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:	2023-09-26	4. HORA:	Martes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	42
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	22
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Fortalezco mi equilibrio estático.

COGNITIVA :
Reconozco la diferencia entre equilibrio estático y dinámico.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono acerca de la importancia de mi cuerpo como un medio de comunicación.

LUDICA :
Reconozco la importancia de participar en las diversas actividades lúdicas propuestas en el centro de interés.

TEMA :
El equilibrio estático.

SUBTEMAS :
El lenguaje corporal.

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: “Pato, pato, ganso”. (se formará un círculo en donde todos deberán estar sentados, uno de los participantes deber trotar alrededor del mismo tocando la cabeza de cada uno de sus compañeros hasta que decida seleccionar a uno para iniciar una competencia por el espacio). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿En qué actividades prefiero participar?

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 organizará el grupo por parejas y de frente. Posteriormente se deberán lanzar el balón entre si para atraparlo con las manos. Los participantes harán variaciones de apoyo en uno o dos pies de acuerdo a las indicaciones dadas. Se incrementará la distancia progresivamente. 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, se deberá patear el balón al compañero para que este lo atrape con las manos sin moverse del sitio previamente demarcado con un aro. 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 mantenerse en un solo pie la mayor cantidad de tiempo posible.

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. 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:	2023-09-26	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Martes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 42	9. Nº de Semana: 22	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	

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