

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:	2024-11-06	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
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:	2024-11-06	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141353726	ERICK SEBASTIAN ARANGUREN			Asistio
1023406412	DYLAN SAMUEL AGUIRRE			Asistio
1025557391	JEFERSON BAVATIVA			Asistio
1146137553	ERICK DAMIAN BELLO			Asistio
1141723387	NICOLAS CASTIBLANCO			Asistio
1146136680	ELIAN CASTILLO			No asistio
1010846087	MATHIAS ALBERTO CHICA			Asistio
1030679824	DIEGO ALEJANDRO CORONADO			Asistio
1013150318	ELIAN STEVEN DELGADO			Asistio
1024583181	NESTOR SAID MOSQUERA			Asistio
1146133463	ANGEL DAVID ORTIZ			No asistio
1028877493	SAMUEL DAVID RODRIGUEZ			No asistio
1141133973	MATIAS ROMERO			Asistio
1150188082	ANGEL SEBASTIAN SANABRIA			No asistio
1021689326	CRISTIAN ALEJANDRO VILLAMIL			No asistio
1146136720	JUAN JOSE FORERO			Asistio
N37664893395	DENCER ESTEVENSON VARGAS			No asistio
1025076633	JOEL SANTIAGO AREVALO			Asistio
1025076074	MATHIAS PERDOMO			Asistio
1028894163	JOHAN SEBASTIAN DUCUARA			Asistio
1222210775	MICHAEL DAVID RODRIGUEZ			Asistio
1141132866	SAMUEL DAVID TORRES			Asistio
1146137635	SALOME ALEJANDRA CANDELA			Asistio
1220219961	SHARIK DANIELA PARRA			Asistio
1023407691	ANGEL JOEL MONTAÑA			Asistio
1146136946	KYLIAM ABEL VEGA			Asistio
1141353924	AMMY LUCIANA SANCHEZ			Asistio
1016092994	HAROLD ORLANDO PINEDA			Asistio
1012445163	OSCAR STIVEN CARDOZO			No asistio
1025077641	JUAN DIEGO OVALLE			Asistio
1030686482	DILAN SANTIAGO REYES			Asistio
1142115016	DYLAN SANTIAGO RODRIGUEZ			Asistio
1025557103	OSCAR DAVID VANEGAS			Asistio
1033114529	YOSEPT ANDRES VASQUEZ			Asistio
1141350442	ANGEL MATIAS BEJARANO			Asistio

1141353042	MARTIN ANDRES CASTRO	Asistio
------------	----------------------	---------

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria