

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:	2025-05-28	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	Bosa	8. N° DE SEMANA:	4
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 : Realiza actividades lúdicas que ayudan al mejoramiento de la expresión corporal.			
LUDICA : Construye esquemas con movimientos y desplazamientos y los adopta a un ritmo determinado.			
TEMA : Fundamentos técnicos para el desarrollo del futbol.			
SUBTEMAS : Control (Control dirigido)			
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: • Individualmente, cada jugador con un balón lo lanza al aire o por el suelo y con un solo toque (según la superficie de contacto que marcamos) deben controlar el balón y seguir conduciendo. • Por parejas el jugador A tiene el balón y su compañero b se sitúa al lado de un cono. A pasa el balón hacia B quien debe controlar la pelota y orientarla para superar el cono que tiene al lado. Luego envía el balón hacia A y repetimos el ejercicio. • Similar al ejercicio anterior pero en esta ocasión en lugar de superar el cono, B debe orientar la pelota hacia el cono que el jugador tiene a su izquierda para allí pasar el balón a su compañero A. Cuando se realiza el pase el jugador se desplaza hasta el cono inicial para recibir el pase de vuelta. HIDRATAION - Futbol libre. TIEMPO 70 min			
RETO : ACTIVIDADES • Fundamentos teoricos base para el desarrollo del deporte: • Individualmente, cada jugador con un balón lo lanza al aire o por el suelo y con un solo toque (según la superficie de contacto que marcamos) deben controlar el balón y seguir conduciendo. • Por parejas el jugador A tiene el balón y su compañero b se sitúa al lado de un cono. A pasa el balón hacia B quien debe controlar la pelota y orientarla para superar el cono que tiene al lado. Luego envía el balón hacia A y repetimos el ejercicio. • Similar al ejercicio anterior pero en esta ocasión en lugar de superar el cono, B debe orientar la pelota hacia el cono que el jugador tiene a su izquierda para allí pasar el balón a su compañero A. Cuando se realiza el pase el jugador se desplaza hasta el cono inicial para recibir el pase de vuelta. HIDRATAION - Futbol libre. TIEMPO 70 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

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria