PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO FILARMONICO SIMON BOLIVAR (IED) (FILARMONICO SIMON BOLIVAR (IED))		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN EDISSON MARTINEZ TORRES**
3. FECHA:	2023-03-01	4. HORA:	Miercoles,09:20:00,11:20:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	1	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :
Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :
Fortalecer los procesos de autoestima, autoimagen, autoconcepto y autocuidado de los niños a travéz de los conocimientos adquiridos en sus practicas deportivas.

LUDICA :
Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :
Participa en las mediciones corporales y test físicos

SUBTEMAS :
Realiza los test de valoración general (Peso, talla, IMC)

IMPLEMENTACION :
METRO, TIZA, AGUA ,ESFERO, CUADERNO

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Se da inicio a la sesión dando a conocer a los niños el objetivo principal de la sesión el cual es realizar el registro de las diferentes capacidades motrices y el respectivo tamizaje, luego se realiza un calentamiento con los niños donde ellos se desplacen en diferentes direcciones realizando movimientos articulares de acuerdo a la intensidad que el formador indique. es decir si el formador hace sonar el silbato 1 vez ellos deberan desplazarse caminando, si suena dos veces trotando y si suena 3 veces lo harán corriendo y in estrellarse con sus compañeros, esta actividad se repite mínimo 3 veces para luego volver a la calma.

TIEMPO
30 MINUTOS

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Durante la fase central el formador llama uno por uno a cada estudiante y toma los respectivos datos en cuanto a PESO Y EDAD luego con una tiza se diseña en el piso una regla que simule la medida en metros con el fin de tomar los datos al momento que se ejecute la prueba de SALTO LARGO la cual consiste en ubicarse detrás de una linea trazada y el estudiante se agacha, se inclina hacia adelante balancea los brazos hacia atrás y salta de manera horizontal en la medida de lo posible salta con los dos pies al mismo tiempo lo mas adelante posible , el formador debe medir desde el borde de la parte del talón atrás, y tomar los datos respectivos cabe recalcar que este tipo de prueba desarrolla tanto la coordinación el equilibrio y la fuerza. para la siguiente prueba que es la de salto el formador coloca en la pared un metro que sirva de guía al momento de que se ejecute tomar los datos. luego el estudiante deberá acercarse a la pared y levantar el brazo para tomar la medida que tiene sin ejecutar el salto. luego deberá mojarse los dedos de las manos con agua y saltar de manera vertical lo mas alto posible despegando sus pies del piso y tocando la pared y dejando la huella para que luego el formador tome los datos que arrojo desde el inicio de sus brazos hasta la totalidad del salto.

TIEMPO
60 MINUTOS

RETO :
ACTIVIDADES
Para el reto el formador escoge una de las pruebas anteriores y quienes tengan el menor salto serán quienes realicen alguna penitencia, puede ser realizar algún ejercicio de resistencia física con de fuerza.

TIEMPO
15 MINUTOS

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
El formador reúne al grupo de niños formando un circulo y se realiza una retroalimentación de la sesión donde se pregunte a cada niño cual de las 2 pruebas le pareció mas complicada y que cree que debe hacer para mejorar. luego como tema psicosocial cada niño deberá cuando llegue a su casa mirarse a un espejo y observar su cabello, el rostro, los ojos y la boca y descubrir a quien o a quienes de su familia les a sacado esos rasgos y a quien se parece mas. tanto en lo físico como en lo actitudinal.

TIEMPO
15 MINUTOS

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. FILARMONICO SIMON BOLIVAR (IED)			Nombre Instructor: JOHN EDISSON MARTINEZ TORRES	
2. Fecha:	2023-03-01	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Miercoles,09:20:00,11:20:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	FUTSAL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028720491	ASHLEY ANGARITA	Asistio
1109845630	KATHERINE ANDREA GUZMAN	Asistio
N37665477897	GERARDO ENRIQUE MENDEZ	Asistio
N37665082482	GRISNEICY DE JESUS PINILLO	Asistio
1013271115	CARLOS MATIAS CASTILLO	Asistio
1016720052	DIEGO ALEJANDRO LEON	No asistio
1041265374	JUAN JOSE ROMERO	No asistio
1019073855	MIGUEL ANGEL VELANDIA	Asistio