapar a los demás, cada niño atrapado deberá tomar de la mano a los demás hasta formar una cadena humana con la totalidad de los participantes). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿Cuáles son los lugares más importantes para cada uno en su barrio, localidad o ciudad?

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 un circuito motriz y de obstáculo en donde se irá aumentando de manera gradual la dificultad al incluir retos relacionados a las habilidades físicas (fuerza, velocidad y resistencia). 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 avanzar por el circuito motriz incluyendo elementos como el balón. 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 realizar la mayor cantidad de burpies.

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

Durante esta fase no se requieren elementos adicionales.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA AURORA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2022-09-23	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1026274012	JOHN JAIRO AGUDELO	Asistio
1022984398	SAMUEL BARRETO	Asistio
1028721643	SHIRLY GABRIELA BLANCO	Asistio
1022982790	JUAN ESTEVAN CORTES	Asistio
1027532048	KEVIN ANDRES OSORIO	Asistio
1022993381	DANNA CAROLINA DIAZ	No asistio
1012390988	IBAN JESIT GIL	Asistio
1011214785	SAMIR JACOB GONZALEZ	Asistio
1140922096	SAMUEL GUERRERO	No asistio
1022978839	JUAN JOSE HERRERA	No asistio
1140923848	SANTIAGO LANDAZURI	Asistio
1140922493	DAYANNA KATERIN LARA	Asistio
1140923882	DANIEL FELIPE LEON	Asistio
1140923800	MARIA FERNANDA MESA	Asistio
1022986502	EVELIN CAMILA QUIJANO	Asistio
1019765831	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	No asistio
1140922691	SANTIAGO RAMIREZ	Asistio
1140924210	ANGELA ROJAS	Asistio
1010208455	SERGIO DAVID ROLDAN	Asistio
1028788294	DUVAN SANTIAGO SAENZ	Asistio
1140923470	MARIA FERNANDA SALAZAR	Asistio
1024532156	NICOLAS UCHUVO	Asistio
1111548124	JUAN PABLO VALENCIA	No asistio
1140924396	SARA VALERIA MOSQUERA	No asistio
1140924215	MARIA CAMILA ARISMENDI	Asistio
1140923469	JENNIFER CAROLINA LARA	Asistio
1029284876	ANDRES FABIAN AGUDELO	Asistio
1011106034	JOEL MATHIAS DUEÑAS	Asistio
1011515427	LAURA CAMILA GARZON	No asistio
1140924135	LAURA SOFIA GARCIA	No asistio
1010967382	JUAN DAVID NOVA	No asistio
1028495362	LAURA DANIELA PALACIOS	No asistio
1023010169	CAREN JIMENA JIMENEZ	Asistio
1140924569	MARIANA MOYA	Asistio

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria