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:	2022-11-10	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	29
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	15
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 :
Trabaja los remates de primera intención y de volea.

SUBTEMAS :
Trabajo en el fortalecimiento del tren superior por medio de ejercicios con peso propio.

IMPLEMENTACION :
platillos, conos, petos, balones

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Dominio de balón por parejas, cada pareja realizara pases utilizando el gesto tecnico indicado primero sera de manera estática en el puesto luego será de forma dinámica avanzando por ultimo se desplazaran sin dejar caer el balon hasta que lleguen al punto indicado. Se ubicaran dos filas de 6 conos, saldran por parejas en velocidad en forma de slalom cada uno por su fila cuando lleguen al ultimo cono se les lanzara un balon deberán controlarlo y avanzar realizando pases hasta que lleguen a la porteria solo tendrán 5 pases para hacer gol (sin oposición), luego se aplicaran diferentes que vayan aumentado la dificultad del ejercicio

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
RUEDA DE PASES POR TRIOS: se ubicaran dos conos separados por una distancia de 2 metros entre si y habra otro cono ubicado a una distancia de 8 metros, donde estan ubicados los dos conos estara un jugador sin balon y la otra parte estaran los otros jugadores con balon uno de ellos lanzara el balon por perfil izquierdo a su compañero y se desplazará a ubicar la posición de él deberá controlar y orientar el balon hacia la pierna derecha para devolver el pase al siguiente compañero en la fila. (cada 2 minutos se agregará una variante para aumentar la dificultad. JUEGO EN ESPACIO REDUCIDO CON APOYOS POR LOS COSTADOS: se dividirá el grupo en dos partes y se formara un solo cuadrado por cada lado del cuadrado habrán 1 o 2 apoyos para cada equipo, para utilizar a los apoyos debe haber minimo 3 pases entre los compañeros del centro, los apoyos al comienzo juegan libre no les pueden quitar el balon y tienen toques libres ademas pueden cambiar de posición con otro apoyo y se pueden hacer pases entre ellos, pero a medida que avance el ejercicio se les iran poniendo limitaciones MINI PARTIDOS; 8 VS 8 en CANCHA COMPLETA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS MINI TORNEO REY DEL PENAL CON PIE DOMINANTE Y CON NO DOMINANTE

TIEMPO
45

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de la interpretación del fuera de juego y sus diferentes excepciones

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
5

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA CHUCUA			Nombre Instructor: Carlos Eduardo Hernandez Perez	
2. Fecha:	2022-11-10	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 29	9. Nº de Semana: 15	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021686767	JUAN PABLO RIOS	No asistio
1028840508	DIEGO MAURICIO ESCALANTE	No asistio
1030679331	SANTIAGO PALOMINO	No asistio
1030608418	EVANS STIVEN PABON	No asistio
1013120142	JUAN ESTEBAN TORDECILLA	No asistio
1025543663	CALEB DAVID GOMEZ	No asistio
1075793305	KEVIN STEVEN GUZMAN	No asistio
1112905463	ANGEL SANTIAGO ALVAREZ	No asistio
1023380358	JUAN DAVID ARIZA	No asistio
1072719039	JUAN SEBASTIAN PARDO	No asistio
1023902949	JUAN DAVID MENDEZ	No asistio
1030592441	JUAN PABLO GORDILLO	No asistio
1023374576	DEIVY STICK AGUILAR	No asistio
1032681122	JOSE TOMAS RESTREPO	No asistio
1028884308	MANUEL ALEJANDRO CASTILLO	No asistio
1013121438	JULIAN FELIPE CALDERON	No asistio
1014867796	SERGIO STIVEN MARTINEZ	No asistio
1201463237	FRAYDER ALEXIS BUITRAGO	No asistio
1033104922	DANIEL FRANCISCO GOMEZ	No asistio