

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:	2025-05-23	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	3
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 : Fundamentos técnicos para el desarrollo del futbol.			
SUBTEMAS : Control			
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 • Fundamentos teoricos base para el desarrollo del deporte: Los jugadores colocados por parejas, jugador A envía la pelota hacia su compañero B con las manos, para que éste controle utilizando la planta del pie justo en el momento que el balón toque el suelo. Individualmente con un balón, los jugadores conducen por el espacio que les hayamos delimitado, cuando se encuentren delante de un cono deben controlar la pelota (depende del control a trabajar y delimitando superficie de contacto) y reanudar la conducción por el terreno de juego. Los jugadores colocados por parejas con un balón, realizan un pase hacia su compañero quien en lugar de esperar la llegada de la pelota, sale a su encuentro y controla dentro de una zona delimitada para tal efecto se aplican variables de superficies de contacto y numero de repeticiones. Colocamos a los jugadores por grupos de tres y los distribuimos. El jugador B pasa el balón a su compañero A quien controla la pelota y de vuelve el pase a su compañero B, corre a dar la vuelta a un cono situado a su izquierda para encararse hacia C y recibir el pase de éste, controla y devuelve el pase a C, da la vuelta al otro cono situado siempre a su izquierda y quedará orientado hacia B, con el que repetirá el mismo esquema realizado anteriormente. El ejercicio puede realizarse con balones que lleven diferentes trayectorias (rasos o aéreos). El tipo de control lo marca el entrenador en función de lo que pretendamos trabajar. En cada ejercicio se aplicaran variables. HIDRATACION - Futbol libre.  TIEMPO 70 min			
RETO : ACTIVIDADES Lograr que el niño identifique EL CONTROL con cada una de las superficies de contacto, mediante la práctica del 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