

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO KIMI PERNIA DOMICO (IED) (KIMI PERNIA DOMICO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Jorge Armando Algarra Acosta
3. FECHA:	2025-05-15	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Utilizar aprendizajes basados en los juegos de cooperación y oposición, la carrera, los saltos, las recepciones, los equilibrios, los giros, los lanzamientos y combinaciones de los mismo

COGNITIVA :

Realiza actividades lúdicas que ayudan al mejoramiento de la expresión corporal.

PSICOSOCIAL :

Identifica las expresiones sociales generadas en la práctica del futbol, desarrollando compromiso, valor por la competencia y respeto frente a los demás.

LUDICA :

Construye esquemas con movimientos y desplazamientos y los adopta a un ritmo determinado.

TEMA :

Desarrollo de las capacidades fisico- tecnicas en el fútbol

SUBTEMAS :

Fundamentos tecnicos

IMPLEMENTACION :

BALONES, PLATILLOS, CONOS, PETOS.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
• Llamado a lista. • Explicación de la temática a trabajar Apropiación del elemento. Calentamiento movilidad articular, iniciando con las articulaciones del tren inferior hasta las del tren superior, pasando por todas las articulaciones del cuerpo. Luego trote en el puesto, giros, saltos en el puesto, skipping, rodillas al pecho, talones a la cola, desplazamientos laterales.

TIEMPO  
25 min

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
\* A la señal del silbato del entrenador, los jugadores con un balón, sentados mirando hacia adelante, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible conduciendo el balón hacía la meta, situada a mitad del campo. Realizar el ejercicio 5 x 20 m. al 100% recuperación 1 minuto entre repeticiones. se varia la posiscion de salida y la ejecucion de la conduccion. \* Los jugadores, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible hacía el medio campo, a partir de la señal del silbato del entrenador. Una vez se encuentren con el balón lo deberán chutar lo más rápido y fuerte posible a un cono situado a 10 metros. Realizar el ejercicio 5 x 20 m. al 100% recuperación 1 minuto. \* Los jugadores, detrás de una línea, saldrán lo más rápido posible al oír el silbato del entrenador. Irán hacía la primera línea situada a 10 metros, la pisarán y volverán hacia la salida, pisarán la línea de salida e irán hacia la segunda línea (medio campo), la pisarán y volverán hacia la primera línea, la pisarán y terminarán a mitad del campo controlando un balón y conduciéndolo entre los conos en forma de “slalom”, para terminar chutando el balón a un cono. Realizar el ejercicio 5- 7 veces al 100% recuperación 1 minuto entre repeticiones. \* Futbol .

TIEMPO  
70 min

RETO :

ACTIVIDADES  
Lograr que el niño identifique las superficies de contactoy las variabes de desplazamiento, mediante la práctica de ejercicios enfocados al futbol.

TIEMPO  
10 min

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Vuelta a la calma: caminar en punta de pies, trote suave en desplazamiento. \*estiramiento general: elongación tren inferior y tren superior. \*retroalimentación: preguntas y respuestas por parte de alumnos y formador sobre la temática desarrolladas en clase. Observación: Teniendo en cuenta el tiempo que dura la sesión, las actividades no realizadas se ejecutaran en la siguiente sesión de clase, con el fin de afianzar el desarrollo de habilidades y movimientos en los escolares.

TIEMPO  
15 min



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. KIMI PERNIA DOMICO			Nombre Instructor: Jorge Armando Algarra Acosta	
2. Fecha:	2025-05-15	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Bosa	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 2	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1023392157	DANIEL MATIAS MARTINEZ			Asistio
1028890986	VLADIMIR GIOVANNI MARTINEZ			Asistio
1028892834	DILAN MATEO MARTINEZ			Asistio
1028495005	DAMIAN JOSE TALERO			Asistio
4948983	SEBASTIAN ANDRES PINZON			Asistio
1075543150	JESUS DAVID LIEVANO			Asistio
1176963776	KEVIN SMITH ECHEVERRY			Asistio
1025066123	JOSE ANTONIO GRUESO			Asistio
1023400258	YORMAN ESTEBAN PULIDO			Asistio
1012406074	SAMUEL ESTEBAN GRANADOS			Asistio
1146129272	JHONATAN DAVID CLAVIJO			Asistio
1085175349	YOVANIS PADILLA			Asistio