PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2024-11-07	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. Nº DE SESIÓN:	31
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	16
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Diferencio y realizo diferentes ejercicios para la técnica de braceo y zancada

COGNITIVA :
Exploro diferentes ejercicios para la técnica de coordinación óculo-manual

PSICOSOCIAL :
Todos y todas tenemos derecho a disfrutar de los espacios y actividades programadas en igualdad de condiciones y oportunidades.

LUDICA :
Domino diferentes ejercicios para la técnica de coordinación óculo-pedal

TEMA :
Descubre la técnica de carrera de mi cuerpo a través de juegos de relevos por varias repeticiones

SUBTEMAS :
Realiza la técnica de carrera de mi cuerpo a través de juegos de relevos por varias repeticiones

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros, petos, lazos, tapas plásticas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: Ladrón y policía: se divide la clase en 2 grupos, policías, que pillan y ladrones que huyen. Cuando se pilla un "ladrón", se lleva a la "cárcel" y los ladrones intentan salvarlos. Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El bote: uno la queda y los demás se esconden, según vaya encontrando el bote estará en un sitio fijo deberá ir al bote y decir 1, 2, 3 y el nombre de la persona a la que ha visto, pero también vale salvar llegando al bote antes que la madre. “Filas locas”: El juego consiste en que la fila se desplaza andando y él último va corriendo rápidamente y se coloca el primero y mantiene la marcha, entonces sale el que se ha quedado último y repite la acción. Se termina cuando el niño que inició el juego el primero vuelva a situarse en esta posición. Las cuatro esquinas : Mínimo se necesitan 5 jugadores. Deben ocuparse cuatro esquinas o columnas y uno o varios jugadores en el medio. Los de las esquinas tienen que intentar cambiar de esquina y no quedarse sin ninguna. El que está en el medio tiene que intentar ocupar una de las esquinas. Futbol 5 vs 5 al gol o por minutos.

TIEMPO
14' 14' 14' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Gana quien realice los tres ejercicios en el menor tiempo ´posible, carrera 30 metros, Carrera a la pata coja: de una línea a otra de la meta con una pierna y volver con la otra. Carrera zig-zag con conos: pondremos una línea de conos que hay que pasar en ziz-zag.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación todos y todas tenemos derecho a disfrutar de los espacios y actividades programadas en igualdad de condiciones y oportunidades.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2024-11-07	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 31	9. Nº de Semana: 16	
4. Grupo:	FUTSAL 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1150187045	SHARICK MELISSA GARCIA	Asistio
1014281239	RYAN ALEJANDRO AVILA	Asistio
1014315253	RICARDO JOSE BARRAGAN	Asistio
1220216261	DIEGO ALEJANDRO BAUTISTA	Asistio
1014291314	JUAN DIEGO BOLIVAR	Asistio
1014269123	DUVAN ANDRES BUSTOS	Asistio
1028725164	CHARLOTTE DAYANNA CAICEDO	Asistio
1014277772	SARA SOFIA CASTELLANOS	Asistio
N37664271201	ENDER ABRAHAN JIMENEZ	Asistio
1150187820	ZANTHYAGO LOPEZ	Asistio
1014260633	SARA CAMILA MARTINEZ	No asistio
1014284085	DANNA ISABELLA PIERNAGORDA	Asistio
1014275627	JULIAN MARTIN PUENTES	No asistio
1150187770	EVAYELIN RIZO	Asistio
1141130952	DIEGO ESTEBAN RODRIGUEZ	Asistio
1014282219	SANTIAGO ROJAS	Asistio
1029965305	DANIEL SANTIAGO SEGURA	Asistio
1141131126	DIEGO RAFAEL SUAREZ	Asistio
1014276340	JHOAN DAVID VALBUENA	Asistio
1014265381	LAURA SOFIA VARON	Asistio
1141131309	VALERIA ANDREA ZAPATA	Asistio
1028622035	Dylan Muñoz	Asistio
1014266327	Laureth Valeria Nieto	Asistio
1139325655	Agilisnael Jose Anaya	Asistio
1022985576	Helen Dayana Carvajal	No asistio
1014285545	ASHLY YINNED BENITEZ	Asistio
1043468538	SHARIANY ESTER VARON	Asistio