

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ALFONSO LOPEZ MICHELSEN (IED) (ALFONSO LOPEZ MICHELSEN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	NATALIA CECILIA RIVEROS MARTINEZ
3. FECHA:	2024-11-05	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. N° DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Analizo la importancia de las capacidades condicionales en el centro de interés			
COGNITIVA : Reconozco la importancia de la coordinación general en el desarrollo del juego y desarrollo del tema condicional			
PSICOSOCIAL : Identifica por medio de actividades propias del centro de interés la importancia de los valores olímpicos en el trato con los vecinos y su entorno			
LUDICA : Identifico al juego como una forma lúdica para aprender dentro de situaciones roles de juego			
TEMA : Aplica mediante tareas propias del deporte las capacidades condicionales			
SUBTEMAS : Coordinación General Equilibrio Ritmo Anticipación Formas jugadas Pre-deportivos Respeto Excelencia Amistad			
IMPLEMENTACION : Balones Conos Platillos			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Desplazamiento del colegio al parque. Llamado a lista y explicación del trabajo a realizar Desplazamientos cortos trote suave en diferentes dirección, trabajo de lateralidad, skiping y movilidad articular en trabajos coordinativos. Cogidos bajo tierra Estiramiento por parejas por 10 segundos TIEMPO 30 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Trabajo de coordinación con platillos conos y aros sin balón y con balón de acuerdo a las indicaciones Hidratación por 3 minutos En este trabajo el objetivo es la definición y trabajo físico. Por parejas unos se ubican en un arco la otra pareja en el otro arco, al sonido del pito la pareja numero 1 sale en velocidad haciéndose pases con borde interno hasta llegar hacer el gol (teniendo 10 segundos después de que pasen la mitad de la cancha para definir el gol), luego de patear o hacer el gol deben tocar la linea final y devolverse en velocidad a recuperar el balón de la otra pareja que salió hacer el gol, este trabajo se realiza continuo y la idea es hacer varios goles en un tiempo determinado de 4 minutos con 4 repeticiones y una pausa activa de 2 minutos. Por ultimo para recuperar el trabajo anaeróbico desarrollaran un corbatín (un alumno se ubica en el tiro de esquina el otro en la intercepción de la mitad de la cancha y por ultimo un tercer alumno de pivot, el alumno del tiro de esquina realiza un pase con borde interno a su otro compañero de la intercepción de la mitad de la cancha, el hace recepción de balón con la planta dirigido y realiza el pase al pivot que recepción con planta de pie y se la devuelve para que patee. El alumno que patea el balón pasa hacer el pivot y todos van variandi sus posiciones. Este trabajo se realiza por los dos perfiles para empezar a trabajar el perfil no hábil. Hidratación y recuperación Mundialito con reglamento de futbol de salón TIEMPO 65 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Para este reto se podrán 4 balones en linea los cuales deben patear, y hacer la mayor cantidad de goles, al patear un balón debe ir en velocidad y tocar el cono y volver a patear el segundo balón y así sucesivamente. Gana el escolar que haga mas cantidad de goles TIEMPO 15 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Vuelta a la calma Desplazamientos y recuperación inhalando y exhalando Estiramiento e hidratación Retro alimentación y regreso al colegio TIEMPO 10 minutos			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ALFONSO LOPEZ MICHELSEN			Nombre Instructor: NATALIA CECILIA RIVEROS MARTINEZ	
2. Fecha:	2024-11-05	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1146138019	JHOAN SMIT CONTRERAS			Asistio
1220222637	HAROL JOAO SANCHEZ			Asistio
1055919600	SANTIAGO GARCIA			Asistio
1023410352	SIMON GOMEZ			No asistio
1028898046	JUAN JOSE ARCINIEGAS			Asistio
1220222638	DIEGO ALEJANDRO SANCHEZ			Asistio
N37664892417	SEBASTIAN ALEJANDRO LEON			Asistio
1146139732	JOHAN STEVEN AMAYA			Asistio
1070977543	ALEJANDRO GARCIA			No asistio
1013686158	JULIAN DAVID ARIAS			No asistio
1026596700	SAMUEL JERONIMO CAJIAO			Asistio
1146137643	JERONIMO BARRERA			Asistio
N37665247427	ANGEL MANUEL RIVERO			No asistio
1222209878	EDWIN SNEIDER MENDOZA			Asistio
1141354621	ANDRES JERONIMO OCHOA			Asistio
1023535673	SEBASTIAN MEJIA			Asistio
1023411035	SAMUEL JIMENEZ			Asistio
1233901289	JOHAN DAVID GALINDO			Asistio
1074820564	DILAN ESTIBEN ANZOLA			Asistio
1012455830	NICOLAS STEVEN CADENA			No asistio
1031845214	MATIAS CARDENAS			Asistio
1025153696	ERIK SANTIAGO CORREA			No asistio
1011245198	MATIAS CRUZ			Asistio
1104434494	SANTIAGO ESCOBAR			Asistio
1031844717	EITAN SAMUEL GUZMAN			Asistio
6854273	ANGEL DAVID JIMENEZ			Asistio
1034403676	JULIAN ESTEBAN MUÑOZ			Asistio
1104135797	WEZLEY STIVENT NEUTA			Asistio
1146136652	EMMANUEL SANTIAGO GOMEZ			Asistio