ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
GOBIERNO, SEGURIDAD Y CONVIVENCIA
Alcaldía Local de Puente Aranda

PLAN CLASE SEMANAL

ACTIVIDAD:	ESCUELA DE FUTBOL - INICIÓN - TRANSICIÓN								
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	DEL 16 de Junio al 24 de Junio	MES:	Junio	AÑO:	2024	HORA INICIO:	2:00 p. m.	HORA TERMINACIÓN:	4 p.m
BARRIO:	NUEVA PRIMAVERA / VERAGUAS / GORGONZOLA						DIRECCION Y TELEFONO		CRA 43 # 5	

OBJETIVO ESPECIFICO:APRENDER EL REGLAMENTO DEL JUEGO Y MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y HABILIDADES TANTO A NIVEL INDIVIDUAL Y COLECTIVO, A TRAVES DE ACTIVDADES RECREO-DEPORTIVAS POR OTRO LADO ENFOCAR SESIONES A LA NECESIDAD QUE EL ENTORNO PRESENTE.

	TEMA A TRABAJAR	DURACIÓN POR ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DEL TEMA	EVALUACIÓN
INICIAL	COORDINACIÓN - FLEXIBILIDAD - RELACIONES INTERPERSONALES	20 MINUTOS	REALIZAR JUEGOS Y ESTATEGIAS LUDICAS PARA ENTRAR EN CALOR TANTO A NIVEL FSICO COMO TAMBIEN EN LA DIMENSION DE RELACIÓN INTERPERSONAL	EL CALENTAMIENTO SE DESARROLLA ADECUADAMENTE Y SIN NOVEDAD.
CENTRAL	ACONDICIONAMIENTO FISICO Y AMBIENTES DE APRENDZAJE PROPICIO PARA LA MEJORA COORDINATIVA EN RELACION A SU PROPIO CUERPO, AL OBJETO. A L ENTORNO	80 MINUTOS	EJERCICIOS DE FUNDAMENTACION BASADOS EN DOS MOMENTOS; 1: EJERCICIOS ANALITICOS PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COORDINACIÓN Y LA TECNICA 2. EJERCICIOS GLOBALES PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COGNICIÓN Y TOMA DE DECISIONES CON RIVALES ACTIVOS Y OBJETIVOS CLAROS.	EL JUGADOR LOGRA REALIZAR COORDINADAMENTE TAREAS MOTRICES SIN DIFICULTAD O POR EL CONTRARIO PRESENTA DIFICULTAD Y SE DEBE MEJORAR
FINAL	JUEGO LIBRE O DIRIGIDO - FLEXIBILIDAD - REFLEXION - DESPEDIDA	20 MINUTOS	PRACTICA DIRIGIDA - RETROALIMENTACION - VUELTA A LA CALMA	LA PARTE FINAL DE LAS SESIONES DEBE BASARSE EN LA CONSOLIDACIÓN DE CONOCIMIENTOS POR PARTE DEL JUGADOR HACIA EL DEPORTE

NOMBRE DEL INSTRUCTOR:	oscar medina	FIRMA:	Oscar Medina
NOMBRE DEL COORDINADOR:	Rafael Arturo Jaque Tenjo	FIRMA:	

JUNTA ADMINISTRADORA LOCAL DE PUENTE ARANDA

BOGOTÁ

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
GOBIERNO, SEGURIDAD Y CONVIVENCIA
Alcaldía Local de Puente Aranda

PLAN SEMANAL

ACTIVIDAD:	ESCUELA DE FUTBOL - prejuvenil-juvenil- femenino									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	Del 25 de Junio al 2 de Julio	MES:	Junio/Mayo	AÑO:	2024	HORA INICIO:	2:00:00 PM.	HORA TERMINACIÓN:	5 PM y 4PM
BARRIO:	NUEVA PRIMAVERA/VERAGUAS/GORGONZOLA						DIRECCION Y TELEFONO		CRA 43 # 5	

OBJETIVO ESPECIFICO: APRENDER EL REGLAMEMTO DEL JUEGO Y RECONOCER HABILIDADES TANTO A NIVEL INDIVIDUAL Y COLECTIVO, A TRAVES DE ACTIVDADES LUDICAS PARA POSTERIORMENTE ENFOCAR LAS SESIONES A CADA NECESIDAD DEL ENTORNO

	TEMA A TRABAJAR	DURACIÓN POR ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DEL TEMA	EVALUACIÓN
INICIAL	VELOCIDAD DE REACCIÓN- RELACIONES INTERPERSONALES	20 MINUTOS	REALIZAR JUEGOS Y ESTATEGIAS LUDICAS PARA ENTRAR EN CALOR TANTO A NIVEL FSICO COMO TAMBIEN EN DIMENSION DE RELACIÓN INTERPERSONAL	EL CALENTAMIENTO SE DESARROLLA ADECUADAMENTE Y SIN NOVEDAD.
CENTRAL	ACONDICIONAMIENTO FISICO Y AMBIENTES DE APRENDZAJE PROPICIO PARA LA MEJORA COORDINATIVA EN RELACION A SU PROPIO CUERPO, AL OBJETO. Y A L ENTORNO QUE PROPICIA LA PRACTCA DEL FUTBOL	80 MINUTOS	EJERCICIOS DE FUNDAMENTACION BASADOS EN DOS MOMENTOS 1: EJERCICIOS ANALITICOS PARA EL MEJORAMIENTO DE LA TECNICA 2. EJERCICIOS GLOBALES PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COGNICIÓN CON RIVALES ACTIVOS Y OBJETIVOS CLAROS.	EL JUGADOR LOGRA REALIZAR COORDINADAMENTE TAREAS SIN DIFICULTAD O POR EL CONTRARIO PRESENTA DIFICULTAD Y SE DEBE MEJORAR
FINAL	JUEGO LIBRE O DIRIGIDO O PARTIDO AMISTOSO CON OTRAS ESCUELAS- FLEXIBILIDAD - REFLEXION - DESPEDIDA	20 MINUTOS	RETRO ALIMENTACION , ESTIRAMIENTOS Y VUELTA A LA CALMA	LA PARTE FINAL DE LAS SESIONES DEBE BASARSE EN LA CONSOLIDACIÓN DE CONOCIMIENTOS POR PARTE DEL JUGADOR HACIA EL DEPORTE

NOMBRE DEL INSTRUCTOR:	OSCAR MEDINA	FIRMA:	Oscar Medina
NOMBRE DEL COORDINADOR:	Rafel Aruto Jaque Tenjo	FIRMA:	

JUNTA ADMINISTRADORA LOCAL DE PUENTE ARANDA

BOGOTÁ

ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.
GOBIERNO, SEGURIDAD Y CONVIVENCIA
Alcaldía Local de Puente Aranda

PLAN SEMANAL

ACTIVIDAD:	ESCUELA DE FUTBOL - FUNDAMENTACIÓN - PERFECCIONAMIENTO									
FECHA DE EJECUCIÓN	DÍA	Del 3 de julio al 15 de Julio	MES:	Julio	AÑO:	2024	HORA INICIO:	2:00:00 PM. (LUNES Y JUEVES RECPECTIVAMENTE)	HORA TERMINACIÓN:	5PM Y 4 PM (LUNES Y JUEVES RESPECTIVAMENTE)
BARRIO:	NUEVA PRIMAVERA/ VERAGUAS / GORGONZOLA						DIRECCION Y TELEFONO		CRA 43 # 5	

OBJETIVO ESPECIFICO: POTENCIALIZAR LA CONDICIÓN FISÍCA DE LOS JUGADORES PARA PODER REALIZAR EJERCICIOS TÁCTICOS CON ALTA EXIGENCIA PARA LA MEJORAR LA CONDICIÓN COGNITIVA DEL JUGADOR EN ESTE PERIODO SE TRABAJA EN LOS CHEQUEOS DEPORTIVOS.

	TEMA A TRABAJAR	DURACIÓN POR ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN DEL TEMA	EVALUACIÓN
INICIAL	FUERZA EXPLOSIVA - RELACIONES INTERPERSONALES	20 MINUTOS	REALIZAR JUEGOS Y ESTATEGIAS LUDICAS PARA ENTRAR EN CALOR TANTO A NIVEL FSICO COMO TAMBIEN EN DIMENSION DE RELACIÓN INTERPERSONAL	EL CALENTAMIENTO SE DESARROLLA ADECUADAMENTE Y SIN NOVEDAD.
CENTRAL	TRABAJO FISICO TECNICO Y AMBIENTES DE APRENDZAJE PROPICIOS PARA LA MEJORA COORDINATIVA EN RELACION A SU PROPIO CUERPO, AL OBJETO. Y A L ENTORNO DE LA PRACTCA DEL FUTBOL	80 MINUTOS	EJERCICIOS DE FUNDAMENTACIONBASADOS EN DOS MOMENTO 1: EJERCICIOS ANALITICOS PARA EL MEJORAMIENTO DE LA TECNICA 2. EJERCICIOS GLOBALES PARA EL MEJORAMIENTO DE LA COGNICIÓN CON RIVALES ACTIVOS Y OBJETIVOS CLAROS.	EL JUGADOR LOGRA REALIZAR COORDINADAMENTE TAREAS MOTRICES SIN DIFICULTAD O POR EL CONTRARIO PRESENTA DIFICULTAD Y SE DEBE MEJORAR
FINAL	JUEGO LIBRE O DIRIGIDO O PARTIDO AMISTOSO CON OTRAS ESCUELAS- FLEXIBILIDAD - REFLEXION - DESPEDIDA	20 MINUTOS	RETRO ALIMENTACION , ESTIRAMIENTOS Y VUELTA A LA CALMA	LA PARTE FINAL DE LAS SESIONES DEBE BASARSE EN LA CONSOLIDACIÓN DE CONOCIMIENTOS POR PARTE DEL JUGADOR HACIA EL DEPORTE

NOMBRE DEL INSTRUCTOR:	OSCAR MEDINA	FIRMA:	
NOMBRE DEL COORDINADOR:	Rafael Arturo Jaque Tenjo	FIRMA:	

JUNTA ADMINISTRADORA LOCAL DE PUENTE ARANDA

BOGOTÁ