PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (LAUREANO GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JUAN CARLOS MENA OBREGON**
3. FECHA:	2023-06-05	4. HORA:	Lunes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro los elementos de Bio-seguridad por medio del uso de los mismo durante la sesión y reconozco su importancia.

COGNITIVA :
Reconozco los elementos propios del deporte, la indumentaria y accesorios a utilizar

PSICOSOCIAL :
Exploro una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.

LUDICA :
Identifico la importancia del espacio o escenario donde desarrollo las actividades de la sesión.

TEMA :
Ejercicios básicos de mejoramiento de habilidades,correr,trotar,gatear rodar

SUBTEMAS :
Trabajo individual, grupal y por parejas desarrollando diferentes actividades coordinacion visopedica

IMPLEMENTACION :
aros,conos y balones

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Saludo inicial Movilidad articular Calentamiento general Explicación de las actividades a desarrollar Ejercicios de caracterización, conocernos y conocerse

TIEMPO
20 min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1 Ejercicios de velocidad (relevos) de manera individual y grupal Ejercicios de velocidad con balon. 2 Ejercicios grupales de coordinacion donde se busca una mejor interaccion entre los pares

TIEMPO
70 min

RETO :
ACTIVIDADES
Por grupos en circulo llevar el balon balon en una distancias de 10 metros hasta dejar el balon en un aro

TIEMPO
20 min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramientp,hidratacion y retroalimentacion

TIEMPO
10min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: JUAN CARLOS MENA OBREGON	
2. Fecha:	2023-06-05	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Lunes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 1	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1102724210	JAVIER SANTIAGO BECERRA	Asistio
1027536047	MATHIAS MURILLO	Asistio
1016961750	CRISTOPHER ESTEBAN YEPEZ	Asistio
1019108592	DYLAN CAMILO FRANKI	Asistio
1028948273	DUBAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1097198145	CRISTOPHER ZAMYR GRANADOS	Asistio
1019109690	JOSE MANUEL HERNANDEZ	Asistio
1029964392	JERONIMO RINCON	Asistio
1016730294	SAMUEL FRANCO	Asistio
1145226817	ERICK THOMAS PEREZ	Asistio
1028723662	JUAN JOSE SIERRA	Asistio
1034402751	BRAYAN CAMILO GOMEZ	Asistio
1141124076	ANDRES FELIPE GOMEZ	Asistio
1093603070	ANTHONY YOEL MONTES	Asistio