

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:	2024-11-08	4. HORA:	Viernes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Identifico la capacidad aeróbica en la realización de ejercicios físicos y juegos			
COGNITIVA : Realizo conducción del balón, control de balón y me desplazo de una zona a otra del campo con toques sucesivos			
PSICOSOCIAL : Por medio de actividades lúdicas y rondas explora el significado de los valores olímpicos como el del respeto			
LUDICA : Realizo juegos conformando equipo de 4 escolares para generar apropiación en la cancha			
TEMA : Identifica la resistencia aeróbica como parte de la práctica deportiva y sus beneficios por medio de la aplicación de test de resistencia aeróbica propios de la edad			
SUBTEMAS : a Usar las superficies de contacto (amortiguar, desviar, pasar y rematar); (controlar, pasar y rematar)			
IMPLEMENTACION : Balones Conos Platillos Pelota de tenis			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se reciben los escolares en la IED y os desplazamos hacia el parque. Llamado a lista y explicación del trabajo a realizar y los objetivos a cumplir en la clase Inician trote suave por 5 minutos en la linea final de la cancha realizando desplazamientos diagonales Luego se ubican todos en la linea final y realizan desplazamientos con ejercicios de coordinación repitiendo cada ejercicio dos veces Luego se juega ponchados con una pelota ligera, se ubican cuatro estaciones y deben pasar por todas las estaciones sin dejarse ponchar Recuperación e hidratación por 5 minutos TIEMPO 45 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Carreras de relevos por equipos con obstáculos. Se dividen en equipos de acuerdo a la cantidad de escolares y se realizan carreras de relevos primero sin balón y luego con balón y con pelota de tenis, deben ir en velocidad hacer el ejercicio de coordinación y llegar a la linea final tocarla la linea con la mano y devolverse en velocidad a donde su compañero tocarle la mano y salir el siguiente compañero, todos deben realizar este ejercicio hasta que ultimo que es el equipo que mas rápido llegue. Recuperación e hidratación por 4 minutos Encuentran platillos y por parejas con balos y pelota de tenis deben desplazarse conduciendo el balón o la pelota de acuerdo a las indicaciones dadas y a las superficies de contacto a utilizar Remate al arco por parejas Juego real con las reglas de futbol de salón TIEMPO 55 minutos			
RETO : ACTIVIDADES Para el reto se realizara de forma individual toques con balón sin dejarlo caer. Gana el estudiante que mas toques realice en 4 oportunidades, se realiza entre mujeres y hombres TIEMPO 10 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Vuela a la calma Estiramiento por parejas con una duración de 15 segundos por ejercicio iniciando de pies a cabeza Retro alimentación del trabajo realizado 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:	2024-11-08	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1011238681	MARIANA NAVARRETE			Asistio
1023959620	JUAN PABLO SANCHEZ			Asistio
1141352104	GERONIMO PEREZ			No asistio
1141133148	THIAGO ABDIEL OLARTE			Asistio
1141350768	JESSICA DANIELA MARIN			Asistio
1025153466	ERICK THOMAS GONZALEZ			No asistio
1141347749	SAMUEL DAVID GONZALEZ			Asistio
N37664934061	FABRIZIO ALESSANDRO HERRERA			Asistio
1025558882	ASHLEY DAYANA PAEZ			Asistio
1012444255	MELANY ANDREA ARDILA			Asistio
1028843976	JUAN DAVID SOTO			Asistio
1010762822	KEVIN DANIEL RODRIGUEZ			Asistio
1013146772	JOSEPH THOMAS LAGOS			No asistio
1073522158	EDWARD FELIPE MOLINA			Asistio
1028952005	ROYMAN ANDRES QUINTERO			No asistio
1220219986	MATEO SUAREZ			Asistio
1025151696	MARIA ELENA BARRERA			No asistio
1141525538	DANNA KATHERIN CASTILLO			Asistio
1028897155	IAN SANTIAGO RODRIGUEZ			Asistio
1028895387	YULIAN MATIAS ARCINIEGAS			Asistio
1146137124	SERGIO THOMAS AVILA			Asistio
1013149101	SAMUEL DAVID BOJACA			Asistio
N37666450506	YILBERT SANTIAGO CABRERA			Asistio
1141348632	JHONATAN DAVID GONZALEZ			Asistio
1233689265	DEILYS VALENTINA LOPEZ			Asistio
1141721846	THIAGO MORENO			Asistio
N37666737123	YENDRI DAVID RODRIGUEZ			Asistio
1026592849	SARA HELI VILLARRUEL			Asistio
1022424944	JUAN JOSE GAÑAN			Asistio
1222212196	DILAN LORENZO VACA			Asistio