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:	2024-02-16	4. HORA:	Viernes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Reconozco desplazamientos en diferentes direcciones por medio de saltos y el uso de los pies con el elemento (Iniciación del dominio del balón).

COGNITIVA :
Reconozco desplazamientos en diferentes direcciones por medio de saltos y el uso de los pies con el elemento (Iniciación del dominio del balón).

PSICOSOCIAL :
Reflexiono sobre mi cuerpo como territorio de derechos.

LUDICA :
Exploro diversas formas jugadas en la práctica deportiva para mejorar el trabajo en equipo.

TEMA :
Superficies de contacto.

SUBTEMAS :
El cuerpo como territorio de derecho.

IMPLEMENTACION :
Platillos, conos y balones.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
a. Saludo: De acuerdo con los lineamientos entregados se realizará saludo y bienvenida a los participantes (Nombre programa-cuidados general 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: Inicialmente se realizará juegos de calentamiento a través de competencia de velocidad por parejas y tríos. Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá compartir la historia de su nombre

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

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
a. Actividad 1: Se organizará un trayecto de aproximadamente 20 metros y se colocara una marca en la mitad, los participantes deberán inicialmente realizar diversos desplazamientos (trote y saltos en dos y en un apoyo) en velocidad progresiva. Posteriormente se realizarán cambios de desplazamiento en la mitad del trayecto, combinando así distintas formas de desplazamiento. 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 misma dinámica de la actividad anterior se realizarán desplazamientos combinado, sin embargo, esta vez en la segunda parte se deberá transportar el balón. Adicionalmente se aplicarán cambios de dirección después de la mitad del trayecto (izquierda o derecha de acuerdo con las indicaciones del formador). 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 primera fase: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los niños a golpear el balón la mayor cantidad de veces sin dejarlo caer al suelo y utilizando superficies reglamentarias del fútbol.

TIEMPO
a. Reto: 10 minutos aprox. Tiempo total aproximado para la primera fase: 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 primera fase: 20 minutos.

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA AURORA			Nombre Instructor: JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ	
2. Fecha:	2024-02-16	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1022960588	JAROLD ESTIVEN LEON	Asistio
1073820149	JHAN CARLOS OVIEDO	Asistio
1022995083	EMILY NICOL ARIAS	Asistio
1140925706	VALENTINA CARDENAS	Asistio
1140925284	ALLISSON ESPITIA	Asistio
1048940884	LUIS ANTONIO GELIS	Asistio
1022997077	KEVIN ANDRES MEDINA	Asistio
1043850544	BRIDIT CHIRELI OROZCO	Asistio
N37664263495	PABLO ALEJANDRO PEREZ	Asistio
1189713561	CRISTIAN SMITH RUBIANO	No asistio
N37664590745	JAXGREIBER ISAI JAIMES	Asistio