

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:	2023-10-26	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	47
7. LOCALIDAD:	Usme	8. N° DE SEMANA:	24
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Fortalezco mi concepto de esquema corporal.

COGNITIVA :

Reconozco la importancia de utilizar ambas piernas para realizar control y conducción de balón.

PSICOSOCIAL :

Identifico hábitos de vida saludable que benefician mi comportamiento en general.

LUDICA :

Reconozco en el juego adaptado del fútbol, la filosofía del reglamento.

TEMA :

Control de balón.

SUBTEMAS :

Esquema 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: “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 ¿Mi comportamiento es igual en la casa y en el colegio?

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: El grupo se organizará por parejas o tríos de acuerdo con la cantidad de balones, posteriormente se deberán hacer pases entre sí y a una distancia de 2 metros y sin dejar caer el balón al suelo. El compañero recibirá el balón con sus manos. Se hará énfasis en la superficie de contacto con el balón. 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, el compañero recibirá y controlara el balón con una superficie reglamentaria que no sean los pies. 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 realizar la mayor cantidad de dominadas con balón.

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.

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria