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:	2024-04-26	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro mi equilibrio a través de la interacción con elementos.

COGNITIVA :
Fortalezco la toma de decisiones en situaciones específicas de juego.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono acerca de la importancia de escuchar a los demás como un mecanismo para conocer cuales son las percepciones frente al centro de interés.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas reconozco la importancia de el disfrute de las actividades.

TEMA :
El equilibrio dinámico general.

SUBTEMAS :
El impacto de los centros de interés.

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: Inicialmente se realizará movimiento articular desde los pies a la cabeza y posteriormente se realizará el juego “MUÉVETE”, el cual consistirá en realizar desplazamientos libremente por el espacio en velocidad media-baja realizando cambios de velocidad y de dirección. Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿Qué es lo que más me gusta del centro de interés?

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 ubicarán parejas de aros a una distancia de 10 metros entre ellos. Posteriormente se distribuirán los participantes equitativamente en cada aro. Por turnos, cada participante se deberá situar dentro de cada aro y realizar pases con la mano y sin que este toque el suelo. Se harán variaciones de lanzamiento y recepción a una y dos manos, durante los pases los participantes deberán permanecer siempre dentro de los aros. 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: Continuando con la dinámica propuesta en la actividad 1, se realizarán pases a la altura del piso y usando ambas piernas, se hará énfasis en la precisión del pase y uso del pie menos hábil. 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 escolares a patear el balón con precisión con el objetivo de tumbar conos o meter el balón dentro de aros previamente ubicados.

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:	2024-04-26	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1140925989	CRISTIAN CAMILO MEJIA	Asistio
1022992189	DILAN STIVEN CHARA	Asistio
1023937147	MIGUEL ANGEL MORENO	Asistio
1140922035	JUAN DAVID CHARA	Asistio
1140925787	MATHIAS VILLAMIL	Asistio
1140925469	SAMMUEL SANTIAGO DELGADO	Asistio
1019087805	LUIS FELIPE PAJARO	No asistio
1022998518	JORDIN SNEIDER TEQUIA	Asistio
1031425110	NICOLAS VANEGAS	Asistio
1029150949	BRANDON STIVEN DIAZ	Asistio
1140925718	MALORY ISABELLA SOCHA	Asistio
1140923812	JUAN FELIPE LADINO	Asistio
1023000435	KIMBERLY MILENA MONCADA	Asistio
1023000030	BRANDON FELIPE ACERO	Asistio
1140925738	SARA VALDERRAMA	Asistio
1022999092	MARIA PAULA SALAZAR	Asistio
1140925626	JUAN PABLO ZARTA	Asistio
1025550615	MARTIN ALEJANDRO SANCHEZ	Asistio
1025550618	JORDAN ANDREY MARTÍNEZ	Asistio
1140924539	ANA MARIA SIERRA	Asistio