PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA AURORA (IED) (LA AURORA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ**
3. FECHA:	2023-09-12	4. HORA:	Martes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	38
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	20
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Ejecuto ejercicios enfocados en la fuerza explosiva.

COGNITIVA :
Identifico la importancia de la fuerza en el fútbol.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono acerca de la importancia de usar un lenguaje respetuoso con mis compañeros.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas mejoro mi capacidad de aprendizaje.

TEMA :
La fuerza explosiva.

SUBTEMAS :
El respeto.

IMPLEMENTACION :
Platillos, aros, conos y balones.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
a. Saludo: De acuerdo con los lineamientos entregados se realizará saludo y bienvenida a los participantes (Nombre del programa-cuidados generales y otras indicaciones). b. Recomendaciones generales: Se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los aprendizajes esperados, adicionalmente se harán recomendaciones sobre el equipamiento que se utilizará, preferiblemente ropa y zapatos cómodos. En cuanto al escenario se darán pautas para su cuidado. Finalmente se recomendará mantener líquido para hidratar cada vez que sea necesario, preferiblemente agua. c. Entrada en calor: A través del juego: “tingo tango”. (Se hace un círculo y se les dice que vamos a jugar tingo tango, al que le quede la pelota debe decir una cualidad suya y de alguno de los del círculo. Cualidades o virtudes como: Buena, enérgica, amable, segura, agradable, lista, trabajadora y asertiva.). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿De qué manera demuestro respeto a los demás?

TIEMPO
a. Saludo: 5 minuto aproximadamente. b. Recomendaciones generales: 5 minutos aproximadamente. c. Entrada en calor: 10 minutos aproximadamente. Tiempo total aproximado para la fase inicial: 20 minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
a. Actividad 1: Se organizarán 4 filas, posteriormente se realizarán carreras de relevos con elemento llevado en la mano. b. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. c. Actividad 2: Siguiendo la dinámica del ejercicio anterior realizarán carreras de relevos conduciendo el balón con el pie. d. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y los ejercicios ejecutados. e. Practica predeportiva: Se realizará practica de fútbol adaptado, haciendo énfasis en la implementación de las distintas técnicas vistas en clase.

TIEMPO
a. Actividad 1: 20 minuto aprox. b. Hidratación: 05 minutos aprox. c. Actividad 2: 20 minutos aprox. d. Hidratación: 05 minutos aprox. e. Practica: 20 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la fase central: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los estudiantes a correr conduciendo el balón con el pie menos habil.

TIEMPO
a. Reto: 10 minutos aprox. Tiempo total aproximado para el reto: 10 minutos.

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

a. Vuelta a la calma: A continuación, se realizarán desplazamiento en trote suave por 5 minutos. Posteriormente se hará trabajó de estiramiento iniciando desde el tronco inferior al superior. b. Retroalimentación: Se les pedirá a los participantes que nos compartan sus sensaciones acerca de la sesión de clase, como momentos divertidos, dificultades y mejoras, así mismo que propuestas tienen para próximas clases.

TIEMPO

a. Vuelta a la calma: 15 minuto aprox. b.a. Retroalimentación 05 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la fase final: 20 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA AURORA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2023-09-12	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 38	9. Nº de Semana: 20	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1022984398	SAMUEL BARRETO	Asistio
1022982790	JUAN ESTEVAN CORTES	No asistio
1027532048	KEVIN ANDRES OSORIO	No asistio
1028788294	DUVAN SANTIAGO SAENZ	No asistio
1012390988	IBAN JESIT GIL	Asistio
1011214785	SAMIR JACOB GONZALEZ	Asistio
1140923848	SANTIAGO LANDAZURI	No asistio
1019765831	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1140922691	SANTIAGO RAMIREZ	Asistio
1026274012	JOHN JAIRO AGUDELO	No asistio
1140924215	MARIA CAMILA ARISMENDI	Asistio
1140924569	MARIANA MOYA	Asistio
1023010169	CAREN JIMENA JIMENEZ	Asistio
1022977479	DEIBY ALEJANDRO PENAGOS	Asistio
1010208455	SERGIO DAVID ROLDAN	Asistio
1022978839	JUAN JOSE HERRERA	No asistio
1024532156	NICOLAS UCHUVO	No asistio
1140923341	DAVID SANTIAGO ROJAS	Asistio