PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CUNDINAMARCA (IED) (CUNDINAMARCA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**CESAR AUGUSTO TORRADO PINEDA**
3. FECHA:	2023-05-16	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizar ejercicios y movimientos de naturaleza física acoplados al centro de interés manejando los segmentos corporales de forma global y segmentaria.

COGNITIVA :
Explorar técnicas de expresión corporal identificadas en el centro de interés, que ayudaran a mejorar y exteriorizar sus emociones en situaciones de juego y competencia.

PSICOSOCIAL :
exploro las reglas de juego y las modifico si es necesario

LUDICA :
Reconocer a los compañeros como co-constructores de las actividades recreativas en el centro de interés.

TEMA :
Refuerza las capacidades físicas y las relaciona con el deporte.

SUBTEMAS :
Mejora las capacidades coordinativas en la realización de juegos

IMPLEMENTACION :
Balón de fustal Ropa adecuada para la actividad Batelito de agua Espacio para la actividad

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
INICIA SALUDO Y PRESENTACIÓN AL GRUPO POR PARTE DEL DOCENTE DONDE EXPLICACION LA METODOLOGIA DE EVALIACION Y CONPORTAMIENTOS DENTRO DE LA CLASE DINÁMICA DE PRESENTACIÓN POR PARTE DE LOS ESTUDIANTES JUEGO ROMPE HIELO CON DINÁMICA INTEGRACIÓN POR PARTE DEL DOCENTE : Se divide el grupo en 4 grupos de la misma cantidad, luego dos grupos pasan a media cancha y los otros dos grupos a la otra mitad, la idea del juego es mantener el balón sin dejarlo caer y realizando pases entre sus compañeros gana el punto el equipo que logre hacer 20 pases continuos. Juego de congelados por parejas utilizando la misma distribución del ejercicio anterior 4 equipos divididos en dos medias canchas.

TIEMPO
30minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
SEMANA DE INTEGRACION DONDE NO SE PRESENTA COMO ELEMENTO PRINCIPAL EL BALON DE FUTSAL POR LO TANTO SE TRANSMITIRAN DIFERENTES ACTIVIDADES CON LA INTENCION DE INTEGRAR Y CONOCER EL GRUPO, EJ.QUITARLA COLA, PONCHADOS, CAPTURAR LA BANDERA, CARRERAS DE RELEVOS DESARROLLO LAS HABILIDADES DE CADA ESTUDIEANTE POR MEDIO DE EJERCICIOS DE POSTURA Y COORDINACIÓN CON Y SIN BALON . Realizaremos un Rally motor dónde trabajaremos todas las partes del cuerpo el circuito tendrá cuatro estaciones las cuales vendrán distribuidas de la siguiente manera estación 1 tumbar los conos con un balón pasear siendo pateado estación 2 encestar tres pelotas en aros de diferentes dimensiones estación 3 jugar un mini partido de 2 vs 2 estación 4 juego de futboltenis 2 vs 2 Partidos de integración canchas divididas equipos de 4 no se cuenta con material adecuado para dar la clase

TIEMPO
50 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
El jugador que logre hacer mas dominadas gana.

TIEMPO
20 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
RETROALIMENTAMOS LA ACTIVIDAD DESDE EL PUNTO DE RECONOCER NUESTRO ENTORNO Y VALORAR LAS DIFERENTES FORMAS FÍSICAS COMPRENDEMOS EL BENEFICIO DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA COMO PARTE CORPORAL Y ESTADO FÍSICO

TIEMPO
20 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria