

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,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:	2024-11-06	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Miercoles,10:30:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 16	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			Asistio
1141347749	SAMUEL DAVID GONZALEZ			Asistio
N37664934061	FABRIZIO ALESSANDRO HERRERA			No 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			Asistio
1073522158	EDWARD FELIPE MOLINA			Asistio
1028952005	ROYMAN ANDRES QUINTERO			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			No 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