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:	2024-05-03	4. HORA:	Viernes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Usme	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Fortalezco mi control postural en situaciones de carrera.

COGNITIVA :
Identifico las superficies de contacto del pie y las combino para realizar control y pase.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono acerca del dialogo entre los participantes del centro de interés para mejorar la convivencia.

LUDICA :
A partir de la práctica de distintas formas jugadas reconozco la importancia de la participación.

TEMA :
El control postural.

SUBTEMAS :
Superficies de contacto.

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: “El hombre sombra”. (Los jugadores se dividen en parejas. Uno de los miembros de cada pareja corre libremente por el espacio, realizando diferentes recorridos (línea recta, zigzag, pararse de pronto...). El compañero deberá imitar todos los recorridos y movimientos de su compañero, intentando no separarse de su lado. Poco a poco iremos cambiando las posiciones, es decir, en lugar de correr detrás iremos introduciendo otras posiciones: delante, a la derecha, a la izquierda). Posteriormente se formará un círculo y se lanzará una pelota entre todos los participantes, quien reciba la pelota deberá responder la pregunta ¿Cuál es el tema favorito para dialogar dentro 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 organizará el grupo por parejas de acuerdo con la cantidad de participantes, posteriormente se ubicarán de frente y a una distancia de 1 metro, cada pareja deberá tener un balón, uno de los integrantes de cada pareja lanzará el balón hacia su compañero para que este lo golpee con dos superficies del pie de manera continua. Luego cambiaran de rol. 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 se ubicarán dos o más compañeros de acuerdo con la cantidad de material disponible y realizarán ejercicios de control de balón y pase corto alternando entre las superficies del pie. 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 pases alternando las superficies de contacto y a un solo toque.

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:	2024-05-03	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Usme	
3. Hora:	Viernes,09:00:00,11:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1140925706	VALENTINA CARDENAS	No asistio
1140925284	ALLISSON ESPITIA	No asistio
1048940884	LUIS ANTONIO GELIS	Asistio
1022997077	KEVIN ANDRES MEDINA	No asistio
1043850544	BRIDIT CHIRELI OROZCO	No asistio
N37664263495	PABLO ALEJANDRO PEREZ	Asistio
1043850542	ALEJANDRO JOSE OROZCO	Asistio
1025550463	WENDY VANESSA FLOREZ	Asistio
1022995988	YORDAN SANTIAGO GUZMAN	Asistio
1140925005	SAIR FELIPE LEAL	Asistio
1103112706	CESAR ANDRES ORTEGA	Asistio
1022990414	PAULA NADREA ABRIL	Asistio
1029288100	ELVIS JOEL CANTOR	Asistio
1146126677	JUAN JOSE MATUTE	Asistio
1140924432	LEAH NAOMI RAMIREZ	Asistio
N37664686352	ESMERALDA DAILY RIVERO	Asistio
1140923300	KEVIN FELIPE TORRES	Asistio
1176964494	MARIA ALEJANDRA ANDRADE	Asistio
1082951976	HEIDY TATIANA CALVO	No asistio
1140923684	KAREN TATIANA QUIROGA	Asistio