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:	2023-03-01	4. HORA:	Miercoles,12:20:00,14:20:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	3
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Explorar movimientos del cuerpo específicos para el fútbol, generando evolución en las capacidades motoras a través de ejercicios individuales

COGNITIVA :
Analizar y poner en práctica las distintas posibilidades al ejecutar un ejercicio, teniendo en cuenta el nivel de desarrollo cognitivo basado en la complejidad del mismo.

PSICOSOCIAL :
IMPORTANCIA DE LA IMAGEN, AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPTO EN EL DESARROLLO

LUDICA :
Interpretar situaciones de actividades recreativas en el centro de interés que generan soluciones a los ejercicios propuestos.

TEMA :
Identifica la importancia de los pases-de acuerdo a la distancia

SUBTEMAS :
Identifico con que parte del cuerpo debo Recepcionar el balón dependiendo la altura a la que venga.

IMPLEMENTACION :
PLATILLOS, CONOS, BALONES Y PETOS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Charla Inicial Presentación del formador actividades a realizar en la sesión Movilidad articular, activación grandes grupos musculares Dinámicas de calentamiento general por parejas, repeticiones esquemáticas movilidad articular Por tríos, se ubican tres compañeros en 3 conos diferentes en forma de triángulo; el que está en el medio va realizar pase a uno de los compañeros que le va devolver control orientado, luego el otro compañero recibe el pase y realiza la misma acción, cuando finaliza la misma acción de los dos compañeros, ambos realizan 3 sentadillas y cambian de cono y vuelve a empezar la acción. 2 minutos cada uno en cada lado del triángulo con 30 segundos de recuperación VARIANTE: El compañero que está en el medio del triángulo lanza el balón cuchareado con las manos al compañero de uno de las puntas, controla con planta o borde interno, y lo devuelve por abajo, realiza una flexión de brazos, luego el compañero del otro extremo realiza la misma acción y cambian de punta en sprint intercambiando posición. 2 minutos cada uno en cada lado del triángulo con 30 segundos de recuperación

TIEMPO
45

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
FASE TÉCNICO COMBINATIVO 1. Grupos de 4-5 jugadores, dos en cada extremo, separados a 15 metros. El compañero de uno de los extremos lleva balón haciendo dominadas con pie o muslo. Cuando llega a mitad de cancha realiza un pase por abajo al compañero que esta de primero en la otra mitad quien hará lo mismo. 2. Grupos de 4-5 jugadores, dos en cada extremo, separados a 15 metros, sprint primer cono separado a 4 metros ida y vuelta, recoge balón, zigzag con balón, regreso, zigzag sin balón y pase por abajo 3. Ataque combinativo grupos de 3. 3 vs 1 +2 p. 2 atacantes saldrán desde banda, deben realizar 5 pases antes de dar un pase a un compañero atacante para que finalice, el cual estará marcado por un portero el cual deberá despejar al grupo de 3 atacantes próximo para iniciar MINI PARTIDOS; 5 VS 5 +2C EN TOA LA ZONA. EQUIPOS ROTATIVOS DE 5 MINS

TIEMPO
50

RETO :
ACTIVIDADES
Exposición oral de la importancia de trabajar de la coordinación en el desarrollo corporal

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
10

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:	2023-03-01	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,12:20:00,14:20:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1030608418	EVANS STIVEN PABON	Asistio
1033106222	JUAN ESTEBAN CUAN	Asistio
1025539974	JUAN ESTEBAN DIAZ	Asistio
N37665050062	SAMUEL JESUS FUENTES	Asistio
1023382068	LUIGI DAVID GAONA	No asistio
1030595619	FREDY ALEXANDER GAVILAN	Asistio
1028886119	SERGIO STEFAN HERNANDEZ	Asistio
1141325488	JUAN DAVID RETAVIZCA	Asistio
1033105822	EDDY SANTIAGO SANCHEZ	Asistio
1014873800	JUAN SEBASTIAN GONZALEZ	Asistio
1023386770	EDISSON MATTIAS RUBIANO	Asistio
1025543105	NYUBAN ALEJANDRO SERRANO	Asistio
1073688132	MARIO ROBERTO GARCIA	Asistio
1013135980	VALERY ALEJANDRA GARCIA	Asistio
1034665526	ANGELICA MARIA BONILLA	Asistio
1028889359	KEVIN SANTIAGO ZAMABRANO	Asistio
1090275770	LAURA JULIANA SALAZAR	Asistio
1025544219	DAIRA PALOMA RIOS	Asistio
1016046662	HELEN MARIANA REINA	Asistio
1028491710	JUAN SEBASTIAN GARCIA	Asistio
1013131133	SIMON SANCHEZ	Asistio
1141328380	david mateo vasquez	Asistio
1021314375	MIGUEL ANGEL ANZOLA	No asistio
1028890665	ANDRES CAMILO GARZON	No asistio
1023388437	JAVIER SAMUEL HERRERA	Asistio
1019607562	JUAN PABLO GALEANO	Asistio
1022970331	DANIEL ENRIQUE QUINTERO	Asistio
1028489095	EDWARD SANTIAGO BASTIDAS	Asistio
1025545456	JUAN CAMILO SALAMANCA	Asistio
1028490467	MICHELLE DAYANA CAMACHO	Asistio
1032682673	CARLOS ESTEBAN PEÑON	Asistio