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:	2023-03-02	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
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:	2023-03-02	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013120142	JUAN ESTEBAN TORDECILLA	Asistio
1072719039	JUAN SEBASTIAN PARDO	Asistio
1023902949	JUAN DAVID MENDEZ	Asistio
1025543663	CALEB DAVID GOMEZ	Asistio
1033104922	DANIEL FRANCISCO GOMEZ	Asistio
1201463237	FRAYDER ALEXIS BUITRAGO	Asistio
1021686767	JUAN PABLO RIOS	Asistio
1031655368	DANIEL EDUARDO PEREZ	Asistio
V11018247405	ALBERT ARTEAGA	No asistio
1013641722	SERGIO ESTIBEN GARZON	Asistio
1010966842	ANGEL SANTIAGO FORERO	Asistio
1028800791	ERIK SAMUEL MARTIN	No asistio
1028787779	SANTIAGO MONTAÑEZ	Asistio
1013121438	JULIAN FELIPE CALDERON	Asistio
1030679331	SANTIAGO PALOMINO	Asistio
1034285261	JULIAN ESTEBAN GUATAQUI	No asistio
1075793305	KEVIN STEVEN GUZMAN	No asistio
1028840508	DIEGO MAURICIO ESCALANTE	Asistio
1023380358	JUAN DAVID ARIZA	Asistio
1014867796	SERGIO STIVEN MARTINEZ	Asistio