PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CUNDINAMARCA (IED) (CUNDINAMARCA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Jorge Armando Algarra Acosta**
3. FECHA:	2022-11-02	4. HORA:	Miercoles,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Desarrollar las cualidades físicas (la velocidad, coordinación, resistencia, flexibilidad y el esquema corporal), la ubicación temporoespacial, la percepción rítmica y la interpretación artística para el fortalecimiento de las habilidades motrices, acoplados al centro de interés manejando los segmentos corporales de forma global y segmentaria.

COGNITIVA :
Fortalecer el desarrollo comunicativo e Interpretativo de los estudiantes por medio de técnicas de expresión corporal y actividades lúdico recreo deportivo identificado en el centro de interés que le permitan mejorar sus habilidades y destrezas, ayudando al estudiante a mejorar y exteriorizar sus emociones en situaciones de juego y competencia.

PSICOSOCIAL :
Integrar los conceptos de derechos, enfoque e identidad de género, estereotipos junto con las experiencias familiares y escolares que le permitan iniciar la construcción de una identidad cultural y sentido de pertenencia.

LUDICA :
Ejecutar y expresar adecuadamente con su cuerpo de forma individual las diferentes prácticas artísticas, físicas y deportivas en el espacio, virtual y/o presencial como momento independiente de las actividades escolares., reconociendo a los compañeros como constructores de las actividades recreativas en el centro de interés.

TEMA :
PRINCIPIOS DE JUEGO OFENSIVOS

SUBTEMAS :
DESMARQUE

IMPLEMENTACION :
PLATILLOS, CONOS, BALONES, PETOS.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Explicación de la temática a trabajar: Apropiación del elemento. Calentamiento: movilidad articular, iniciando con las articulaciones del tren inferior hasta las del tren superior, pasando por todas las articulaciones del cuerpo. Luego trote en el puesto, giros, saltos en el puesto, skipping, rodillas al pecho, talones a la cola, desplazamientos laterales.

TIEMPO
20 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
EJERCICIO 1 Un jugador conduce el balón. Un compañero intenta dejar a un defensor para recibir el balón EJERCICIO 2 B, C Desmarque de apoyo A Desmarque de ruptura Movimiento del jugador ----------> Movimiento de balón - - - - - - > EJERCICIO 3 El atacante uno recibe de saque de banda. El defensor se tiene que anticipar. Si el atacante uno recibe pasa al 2 quien debe intentar meter gol en los conos. A cada gol o a cada anticipación se intercambian. A ver quién mete más goles EJERCICIO 4 4x4. Los dos equipos se colocan alrededor del círculo central. Pasar el balón a través del círculo central vale un punto. HIDRATACION EN EL INTERMEDIO DEL TRABAJO EN LA PARTE CENTRAL (MINUTO 40).

TIEMPO
70 min

RETO :
ACTIVIDADES
Habilidades propias y actividades de cooperación en grupo. Los alumnos desarrollaran las habilidades aplicadas principios de juego ofensivos.

TIEMPO
10 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

*VUELTA A LA CALMA: CAMINAR EN PUNTA DE PIES, TROTE SUAVE EN DESPLAZAMIENTO. *ESTIRAMIENTO GENERAL: ELONGACIÓN TREN INFERIOR Y TREN SUPERIOR. *RETROALIMENTACIÓN: PREGUNTAS Y RESPUESTAS POR PARTE DE ALUMNOS Y FORMADOR SOBRE LA TEMÁTICA DESARROLLADA EN CLASE. * SE TIENE EN CUENTA EL CONTEO EN INGLES EN CADA EJERCICIO COMO DESAROLLO DEL BILINGUISMO.

TIEMPO

20 min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. CUNDINAMARCA			Nombre Instructor: Jorge Armando Algarra Acosta	
2. Fecha:	2022-11-02	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013128780	OSCAR SANTIAGO GOMEZ	Asistio
1013121156	JUAN SEBASTIAN QUIROGA	Asistio
1024512350	ANGEL DAVID VEGA	Asistio
1025536717	ANDRES FELIPE DIAZ	Asistio
1024495957	OSMAN FELIPE BUITRAGO	Asistio
1033703573	JOSTHIN DAVID PARRAGA	Asistio
1022361359	DARWIN JEFRY ALEXANDER RUEDA	Asistio
1011202432	SERGIO ANDRES CARDENAS	Asistio
1014667643	JUAN DAVID CHAGUALA	Asistio
1024488911	MICHAEL STIVEN LINARES	Asistio