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:	2024-04-23	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	18
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro ejercicios para desarrollar mi equilibrio estático y dinámico.

COGNITIVA :
Reconozco e identifico la fase ofensiva en situaciones reales de juego.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono acerca de la importancia de escuchar a los demás como un mecanismo para mejorar mi aprendizaje.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas reconozco la importancia de mejorar el trabajo en equipo.

TEMA :
La voz de los niños y niñas.

SUBTEMAS :
El equilibrio estático y dinámico.

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 programa-cuidados general y otras indicaciones). b. Recomendaciones generales: Posteriormente 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 durante la sesión, preferiblemente ropa y zapatos cómodos. En cuanto al escenario se darán algunas pautas para el cuidado de este, finalmente se recomendará mantener líquido para hidratar cada vez que sea necesario, preferiblemente agua. c. Entrada en calor: A través del juego: “La cadena”. (algunos de los participantes deberán colocarse en la línea media e impedir que los demás pasen de una mitad a otra, en el caso en el que esto ocurra quien sea atrapado deberá quedarse en la mitad y colaborar para que el resto de sus compañeros sea atrapado en su totalidad). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿Alguna vez ha tenido que explicar un ejercicio a un compañero? ¿Cómo fue?

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 realizará un circuito motriz haciendo énfasis en el gesto técnico del salto en uno y dos apoyos. 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: Ubicados en parejas o tríos de acuerdo con la cantidad de participantes, se ubicarán de frente o en triangulo, posteriormente se deberán lanzar el balón entre sí, conservando la posición indicada, se realizarán variaciones en uno y dos apoyos y en los lanzamientos con una o dos manos. 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 saltar lo más alto 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:	2024-04-23	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 18	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013651368	SARA DIAZ	No asistio
1025326968	JOHAN SNEIDER JARAMILLO	No asistio
1013633645	MARCOS ESTEBAN ZULUAGA	No asistio
1073822747	JOSE CARLOS OVIEDO	No asistio
1010211517	SHANON SOFIA TORRES	Asistio
1140925554	ALISON MARIANA ARAQUE	Asistio
1029288098	EMELY CANTOR	Asistio
1140923802	LAURA CAMILA MATIZ	Asistio
1010843357	FABIAN ALEXANDER REYES	Asistio
1140922624	BRAYAN STEVEN REYES	Asistio
1029286695	MIGUEL ANGEL SAAVEDRA	Asistio
1140925034	JHOAN SEBASTIAN ARAQUE	Asistio
1115735957	WENDY VANNESA CARRILLO	No asistio
1029288937	KEVIN STEBAN MOYANO	Asistio
N37666549437	YOLFRANYELIS YORNIELIS LADERA	Asistio
1140925263	SARA LIZETH TRUJILLO	Asistio
1203963253	KEVIN SMITH BENITEZ	Asistio
1142933355	DENIS ESTER OROSCO	Asistio
1140921464	ANDRES FELIPE RUIZ	Asistio
1115734121	ANDRES ESTEBAN VARGAS	Asistio