

PLAN DE CLASE

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. ANTONIO GARCIA			Nombre Instructor: DAVID JULIAN SEPULVEDA ROJAS	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-07-18	5. Centro de Interes ACTIVIDAD FÍSICA	8. Localidad: Ciudad Bolivar	evidenciar y reforzar las capacidades positivas que tiene cada uno de los estudiantes, como un ser indispensable para la sociedad
3. Hora:	Jueves,08:30:00,10:30:00	6. N° de Sesion: 22	9. N° de Semana: 36	Identificar la importancia y la utilidad de cada superficie del pie y de los diferentes segmentos con los cuales podemos controlar el balón
4. Grupo:	ACTIVIDAD FÍSICA 3		10.	reconocer de todas aquellas zonas del cuerpo que puedan entrar en contacto con el balón de forma reglamentaria y sus posibilidades de utilización.
12.PART	E	13. TEMA/CONTENIDOS	14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD	15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES
17. INICIAL	Bienvenida y saludo a los estudiantes al programa TEC Llamado a lista Socialización de lo que se va a trabajar. se comparte guía social a los estudiantes y su desarrollo correspondiente Calentamiento		20 min	ACTIVIDAD N°8 POLICIAS Y LADRONES OBJETIVO Reforzar capacidades positivas por medio del juego MATERIALES Ninguno DESARROLLO El formador reúne al grupo y explica la dinámica del juego, el grupo de alumnos contara con 4 bases (el formador las define pueden ser las 4 esquinas de la cancha o se organizan dependiendo el CI). Se dividen en 2 grupos, ponchadores y fugitivos. Los policías deben seleccionar a que fugitivo capturar ya que al momento de la captura se debe decir porque está acusado (las acusaciones son los aspectos positivos del capturado), luego de estar todos capturados se cambian de fugitivos a policías y capturan a los compañeros que antes eran policías. RETROALIMENTACION Preguntar al grupo: ¿porque la elección de ese fugitivo? Resaltar en el grupo: las capacidades positivas que más identifican al grupo. Sobre la base de grupos de integración (trote sin formación, formar grupos, parejas, tríos, cuartetos, etc. Tratando que, a la indicación dada por el profesor, uno o más alumnos no puedan cumplir con la tarea, por lo que ejecutaran un trabajo extra mientras en resto de sus compañeros realiza el estiramiento pertinente.

18. CENTRAL	Desarrollo de actividades: Actividades Físicas Actividades Técnicas con balón de futbol acorde a la edad Materiales: balón por parejas, platillos y conos	80 min	1. Juegos de velocidad en parejas, persecución sin balón. A la orden el perseguido se transforma en perseguidor. Quien pierda tendrá un trabajo extra mientras el otro realiza trabajo de recuperación. 2. Competencias de velocidad en grupos (hileras) de 15 a 20 mts en línea recta. 3. Competencias de velocidad en grupos (hileras) de 10 mts: en línea recta ir al cono y volver 4. Trabajo individual de velocidad en zigzag entre conos o platillos puestos en forma paralela, en una distancia de 20 mts 5. Competencias en tres grupos realizando el zigzag 6. Trabajo por parejas reconociendo cada uno de las zonas de contacto con el balón del tren inferior. Realizar dos filas donde encada pasada se le de reconocimiento y énfasis a cada una de las zonas de contacto con el balón, cada estudiante realiza el ejercicio con desplazamiento demarcado por el profesor, repitiendo la zona de contacto. Zonas a trabajar: Borde interno pie derecho Borde interno pie izquierdo Borde interno ambos pies Borde externo pie derecho Borde externo pie izquierdo Borde externo ambos pies Empeine pie derecho Empeine pie izquierdo Empeine ambos pies Planta del pie derecho Planta del pie izquierdo Planta ambos pies Muslo derecho Muslo izquierdo Ambos muslos	
19. FINAL	(vuelta a la calma) estiramiento, retroalimentación de la lo trabajado en clase.	20 min	Análisis de los realizado en clase: el alumno deberá resaltar los valores destacados desde la actividad inicial, la enseña que deja cada actividad. Estiramiento realizado desde el suelo, donde cada estudiante impondrá un ejercicio y llevará el conteo de 12 segundos.	

DAVID JULIAN SEPULVEDA ROJAS

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO