PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-03	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro cómo situarme con mi cuerpo en el espacio (Izq,der-arriba-Abajo, Adelante-Atrás.).

COGNITIVA :
Reconozco la lateralidad dinámica general.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Realizo movimientos en diferentes direcciones, mediante juegos y ejercicios propuestos en clase.

TEMA :
Experimenta la estructuración de tiempo y espacio de forma adecuada.

SUBTEMAS :
Exploración las direcciones espaciales y direcciones temporales.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros, cintas de tela.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Movilidad Articular. Juego pre deportivo: ESTATUA Todo el grupo corre por la cancha, cuando el profesor dice “ya” todos quedamos en estatua. El profesor va dando instrucciones de las formas que quieren que se hagan. Ej. pierna cogida, correr hacia atrás, también dirá si es por parejas tríos... variantes Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1- “Derecha-Izquierda”: En grupos de 6 y con una pelota. En círculo y de pie nos pasamos la pelota según el sentido marcado por el profesor (derecha- izquierda). 2- “Ahora más difícil”: En gran grupo, de pie y en círculo y con dos pelotas. Pasar la pelota al compañero según el sentido dirigido por el profesor. Hay que intentar que las dos pelotas no se encuentren. 3- “Jugamos con el aro”: Individualmente, cada niño se coloca detrás de su aro. A la orden del profesor el niño deberá de saltar según la indicación del mismo (delante del aro, dentro, atrás, a la derecha, a la izquierda). “El tren”: En grupos de 3 y haciendo un tren (agarrados por la cintura de su compañero que está delante).El primero de ellos con los ojos tapados; el resto deberán de guiar al primero para que realice adecuadamente el recorrido sin chocar con los obstáculos que previamente el profesor se ha encargado de distribuir por el espacio (conos). Carreras de tiempo. En este tipo de carreras se establece una salida, una llegada y un tiempo que debe transcurrir entre la salida y la llegada. Ganará el niño que llegue en el tiempo estipulado a la meta, es decir, si se dice que la carrera es de 10 segundos, el niño que tarde 10 segundos desde la salida a la meta ganará. Es importante advertir en estos juegos de orientación temporal que la carrera debería tener un ritmo constante (que es otra forma de percibir el tiempo). Hidratación Futbol 5 Vs. 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
12' 14' 16' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Juego de memoria de emociones: Jugar un juego de memoria con palabras que representen diferentes emociones. un compañero dice una emoción, yo repito la emoción de mi compañero y digo la mía, así sucesivamente hasta que alguno se equivoque.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales y gemelos). Retroalimentación, reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-03	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	Asistio
1083028794	CHRISTOPHER JAVIER CARVAJAL	Asistio
5814075	ARANZA SOPHIA ESTRADA	Asistio
1233688476	JUAN SEBASTIAN GAITAN	Asistio
6457916	EDWAR SEBASTIAN GIL	Asistio
5619253	SEBASTIAN MATHIAS GUILLEN	Asistio
1176967460	MILAGROS DE JESUS MEJIA	Asistio
1064722786	JOSE FERNANDO MELO	Asistio
1028726563	BRAYAN FELIPE MONRROY	No asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	Asistio
1014273602	SALOME MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-05	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Diferencio las superficies del pie, para las posibles jugadas con el borde interno-externo-empeine-punta-talón en el fútbol de salón.

COGNITIVA :
Identifica las partes del pie, para recibir, controlar y patear un balón.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
juego futbol real, utilizando las diferentes superficies de contacto del pie.

TEMA :
Experimenta las superficies de contacto del pie por medio del juego.

SUBTEMAS :
Borde interno-externo, empeine, punta, talón

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, aros, platillos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: FUTBOL INDIVIDUAL Descripción: A lo largo de toda el área grande, colocaremos una portería para cada jugador de un tamaño reducido y formada por conos. El entrenador lanza la pelota al aire y comienza el juego. Cada jugador trata de conseguir gol en alguna de las porterías y a su vez defender la suya. Ganará quien consiga más goles. Reglas: No se permite quedarse delante de la portería evitando que te marquen gol, sin intentar conseguir anotar tantos.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Los futbolistas se tienen que poner por parejas. Cada uno de ellos elegirá un número: el uno o el dos. Cuando el entrenador dé la señal, el jugador que tenga el número que este haya dicho tiene que intentar atrapar a su compañero. Ambos futbolistas deben avanzar conduciendo la pelota. Los jugadores se dividen en dos equipos. Uno de los cuales poseerá el esférico mientras que el otro no. Cuando el entrenador haga una señal, el equipo que no tiene balón debe intentar recuperar todos los balones posibles en el tiempo indicado. El equipo ganador será aquel que recupere todas las pelotas. El juego de tocar y parar el esférico: se colocan los jugadores en dos equipos. Aquellos que se van a dedicar a parar no llevan pelota y los que van a escapar serán los que realicen la conducción de balón. Cuando el jugador sin balón alcance a su rival, se intercambian los roles. Conejos a la madriguera es otro juego utilizado para entrenar la conducción de balón, el cual consiste en colocar a los jugadores por parejas. Estos se deben situar en círculo, colocándose uno delante del otro. El jugador que posee el balón tiene que conducirlo alrededor del círculo que han formado sus compañeros a la señal del entrenador, y cuando este lo indique, debe pasar por debajo de las piernas de su pareja lo antes posible para ganar. El juego de la silla consiste en colocar conos formando un círculo sobre el terreno de juego, de manera que haya un cono menos que número de jugadores. Estos tienen que conducir el balón alrededor de la zona, y en el momento que el entrenador lo indique tendrán que ir hasta un cono. Pierde el futbolista que no consiga llegar a ninguno. En el juego de los paquetes con balón los jugadores llevan a cabo la conducción de este por el campo de fútbol. En el momento en el cual el entrenador diga un número, los futbolistas deben reunirse formando grupos del número que haya indicado el técnico. Los jugadores deben llevar la pelota durante todo el juego. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos. Hidratación.

TIEMPO
12' 14' 12' 10' 22'

RETO :
ACTIVIDADES
FÚTBOL TENIS Descripción: Formaremos equipos de 3 jugadores que se enfrentarán en un terreno de juego dividido por una red (u otro elemento que la sustituya). El juego puede realizarse tanto con la cabeza como con los pies, pero el balón sólo pede pasarse al campo contrario con la cabeza, si el balón da más de un toque en el campo contrario el equipo atacante recibe un punto. Los toques que cada equipo puede realizar sobre el balón los determinará cada entrenador en función de sus jugadores. Reglas: No está permitido pasar el balón a campo contrario con los pies, ni utilizar las manos, ni realizar más de dos toques seguidos un mismo jugador.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales y gemelos). Retroalimentación, reconocer mis propias emociones, entendiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-05	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	No asistio
1083028794	CHRISTOPHER JAVIER CARVAJAL	Asistio
5814075	ARANZA SOPHIA ESTRADA	Asistio
1233688476	JUAN SEBASTIAN GAITAN	Asistio
6457916	EDWAR SEBASTIAN GIL	Asistio
5619253	SEBASTIAN MATHIAS GUILLEN	Asistio
1176967460	MILAGROS DE JESUS MEJIA	Asistio
1064722786	JOSE FERNANDO MELO	Asistio
1028726563	BRAYAN FELIPE MONRROY	Asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	Asistio
1014273602	SALOME MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-10	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo desplazamientos variados con o sin implementos de forma ágil involucrando la resistencia aeróbica

COGNITIVA :
Reconozco las superficies de contacto del pie usándola con el balón

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Identifico a través del juego todas las superficies de contacto

TEMA :
Realiza movimientos con el elemento involucrando resistencia aeróbica.

SUBTEMAS :
relevos con y sin balón.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, aros, platillos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Dos a la vez (fútbol). Varios jugadores hacen ‘jueguito’ pasándose la pelota. Cuando uno la pasa debe decir un número (1, 2, 3, 4) y el receptor debe tocarla esa cantidad de veces, diciendo a la vez una palabra de esa cantidad de sílabas. Se practica la indispensable cualidad de pensar a la vez que se juega. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Relevos con conducción de balón. La mitad de los jugadores de cada equipo se colocan enfrente de los otros y a una distancia de uno 15-20 metros. A mitad de camino se colocan 2 conos. Se trata de conducir rápidamente desde uno de los lados hacia el otro. Una vez que el jugador en conducción pasa la línea marcada por los conos puede salir el siguiente jugador. Ganará el equipo cuyo último hombre cruce antes la línea de meta. Partido 6 porterías Dividir a la plantilla en 2 equipos. Cada equipo defiende-ataca 3 porterías pequeñas situadas a lo largo de la línea de fondo. El gol se conseguirá introduciendo el balón en cualquiera de las 3 porterías. Posesión porterías + 1 Formar 2 equipos Colocar aleatoriamente porterías pequeñas por todo el campo (1 portería + que jugadores hay por equipo) El objetivo es mantener la posesión y lograr el máximo nº de goles posible Se conseguirá gol realizando un pase a través de alguna de las porterías Cuando el equipo defensor roba el balón se intercambian las funciones (defensa- ataque). El Reloj Descripción: Distribuiremos los jugadores en dos equipos de igual número de jugadores. Un equipo lo situaremos en círculo a unos 2 metros de distancia entre jugador y jugador y el otro se colocará en fila a un lado del círculo. El equipo A (situado en círculo) deberá realizar el máximo número de pases consecutivos con el balón, mientras el otro equipo realiza una carrera de relevos alrededor del círculo con todos sus jugadores. Ganará el equipo que al terminar la carrera haya realizado el mayor número de pases. Reglas: Los pases no pueden saltarse a ningún miembro del equipo. Podemos realizar el pase con las manos (saque de banda) o con los pies. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos. Hidratación

TIEMPO
9' 9' 9' 13' 10' 20'

RETO :
ACTIVIDADES
TOCA LOS CONOS Descripción: Formaremos dos equipos que se enfrentan entre sí dentro de un espacio delimitado. El juego consiste en tocar, con el balón, el mayor número de conos posibles. Para conseguir este fin el equipo que está en posesión del balón debe realizar un seguido de pases intentando que el otro equipo no robe el balón y buscando una posición favorable para tocar los conos distribuidos por el espacio. Cuando un equipo consigue tocar un cono con el balón se le otorga un punto. Reglas: No está permitido salir del terreno de juego con el balón, ni mantenerlo más de cinco segundos si realizar ningún pase.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales y gemelos). Retroalimentación, reconozco mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-10	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	No asistio
1083028794	CHRISTOPHER JAVIER CARVAJAL	No asistio
5814075	ARANZA SOPHIA ESTRADA	Asistio
1233688476	JUAN SEBASTIAN GAITAN	Asistio
6457916	EDWAR SEBASTIAN GIL	Asistio
5619253	SEBASTIAN MATHIAS GUILLEN	Asistio
1176967460	MILAGROS DE JESUS MEJIA	Asistio
1064722786	JOSE FERNANDO MELO	Asistio
1028726563	BRAYAN FELIPE MONRROY	Asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	Asistio
1014273602	SALOME MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-12	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro la velocidad de reacción en forma jugadas

COGNITIVA :
Identifica de forma activa las capacidades condicionales por medio de la velocidad

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Practico ejercicios de relevos a mi máximo de velocidad

TEMA :
Capacidades condicionales para la actividad física

SUBTEMAS :
Velocidad

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: La roca. Se la quedan 4-5 con un una pelota cada uno. El objetivo es convertir en piedra al resto de compañeros. La forma de hacerlo es dándole con la pelota y para ello tienen un tiempo limitado (3-4 minutos). Si en ese tiempo no lo consiguen, se forma un nuevo equipo. Los niños convertidos en piedra se ponen en el suelo dispuestos a ser saltados por otros compañeros, ya que esa es la forma de poder volver al juego. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Juego : blanco y negro , cara o seca , 1 y 2 Carrera de los números Carreras con cambios de direcciones En espacio limitado , tratar de tocar al compañero Carrera colocados a un metro de diferencia Colocados en una misma línea , salir corriendo cuando la pelota pasa por delante de cada uno (partida alta y en cuclillas) Sentados de espalda al profesor : cuando la pelota pica se dan vuelta y salen corriendo Idem decúbito dorsal y ventral Acostado decúbito ventral el profesor lanza la pelota , cuando recibe , salen corriendo futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
8' 12' 8' 6' 6' 30'

RETO :
ACTIVIDADES
Agruparnos (juego de aros). Juego de pilla pilla en gran grupo. Se la quedan 3-4. Tienen dos opciones para ser libres. La primera es pillar a alguien y cambiar de rol, la segunda, es meterse dentro de un aro cuando el maestro toque el silbato. Previamente, el maestro ha establecido una zona de aros, todos agrupados, en el que ponen cuatro aros menos que niños hay. Cuando se toque el silbato, los que entran en los aros, están libres, los que se quedan fuera, se la quedan.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación, reconozco mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-12	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	No asistio
1083028794	CHRISTOPHER JAVIER CARVAJAL	Asistio
5814075	ARANZA SOPHIA ESTRADA	Asistio
1233688476	JUAN SEBASTIAN GAITAN	Asistio
6457916	EDWAR SEBASTIAN GIL	Asistio
5619253	SEBASTIAN MATHIAS GUILLEN	Asistio
1176967460	MILAGROS DE JESUS MEJIA	Asistio
1064722786	JOSE FERNANDO MELO	Asistio
1028726563	BRAYAN FELIPE MONRROY	No asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	Asistio
1014273602	SALOME MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-17	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	11
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Practico cómo debo correr sin perder de vista el balón y sin perder el desplazamiento frontal.

COGNITIVA :
Aplico la estabilidad frente al choque o carga del rival.

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Participo de forma activa en Juegos Posicionales "experimentación".

TEMA :
Fundamentos básicos de defensa y el trabajo en equipo en el fútbol de salón.

SUBTEMAS :
Posición corporal, lateralidad defensiva, anticipación, presión individual.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: BLANCO Y NEGRO Descripción: Los jugadores se sitúan sobre dos líneas paralelas trazadas previamente, formando un pasillo, a unos dos o tres metros de distancia. Un equipo es el blanco y el otro el negro. El entrenador nombrará al azar ¡blanco! o ¡negro! Al oír el nombre de su equipo, los jugadores huyen hacia la línea de fondo mientras sus adversarios intentan atraparlos antes de que logren llegar a ella. Cada jugador tocado supone un punto para el equipo. Reglas: Se debe correr en línea recta y los jugadores atrapados adoptaran una posición de cuclillas sin poder moverse. Variantes: Podemos efectuar las salidas desde distintas posiciones Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Ejercicio 1 Objetivo: Simular la anticipación al balón sin oposición. Procedimiento: Los jugadores defensivos se colocaran a una distancia determinada que no deberá ser inferior a los 5 metros ni superior a 10 metros en relación a los balones que serán ubicados frente a ellos. Al sonido del silbato a la voz de mando del entrenador deberán tratar de llegar al balón en el menor tiempo posible. Variante: El mismo podrá ser realizado ejecutando despejes, pases o conducción y desde diferentes posiciones de salida. Lo que se mide es el momento del contacto con el balón. Ejercicio 2 Objetivo: Simular la anticipación al balón con oposición. Procedimiento: Los jugadores defensivos se colocaran por detrás de los jugadores ofensivos. Al sonido del silbato o la voz de mando del entrenador saldrán ambos jugadores como si fueran en busca de un balón al frente donde el jugador defensivo deberá adelantarse al desplazamiento de su rival. Ejercicio 4 Objetivo: Simular la anticipación al balón con oposición. Procedimiento: Los jugadores se colocaran frente a frente divididos por conos a una distancia aproximada de 5 a 10 metros. Al sonido del silbato o la voz de mando del entrenador saldrán ambos jugadores hacia el cono. El jugador defensivo deberá llegar primero que su rival al objetivo. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
10' 8' 10' 8' 34'

RETO :
ACTIVIDADES
Agruparnos (juego de aros). Juego de pilla pilla en gran grupo. Se la quedan 3-4. Tienen dos opciones para ser libres. La primera es pillar a alguien y cambiar de rol, la segunda, es meterse dentro de un aro cuando el maestro toque el silbato. Previamente, el maestro ha establecido una zona de aros, todos agrupados, en el que ponen cuatro aros menos que niños hay. Cuando se toque el silbato, los que entran en los aros, están libres, los que se quedan fuera, se la quedan.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación, la alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-17	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	Asistio
1083028794	CHRISTOPHER JAVIER CARVAJAL	Asistio
5814075	ARANZA SOPHIA ESTRADA	Asistio
1233688476	JUAN SEBASTIAN GAITAN	No asistio
6457916	EDWAR SEBASTIAN GIL	Asistio
5619253	SEBASTIAN MATHIAS GUILLEN	Asistio
1176967460	MILAGROS DE JESUS MEJIA	Asistio
1064722786	JOSE FERNANDO MELO	No asistio
1028726563	BRAYAN FELIPE MONRROY	Asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	Asistio
1014273602	SALOME MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	No asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-19	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo los pases según distancia, intención, sentido.

COGNITIVA :
Utilizo las diferentes superficies de contacto y su capacidad funcional del juego como amortiguar, desviar, controlar, pasar y rematar

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Paso el balón con borde interno y externo mediante juegos 2 Vs. 2 y juego real

TEMA :
Técnicas individuales y colectivas que permitan reconocer el cuerpo mediante el juego y trabajo en equipo

SUBTEMAS :
Superficies de contacto del pie : borde interno-externo planta-punta empeine.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Tres en raya deportivo Lo ideal es que los estudiantes se dividan en grupos de 3 o 4 personas como máximo y que se coloquen a un metro y medio unos de otros. Es necesario colocar en el suelo aros o círculos dibujados a modo de tablero para llevar a cabo la actividad y, además, cada equipo contará con tres conos del mismo color. Para completar el tres en raya los estudiantes, por orden y como en las carreras de relevo, deberán correr hasta el tablero y colocar rápidamente el cono. Ganará el grupo que complete antes el juego. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Juegos de velocidad en parejas, persecución sin balón. competencias de velocidad en grupo. Velocidad en zigzag. Reconocimiento y utilización de cada superficie de contacto (demostración de la formadora) pases entre parejas, tríos y equipos de cuatro. Parar con planta, levantar la cabeza mirar a donde direcciono en pase con borde interno el balón. Rebotar el balón al piso , patear y cogerlo con las manos. futbol tenis por parejas. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
8' 10' 6' 10' 8' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Futbolín humano: Para llevarlo a cabo se deberán organizar dos bandos diferentes: cada jugador tendrá su lugar marcado en el suelo y no podrá moverse de allí salvo para dar un paso a la izquierda o a la derecha. El objetivo es imitar al clásico futbolín e intentar marcar los máximos goles posibles pasándole la pelota a los compañeros de equipo sin desplazarse de su espacio. Si alguno pierde el balón, el árbitro le dará el turno al contrincante para que saque.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación. Análisis de lo realizado, la formadora destaca los valores inherentes a la competencia desde la posición del ganador (respeto por el perdedor) revertir el triunfo a partir del esfuerzo. Interpreto que nuestra imagen va siendo algo que forma parte de los que los demás van construyendo y la imagen del otro la construimos nosotros.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-19	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	Asistio
1083028794	CHRISTOPHER JAVIER CARVAJAL	Asistio
5814075	ARANZA SOPHIA ESTRADA	Asistio
1233688476	JUAN SEBASTIAN GAITAN	Asistio
6457916	EDWAR SEBASTIAN GIL	Asistio
5619253	SEBASTIAN MATHIAS GUILLEN	Asistio
1176967460	MILAGROS DE JESUS MEJIA	Asistio
1064722786	JOSE FERNANDO MELO	Asistio
1028726563	BRAYAN FELIPE MONRROY	No asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	Asistio
1014273602	SALOME MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-03	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro cómo situarme con mi cuerpo en el espacio (Izq,der-arriba-Abajo, Adelante-Atrás.).

COGNITIVA :
Reconozco la lateralidad dinámica general.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Realizo movimientos en diferentes direcciones, mediante juegos y ejercicios propuestos en clase.

TEMA :
Experimenta la estructuración de tiempo y espacio de forma adecuada.

SUBTEMAS :
Exploración las direcciones espaciales y direcciones temporales.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros, cintas de tela.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Movilidad Articular. Juego pre deportivo: ESTATUA Todo el grupo corre por la cancha, cuando el profesor dice “ya” todos quedamos en estatua. El profesor va dando instrucciones de las formas que quieren que se hagan. Ej. pierna cogida, correr hacia atrás, también dirá si es por parejas tríos... variantes Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1- “Derecha-Izquierda”: En grupos de 6 y con una pelota. En círculo y de pie nos pasamos la pelota según el sentido marcado por el profesor (derecha- izquierda). 2- “Ahora más difícil”: En gran grupo, de pie y en círculo y con dos pelotas. Pasar la pelota al compañero según el sentido dirigido por el profesor. Hay que intentar que las dos pelotas no se encuentren. 3- “Jugamos con el aro”: Individualmente, cada niño se coloca detrás de su aro. A la orden del profesor el niño deberá de saltar según la indicación del mismo (delante del aro, dentro, atrás, a la derecha, a la izquierda). “El tren”: En grupos de 3 y haciendo un tren (agarrados por la cintura de su compañero que está delante).El primero de ellos con los ojos tapados; el resto deberán de guiar al primero para que realice adecuadamente el recorrido sin chocar con los obstáculos que previamente el profesor se ha encargado de distribuir por el espacio (conos). Carreras de tiempo. En este tipo de carreras se establece una salida, una llegada y un tiempo que debe transcurrir entre la salida y la llegada. Ganará el niño que llegue en el tiempo estipulado a la meta, es decir, si se dice que la carrera es de 10 segundos, el niño que tarde 10 segundos desde la salida a la meta ganará. Es importante advertir en estos juegos de orientación temporal que la carrera debería tener un ritmo constante (que es otra forma de percibir el tiempo). Hidratación Futbol 5 Vs. 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
12' 14' 16' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Juego de memoria de emociones: Jugar un juego de memoria con palabras que representen diferentes emociones. un compañero dice una emoción, yo repito la emoción de mi compañero y digo la mía, así sucesivamente hasta que alguno se equivoque.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales y gemelos). Retroalimentación, reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-03	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	Asistio
N37666451729	DUBRAZKA AGUILERA	Asistio
1014283866	NICOLAS STIVEN BERNAL	Asistio
1027536551	AMY SALOME CELIS	Asistio
1187465275	WENDY PAOLA DE LA ROSA	Asistio
1045753951	ANDRIUX LEONARDO DURAN	Asistio
1027295783	ANDREA MICHELLE GARZON	No asistio
1220220223	DANIA SOFIA GOMEZ	Asistio
1014282042	FABIAN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1141133394	SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	No asistio
1015469079	SAMUEL MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	No asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO RIVAS	No asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS SOLERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-05	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Diferencio las superficies del pie, para las posibles jugadas con el borde interno-externo-empeine-punta-talón en el fútbol de salón.

COGNITIVA :
Identifica las partes del pie, para recibir, controlar y patear un balón.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
juego futbol real, utilizando las diferentes superficies de contacto del pie.

TEMA :
Experimenta las superficies de contacto del pie por medio del juego.

SUBTEMAS :
Borde interno-externo, empeine, punta, talón

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, aros, platillos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: FUTBOL INDIVIDUAL Descripción: A lo largo de toda el área grande, colocaremos una portería para cada jugador de un tamaño reducido y formada por conos. El entrenador lanza la pelota al aire y comienza el juego. Cada jugador trata de conseguir gol en alguna de las porterías y a su vez defender la suya. Ganará quien consiga más goles. Reglas: No se permite quedarse delante de la portería evitando que te marquen gol, sin intentar conseguir anotar tantos.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Los futbolistas se tienen que poner por parejas. Cada uno de ellos elegirá un número: el uno o el dos. Cuando el entrenador dé la señal, el jugador que tenga el número que este haya dicho tiene que intentar atrapar a su compañero. Ambos futbolistas deben avanzar conduciendo la pelota. Los jugadores se dividen en dos equipos. Uno de los cuales poseerá el esférico mientras que el otro no. Cuando el entrenador haga una señal, el equipo que no tiene balón debe intentar recuperar todos los balones posibles en el tiempo indicado. El equipo ganador será aquel que recupere todas las pelotas. El juego de tocar y parar el esférico: se colocan los jugadores en dos equipos. Aquellos que se van a dedicar a parar no llevan pelota y los que van a escapar serán los que realicen la conducción de balón. Cuando el jugador sin balón alcance a su rival, se intercambian los roles. Conejos a la madriguera es otro juego utilizado para entrenar la conducción de balón, el cual consiste en colocar a los jugadores por parejas. Estos se deben situar en círculo, colocándose uno delante del otro. El jugador que posee el balón tiene que conducirlo alrededor del círculo que han formado sus compañeros a la señal del entrenador, y cuando este lo indique, debe pasar por debajo de las piernas de su pareja lo antes posible para ganar. El juego de la silla consiste en colocar conos formando un círculo sobre el terreno de juego, de manera que haya un cono menos que número de jugadores. Estos tienen que conducir el balón alrededor de la zona, y en el momento que el entrenador lo indique tendrán que ir hasta un cono. Pierde el futbolista que no consiga llegar a ninguno. En el juego de los paquetes con balón los jugadores llevan a cabo la conducción de este por el campo de fútbol. En el momento en el cual el entrenador diga un número, los futbolistas deben reunirse formando grupos del número que haya indicado el técnico. Los jugadores deben llevar la pelota durante todo el juego. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos. Hidratación.

TIEMPO
12' 14' 12' 10' 22'

RETO :
ACTIVIDADES
FÚTBOL TENIS Descripción: Formaremos equipos de 3 jugadores que se enfrentarán en un terreno de juego dividido por una red (u otro elemento que la sustituya). El juego puede realizarse tanto con la cabeza como con los pies, pero el balón sólo pede pasarse al campo contrario con la cabeza, si el balón da más de un toque en el campo contrario el equipo atacante recibe un punto. Los toques que cada equipo puede realizar sobre el balón los determinará cada entrenador en función de sus jugadores. Reglas: No está permitido pasar el balón a campo contrario con los pies, ni utilizar las manos, ni realizar más de dos toques seguidos un mismo jugador.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales y gemelos). Retroalimentación, reconocer mis propias emociones, entendiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-05	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	Asistio
N37666451729	DUBRAZKA AGUILERA	Asistio
1014283866	NICOLAS STIVEN BERNAL	Asistio
1027536551	AMY SALOME CELIS	Asistio
1187465275	WENDY PAOLA DE LA ROSA	Asistio
1045753951	ANDRIUX LEONARDO DURAN	Asistio
1027295783	ANDREA MICHELLE GARZON	Asistio
1220220223	DANIA SOFIA GOMEZ	Asistio
1014282042	FABIAN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1141133394	SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	Asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO RIVAS	No asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS SOLERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-10	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo desplazamientos variados con o sin implementos de forma ágil involucrando la resistencia aeróbica

COGNITIVA :
Reconozco las superficies de contacto del pie usándola con el balón

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Identifico a través del juego todas las superficies de contacto

TEMA :
Realiza movimientos con el elemento involucrando resistencia aeróbica.

SUBTEMAS :
relevos con y sin balón.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, aros, platillos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Dos a la vez (fútbol). Varios jugadores hacen ‘jueguito’ pasándose la pelota. Cuando uno la pasa debe decir un número (1, 2, 3, 4) y el receptor debe tocarla esa cantidad de veces, diciendo a la vez una palabra de esa cantidad de sílabas. Se practica la indispensable cualidad de pensar a la vez que se juega. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Relevos con conducción de balón. La mitad de los jugadores de cada equipo se colocan enfrente de los otros y a una distancia de uno 15-20 metros. A mitad de camino se colocan 2 conos. Se trata de conducir rápidamente desde uno de los lados hacia el otro. Una vez que el jugador en conducción pasa la línea marcada por los conos puede salir el siguiente jugador. Ganará el equipo cuyo último hombre cruce antes la línea de meta. Partido 6 porterías Dividir a la plantilla en 2 equipos. Cada equipo defiende-ataca 3 porterías pequeñas situadas a lo largo de la línea de fondo. El gol se conseguirá introduciendo el balón en cualquiera de las 3 porterías. Posesión porterías + 1 Formar 2 equipos Colocar aleatoriamente porterías pequeñas por todo el campo (1 portería + que jugadores hay por equipo) El objetivo es mantener la posesión y lograr el máximo nº de goles posible Se conseguirá gol realizando un pase a través de alguna de las porterías Cuando el equipo defensor roba el balón se intercambian las funciones (defensa- ataque). El Reloj Descripción: Distribuiremos los jugadores en dos equipos de igual número de jugadores. Un equipo lo situaremos en círculo a unos 2 metros de distancia entre jugador y jugador y el otro se colocará en fila a un lado del círculo. El equipo A (situado en círculo) deberá realizar el máximo número de pases consecutivos con el balón, mientras el otro equipo realiza una carrera de relevos alrededor del círculo con todos sus jugadores. Ganará el equipo que al terminar la carrera haya realizado el mayor número de pases. Reglas: Los pases no pueden saltarse a ningún miembro del equipo. Podemos realizar el pase con las manos (saque de banda) o con los pies. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos. Hidratación

TIEMPO
9' 9' 9' 13' 10' 20'

RETO :
ACTIVIDADES
TOCA LOS CONOS Descripción: Formaremos dos equipos que se enfrentan entre sí dentro de un espacio delimitado. El juego consiste en tocar, con el balón, el mayor número de conos posibles. Para conseguir este fin el equipo que está en posesión del balón debe realizar un seguido de pases intentando que el otro equipo no robe el balón y buscando una posición favorable para tocar los conos distribuidos por el espacio. Cuando un equipo consigue tocar un cono con el balón se le otorga un punto. Reglas: No está permitido salir del terreno de juego con el balón, ni mantenerlo más de cinco segundos si realizar ningún pase.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales y gemelos). Retroalimentación, reconozco mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-10	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	Asistio
N37666451729	DUBRAZKA AGUILERA	Asistio
1014283866	NICOLAS STIVEN BERNAL	Asistio
1027536551	AMY SALOME CELIS	Asistio
1187465275	WENDY PAOLA DE LA ROSA	Asistio
1045753951	ANDRIUX LEONARDO DURAN	Asistio
1027295783	ANDREA MICHELLE GARZON	Asistio
1220220223	DANIA SOFIA GOMEZ	Asistio
1014282042	FABIAN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1141133394	SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	No asistio
1015469079	SAMUEL MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	Asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO RIVAS	Asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	No asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS SOLERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-12	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	11
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro la velocidad de reacción en forma jugadas

COGNITIVA :
Identifica de forma activa las capacidades condicionales por medio de la velocidad

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Practico ejercicios de relevos a mi máximo de velocidad

TEMA :
Capacidades condicionales para la actividad física

SUBTEMAS :
Velocidad

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: La roca. Se la quedan 4-5 con un una pelota cada uno. El objetivo es convertir en piedra al resto de compañeros. La forma de hacerlo es dándole con la pelota y para ello tienen un tiempo limitado (3-4 minutos). Si en ese tiempo no lo consiguen, se forma un nuevo equipo. Los niños convertidos en piedra se ponen en el suelo dispuestos a ser saltados por otros compañeros, ya que esa es la forma de poder volver al juego. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Juego : blanco y negro , cara o seca , 1 y 2 Carrera de los números Carreras con cambios de direcciones En espacio limitado , tratar de tocar al compañero Carrera colocados a un metro de diferencia Colocados en una misma línea , salir corriendo cuando la pelota pasa por delante de cada uno (partida alta y en cuclillas) Sentados de espalda al profesor : cuando la pelota pica se dan vuelta y salen corriendo Idem decúbito dorsal y ventral Acostado decúbito ventral el profesor lanza la pelota , cuando recibe , salen corriendo futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
8' 12' 8' 6' 6' 30'

RETO :
ACTIVIDADES
Agruparnos (juego de aros). Juego de pilla pilla en gran grupo. Se la quedan 3-4. Tienen dos opciones para ser libres. La primera es pillar a alguien y cambiar de rol, la segunda, es meterse dentro de un aro cuando el maestro toque el silbato. Previamente, el maestro ha establecido una zona de aros, todos agrupados, en el que ponen cuatro aros menos que niños hay. Cuando se toque el silbato, los que entran en los aros, están libres, los que se quedan fuera, se la quedan.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación, reconozco mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-12	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	Asistio
N37666451729	DUBRAZKA AGUILERA	Asistio
1014283866	NICOLAS STIVEN BERNAL	Asistio
1027536551	AMY SALOME CELIS	Asistio
1187465275	WENDY PAOLA DE LA ROSA	Asistio
1045753951	ANDRIUX LEONARDO DURAN	Asistio
1027295783	ANDREA MICHELLE GARZON	Asistio
1220220223	DANIA SOFIA GOMEZ	Asistio
1014282042	FABIAN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1141133394	SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	No asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO RIVAS	Asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS SOLERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-17	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Practico cómo debo correr sin perder de vista el balón y sin perder el desplazamiento frontal.

COGNITIVA :
Aplico la estabilidad frente al choque o carga del rival.

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Participo de forma activa en Juegos Posicionales "experimentación".

TEMA :
Fundamentos básicos de defensa y el trabajo en equipo en el fútbol de salón.

SUBTEMAS :
Posición corporal, lateralidad defensiva, anticipación, presión individual.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: BLANCO Y NEGRO Descripción: Los jugadores se sitúan sobre dos líneas paralelas trazadas previamente, formando un pasillo, a unos dos o tres metros de distancia. Un equipo es el blanco y el otro el negro. El entrenador nombrará al azar ¡blanco! o ¡negro! Al oír el nombre de su equipo, los jugadores huyen hacia la línea de fondo mientras sus adversarios intentan atraparlos antes de que logren llegar a ella. Cada jugador tocado supone un punto para el equipo. Reglas: Se debe correr en línea recta y los jugadores atrapados adoptaran una posición de cuclillas sin poder moverse. Variantes: Podemos efectuar las salidas desde distintas posiciones Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Ejercicio 1 Objetivo: Simular la anticipación al balón sin oposición. Procedimiento: Los jugadores defensivos se colocaran a una distancia determinada que no deberá ser inferior a los 5 metros ni superior a 10 metros en relación a los balones que serán ubicados frente a ellos. Al sonido del silbato a la voz de mando del entrenador deberán tratar de llegar al balón en el menor tiempo posible. Variante: El mismo podrá ser realizado ejecutando despejes, pases o conducción y desde diferentes posiciones de salida. Lo que se mide es el momento del contacto con el balón. Ejercicio 2 Objetivo: Simular la anticipación al balón con oposición. Procedimiento: Los jugadores defensivos se colocaran por detrás de los jugadores ofensivos. Al sonido del silbato o la voz de mando del entrenador saldrán ambos jugadores como si fueran en busca de un balón al frente donde el jugador defensivo deberá adelantarse al desplazamiento de su rival. Ejercicio 4 Objetivo: Simular la anticipación al balón con oposición. Procedimiento: Los jugadores se colocaran frente a frente divididos por conos a una distancia aproximada de 5 a 10 metros. Al sonido del silbato o la voz de mando del entrenador saldrán ambos jugadores hacia el cono. El jugador defensivo deberá llegar primero que su rival al objetivo. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
10' 8' 10' 8' 34'

RETO :
ACTIVIDADES
Agruparnos (juego de aros). Juego de pilla pilla en gran grupo. Se la quedan 3-4. Tienen dos opciones para ser libres. La primera es pillar a alguien y cambiar de rol, la segunda, es meterse dentro de un aro cuando el maestro toque el silbato. Previamente, el maestro ha establecido una zona de aros, todos agrupados, en el que ponen cuatro aros menos que niños hay. Cuando se toque el silbato, los que entran en los aros, están libres, los que se quedan fuera, se la quedan.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación, la alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-17	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	Asistio
N37666451729	DUBRAZKA AGUILERA	No asistio
1014283866	NICOLAS STIVEN BERNAL	No asistio
1027536551	AMY SALOME CELIS	Asistio
1187465275	WENDY PAOLA DE LA ROSA	Asistio
1045753951	ANDRIUX LEONARDO DURAN	Asistio
1027295783	ANDREA MICHELLE GARZON	Asistio
1220220223	DANIA SOFIA GOMEZ	Asistio
1014282042	FABIAN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1141133394	SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	No asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	Asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO RIVAS	Asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS SOLERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-19	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	13
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo los pases según distancia, intención, sentido.

COGNITIVA :
Utilizo las diferentes superficies de contacto y su capacidad funcional del juego como amortiguar, desviar, controlar, pasar y rematar

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Paso el balon con borde interno y externo mediante juegos 2 Vs. 2 y juego real

TEMA :
Técnicas individuales y colectivas que permitan reconocer el cuerpo mediante el juego y trabajo en equipo

SUBTEMAS :
Superficies de contacto del pie : borde interno-externo planta-punta empeine.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Tres en raya deportivo Lo ideal es que los estudiantes se dividan en grupos de 3 o 4 personas como máximo y que se coloquen a un metro y medio unos de otros. Es necesario colocar en el suelo aros o círculos dibujados a modo de tablero para llevar a cabo la actividad y, además, cada equipo contará con tres conos del mismo color. Para completar el tres en raya los estudiantes, por orden y como en las carreras de relevo, deberán correr hasta el tablero y colocar rápidamente el cono. Ganará el grupo que complete antes el juego. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Juegos de velocidad en parejas, persecución sin balón. competencias de velocidad en grupo. Velocidad en zigzag. Reconocimiento y utilización de cada superficie de contacto (demostración de la formadora) pases entre parejas, tríos y equipos de cuatro. Parar con planta, levantar la cabeza mirar a donde direcciono en pase con borde interno el balón. Rebotar el balón al piso , patear y cogerlo con las manos. futbol tenis por parejas. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
8' 10' 6' 10' 8' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Futbolín humano: Para llevarlo a cabo se deberán organizar dos bandos diferentes: cada jugador tendrá su lugar marcado en el suelo y no podrá moverse de allí salvo para dar un paso a la izquierda o a la derecha. El objetivo es imitar al clásico futbolín e intentar marcar los máximos goles posibles pasándole la pelota a los compañeros de equipo sin desplazarse de su espacio. Si alguno pierde el balón, el árbitro le dará el turno al contrincante para que saque.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación. Análisis de lo realizado, la formadora destaca los valores inherentes a la competencia desde la posición del ganador (respeto por el perdedor) revertir el triunfo a partir del esfuerzo. Interpreto que nuestra imagen va siendo algo que forma parte de los que los demás van construyendo y la imagen del otro la construimos nosotros.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-19	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	Asistio
N37666451729	DUBRAZKA AGUILERA	Asistio
1014283866	NICOLAS STIVEN BERNAL	Asistio
1027536551	AMY SALOME CELIS	Asistio
1187465275	WENDY PAOLA DE LA ROSA	Asistio
1045753951	ANDRIUX LEONARDO DURAN	Asistio
1027295783	ANDREA MICHELLE GARZON	Asistio
1220220223	DANIA SOFIA GOMEZ	Asistio
1014282042	FABIAN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1141133394	SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	No asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO RIVAS	No asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS SOLERA	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-04	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Experimento y resuelvo situaciones sencillas de equilibrio estático, dinámico y mixto.

COGNITIVA :
Reconozco la diferenciación como la capacidad que tengo de analizar y diferenciar las características de cada movimiento.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Experimento diferentes formas de orientaciones para cumplir el objetivo propuesto, en situación de juego real.

TEMA :
Realiza ejercicios de coordinación general dinámica.

SUBTEMAS :
Autonomía, esquema corporal, habilidades percepción motriz, coordinación.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Movilidad articular. Juego pre deportivo. Mundo al revés Este mundo está loco, loco. Aquí es necesario que una persona mayor lleve el peso del juego. Hay que decir una serie de verbos y los chicos y chicas tienen que hacer justamente lo contrario. Tendrán que sentarse cuando se diga: "Levantarse", llorar cuando se diga "reír", etc. Les ayuda en su coordinación. Es muy divertido. Pueden irse eliminando aquellos que se equivoquen. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El jugador, con el balón controlado, deberá de pasar entre 10 conos, colocados en línea recta, a una misma distancia unos de otros. Cuando acabe, tendrá que regresar siguiendo con el zigzag entre conos y finalizar el ejercicio con un disparo a portería. Este es un ejercicio de coordinación y de técnica, lo importante es controlar el balón en todo momento y no darle a ningún cono. Cuando el jugador controle todo el ejercicio, deberá de aumentar la velocidad y cronometrar su tiempo. El jugador deberá de pasar una escalera colocada en la superficie del terreno con la máxima rapidez posible, coger el balón y esquivar a un rival, para terminar disparando a portería. Este ejercicio de coordinación, trata de poner a prueba la coordinación del futbolista con el balón una vez fatigado muscularmente, representando escenas reales que se dan en cualquier partido de fútbol. Dos jugadores se pondrán frente a frente y se deberán de pasar el balón al primer toque. Con cada pase irán avanzando lateralmente hasta llegar al final del campo y el que tenga la pelota, se irá a la esquina de un córner para colocarse a la cabeza del compañero y que este remate. 5 Vs. 5 al gol o 5 min. Hidratación

TIEMPO
18' 12' 8' 12' 8' 12'

RETO :
ACTIVIDADES
Fomentar la conversación sobre sentimientos y experiencias, creando un espacio seguro para expresarlos.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Los estiramientos se debe notar tensión muscular, nunca debe haber dolor. Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales, aductores, ingles y gemelos). Retroalimentación, Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-04	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	SIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	Asistio
2118222	ORESTE JOSE ELIECER RONDON	Asistio
1031184872	JORGE LUIS SILVA	Asistio
1052187280	MARLON JOSE AGUILAR	Asistio
1028944775	DANIEL EDUARDO MENDOZA	No asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	Asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	Asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	No asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	No asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	No asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	No asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	No asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS HERNANDEZ	Asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	No asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	No asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	No asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	Asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-06	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	11
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identifico la potencia anaeróbica en la realización de ejercicios físicos y juegos con el balon.

COGNITIVA :
Exploro contacto con el balón y realizo una serie de movimientos consiguiendo seguridad al contacto con el elemento

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Realizo actividades de juegos pre deportivos para familiarización con el elemento

TEMA :
Movimientos con el elemento involucrando uso de obstáculos

SUBTEMAS :
Conducción de balón.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado listas. Objetivos sesión de clase Movilidad articular (ascendente de tobillo, rodillas, cadera, tronco, hombros, cuello, codos, muñecas) juego pre deportivo: FUTBOL INDIVIDUAL Descripción: A lo largo de toda el área grande, colocaremos una portería para cada jugador de un tamaño reducido y formada por conos. El entrenador lanza la pelota al aire y comienza el juego. Cada jugador trata de conseguir gol en alguna de las porterías y a su vez defender la suya. Ganará quien consiga más goles. Reglas: No se permite quedarse delante de la portería evitando que te marquen gol, sin intentar conseguir anotar tantos. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Conducción de cono a cono Realizar la conducción de cono a cono y volver para entregar el balón al siguiente compañero. Formar varias filas para que estas no sean muy largas y así acortar el tiempo que los niños están parados. Conducción de cono a cono con finalización Igual que el anterior ejercicio, pero sin volver y finalizar con un disparo a puerta. Para evitar filas largas podemos dividir la portería en dos con portero o colocar una mini portería y hacer un disparo de precisión. Conducción en zig-zag con finalización Realizar el zig-zag y finalizar con un disparo a puerta. Para evitar filas largas podemos dividir la portería en dos con portero o colocar una mini portería y hacer un disparo de precisión. Relevos con conducción de balón La mitad de los jugadores de cada equipo se colocan enfrente de los otros y a una distancia de uno 15-20 metros A mitad de camino se colocan 2 conos Se trata de conducir rápidamente desde uno de los lados hacia el otro Una vez que el jugador en conducción pasa la línea marcada por los conos puede salir el siguiente jugador Ganará el equipo cuyo último hombre cruce antes la línea de meta. Los jugadores conducen libremente por el espacio delimitado (“más o menos el ares”) utilizando las superficies de contacto que hemos determinado y intentando no chocar con los compañeros. Los jugadores conducen libremente por el espacio delimitado (“más o menos el ares”) utilizando las superficies de contacto que hemos determinado y intentando no chocar con los compañeros. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
12' 8' 10' 6' 34'

RETO :
ACTIVIDADES
Contra 4 o 5 contra 5: Desarrollo: Formaremos un campo de juego adaptado a la edad de los jugadores y que bien podría corresponder con medio campo de un terreno de juego. Distribuiremos los jugadores en dos equipos que se enfrentan entre sí. Cuando el balón pasa la línea media del terreno de juego, todos los jugadores tienen que haber pasado también esa línea, para poder conseguir gol. Reglas: Las mismas que en un partido de fútbol convencional.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación, aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO

20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-06	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	Asistio
N37666518954	SIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	Asistio
2118222	ORESTE JOSE ELIECER RONDON	No asistio
1031184872	JORGE LUIS SILVA	Asistio
1052187280	MARLON JOSE AGUILAR	Asistio
1028944775	DANIEL EDUARDO MENDOZA	Asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	Asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	Asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	Asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	Asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	Asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS HERNANDEZ	Asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	No asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	Asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	No asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	Asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	No asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-11	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo ejercicios de auto carga para mejorar la fuerza en diferentes segmentos corporales

COGNITIVA :
Exploro saltos bipodales, unipodales, en cuclillas u obstáculos que mejora la agilidad.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Incremento la destreza sobre algunas partes del cuerpo de forma eficiente mediante los juegos.

TEMA :
Resistencia Aeróbica en la practica deportiva

SUBTEMAS :
Test de Cooper

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Tres en raya deportivo Lo ideal es que los estudiantes se dividan en grupos de 3 o 4 personas como máximo y que se coloquen a un metro y medio unos de otros. Es necesario colocar en el suelo aros o círculos dibujados a modo de tablero para llevar a cabo la actividad y, además, cada equipo contará con tres conos del mismo color. Para completar el tres en raya los estudiantes, por orden y como en las carreras de relevo, deberán correr hasta el tablero y colocar rápidamente el cono. Ganará el grupo que complete antes el juego. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Recorrido con trabajo de coordinación y motricidad. Plataformas, conos y postes rojos: pie derecho. Plataformas, conos y postes azules: pie izquierdo. Carrera continua a paso medio. La idea aquí es trabajar la capacidad de resistencia mientras se trabaja en la coordinación y la conducción de la pelota. Test cooper: es una prueba de resistencia (no un entrenamiento) que fue diseñada para recorrer la mayor distancia posible en un periodo de 12 minutos y a una velocidad constante, en una pista de 400 metros. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
8' 10' 12' 12' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Futbolín humano: Para llevarlo a cabo se deberán organizar dos bandos diferentes: cada jugador tendrá su lugar marcado en el suelo y no podrá moverse de allí salvo para dar un paso a la izquierda o a la derecha. El objetivo es imitar al clásico futbolín e intentar marcar los máximos goles posibles pasándole la pelota a los compañeros de equipo sin desplazarse de su espacio. Si alguno pierde el balón, el árbitro le dará el turno al contrincante para que saque.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Los estiramientos se debe notar tensión muscular, nunca debe haber dolor. Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales, aductores, ingles y gemelos). Retroalimentación, aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-11	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	SIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	Asistio
2118222	ORESTE JOSE ELIECER RONDON	Asistio
1031184872	JORGE LUIS SILVA	Asistio
1052187280	MARLON JOSE AGUILAR	Asistio
1028944775	DANIEL EDUARDO MENDOZA	Asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	Asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	Asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	Asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	Asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	No asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	No asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS HERNANDEZ	Asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	Asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	Asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	Asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	No asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	No asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-13	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	13
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo las pruebas físicas, para saber en que condición esta mi rendimiento motor.

COGNITIVA :
Reconozco la importancia de la actividad física, ya que los patrones de conducta cultivado en la niñez, prevalece en la adultez.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Reconozco la importancia de la resistencia aeróbica para el desarrollo del juego en la practica deportiva.

TEMA :
Test físicos para medir capacidades físicas

SUBTEMAS :
Flexibilidad, fuerza, resistencia.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Balón prisionero Un clásico en las clases de Educación Física que permite al alumnado hacer ejercicio y divertirse mientras guarda una separación mínima. Se trata de dividir a la clase en dos grupos, separados por una línea que indicará cuál es el territorio de cada equipo. Los jugadores deberán eliminar a los rivales tratando de darles en su cuerpo con un balón, para cubrirse de los golpes deberán moverse y evitar ser descartados. El ganador será el equipo que consiga eliminar a todos los del bando contrario. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Test de salto horizontal desde parado: Se utiliza para comprobar la fuerza explosiva de la musculatura extensora de las caderas, rodillas y tobillos. Para ello el alumno se sitúa de forma que las puntas de los pies estén detrás de la línea de batida y separadas a la anchura de la cadera con las rodillas flexionadas y los brazos hacia atrás. Desde esta posición (con los dos pies simétricos), realizara? un salto ayudándose con un lanzamiento de brazos hacia delante y cayendo sobre la planta de los pies con las rodillas flexionadas. El alumno/a puede levantar los talones del suelo para tomar impulso y debe realizar el salto con los dos pies a la vez. Se mide desde la línea de salida hasta la primera señal producida después del salto. Tronco Test de abdominales en 30 segundos Se utiliza para comprobar la fuerza-resistencia de la musculatura abdominal. Para ello el alumno/a se tumba sobre la espalda, con piernas flexionadas y las plantas de los pies apoyadas en el suelo y separadas a la anchura de la cadera. Manos detrás del cuello entrelazadas o por delante a la altura del pecho, mientras que otra persona sujeta los tobillos. A partir de esta posición, el alumno/a incorpora el tronco y retorna a la posición inicial tantas veces como pueda en 30 segundos. Test de flexión de tronco sentado. Se utiliza para comprobar la elasticidad de la musculatura isquiotibial y de la musculatura extensora de tronco. No se necesita más que un banco sueco y una regla adosada a el. El alumno/a se sitúa descalzo, sentado en el suelo con los pies apoyados en la pata del banco, con las piernas extendidas y pies juntos. Si la longitud de los pies es mayor que la altura del banco, se colocaran los talones en contacto con la pata del banco, abriendo las punteras y manteniendo éstas en contacto con los bordes laterales superiores del mismo. Desde esta posición, sin flexionar las rodillas, se realiza una flexión del tronco buscando alcanzar con las manos la mayor distancia posible y se mantendrá esa posición al menos 2 segundos. A continuación se anota en centímetros la mejor marca obtenida, la cual será negativa cuando no se alcanza el nivel del apoyo de los pies y positiva cuando lo sobrepasa. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
15' 15' 15' 25'

RETO :
ACTIVIDADES
Transportar el balón de línea final a línea final, por grupos, sin utilizar las manos. gana quien llegue primero.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-13	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	SIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	Asistio
2118222	ORESTE JOSE ELIECER RONDON	Asistio
1031184872	JORGE LUIS SILVA	Asistio
1052187280	MARLON JOSE AGUILAR	Asistio
1028944775	DANIEL EDUARDO MENDOZA	Asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	Asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	Asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	Asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	Asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	No asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS HERNANDEZ	Asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	No asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	Asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	Asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	No asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	Asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-18	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo conducción de balón controlado y en desplazamiento.

COGNITIVA :
identifico la capacidad aeróbica por medio de ejercicios de conducción con el balón

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Realizo juegos donde se involucre la conducción con balón, para fortalecer esta habilidad.

TEMA :
Movimientos de conducción de balón donde involucre la capacidad aeróbica.

SUBTEMAS :
Conducción de Balón

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: Carrera ligera durante 5 minutos. Desplazamientos laterales. Salto hacia atrás. Salto lateral. Patadas altas. Toques interiores. Rodillas arriba. Talones atrás. Lanzamientos hacia adelante. Estiramiento de rodilla a pecho. Toques en los dedos de los pies. Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Relevos con conducción de balón La mitad de los jugadores de cada equipo se colocan enfrente de los otros y a una distancia de uno 15-20 metros. A mitad de camino se colocan 2 conos. Se trata de conducir rápidamente desde uno de los lados hacia el otro. Una vez que el jugador en conducción pasa la línea marcada por los conos puede salir el siguiente. Zig-Zag hasta el pivote Los jugadores de pie. A la señal del entrenador el último jugador de cada equipo realiza un slalom entre sus compañeros colocándose el primero de la fila. Ganará el equipo que antes llegue al pivote. Resistencia a la velocidad; físico-técnica. Los jugadores encadenan diferentes acciones técnicas con trabajos físicos para la mejora de la velocidad 1) Conducción de balón en slalom 2) Devolución, skipping doble apoyo entre picas y pase 3) Salto de vallas con rodillas pecho y devolución de balón intermedia + sprint y centro al área 4) Rodeo y salto de valla y remate. Pases en formación M2 Los jugadores colocados en las postas encadenan una sucesión de controles orientados, pases y una conducción final x1 realiza un pase y devolución con x2 x1 pase a x3 quien controla orientado y pasa a x4 x4 realiza una conducción de balón hasta la posición de inicio El ejercicio se realiza con 2 balones al mismo tiempo(balones que no se paran en ningún momento). Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
12' 12' 12' 12' 22'

RETO :
ACTIVIDADES
Colocamos a los jugadores en dos equipos uno con balón y el otro sin el. a la señal del entrenador el equipo sin balón intenta recuperar todos los balones posibles, en el menor tiempo posible. Gana el equipo que termine antes en recuperar todos los balones.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación la alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-18	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 14	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	SIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	Asistio
2118222	ORESTE JOSE ELIECER RONDON	Asistio
1031184872	JORGE LUIS SILVA	Asistio
1052187280	MARLON JOSE AGUILAR	Asistio
1028944775	DANIEL EDUARDO MENDOZA	Asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	Asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	No asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	Asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	No asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	Asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS HERNANDEZ	No asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	Asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	Asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	No asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	No asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-20	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo movimiento con su propio peso afianzando su movilidad.

COGNITIVA :
Reconozco la importancia de la coordinación general en el desarrollo del juego y desarrollo del tema condicional.

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo con actividades propias del centro de interés

TEMA :
Combina las capacidades condicionales y coordinativas requeridas para el desarrollo de la clase.

SUBTEMAS :
Correr, técnica de carrera, velocidad constante.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: Carrera de canguros Organización: en equipos de 4, formando una fila. Desarrollo: el primero de cada grupo tendrá que ir saltando con los pies juntos hasta un cono y volver. Después saldrá el siguiente y así sucesivamente hasta el último. Variantes: A la pata coja: 1º) derecha; 2º) izquierda. Con una pelota. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Nombre: Tirando de la cuerda. Objetivo: Mejorar la fuerza. Medios: una cuerda gruesa y larga. Organización: Participan de 6 a 12 jugadores. Se anudan los dos extremos de la cuerda y se dispone formando un gran círculo. Desarrollo: Cada jugador se sitúa en un punto del círculo y coloca detrás, a unos tres metros de distancia, un palo o piedra. A la señal todos tiran fuertemente de la cuerda con el objetivo de tocar alguna de las piedras. Regla: Gana la persona de cada partida que consiga tocarla primero. Nombre: Ida y vuelta. Objetivos: Mejorar la rapidez de traslación y la agilidad. Medios: Pelotas grandes u objetos similares. Organización: Se forman equipos en hileras detrás de una línea de partida. A una distancia determinada por el profesor y frente a cada hilera se dibuja un círculo y dentro de este se colocan dos pelotas. Desarrollo: A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregársela al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad. Regla: Las pelotas deben ser entregadas (no tiradas) al niño que comienza el recorrido. Nombre: Toma la punta. Objetivo: Mejorar la resistencia. Medios: Banderitas. Organización: Se forman dos equipos en hileras, situadas cada una, en un extremo del terreno y detrás de una señal. Desarrollo: A la orden de comenzar el juego, los integrantes de cada equipo salen corriendo en forma de trote, en sentidos contrarios, alrededor del terreno. A una señal del profesor el último alumno de cada hilera, aumenta el ritmo del paso y toma la punta de su equipo y así sucesivamente hasta que el primer niño o capitán vuelva a ocupar su lugar. El profesor dará el tiempo de duración del trote, así como la frecuencia de salida para tomar la punta, en correspondencia con los objetivos propuestos. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
10' 15' 12' 33'

RETO :
ACTIVIDADES
Nombre: El abanico. Objetivo: Desarrollar la resistencia. Medios: Cintas o pañuelos de colores. Organización: Se ubican 4 hileras formadas detrás de una línea de partida. Los participantes llevan una cinta atada a su muñeca, cada hilera lleva el atuendo de diferentes colores. Desarrollo: A la voz de mando del profesor comienza la carrera alrededor del terreno. El niño que quede rezagado al concluir la primera vuelta su equipo abandonará el juego y así sucesivamente hasta quedar un equipo ganador. Regla: Se debe correr por las afueras del terreno y nunca atravesar el centro del mismo.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación Todos y todas somos iguales. Las diferencias nos hacen únicos.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-20	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	SIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	Asistio
2118222	ORESTE JOSE ELIECER RONDON	Asistio
1031184872	JORGE LUIS SILVA	Asistio
1052187280	MARLON JOSE AGUILAR	Asistio
1028944775	DANIEL EDUARDO MENDOZA	Asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	No asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	Asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	Asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	Asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	Asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	No asistio
1019607671	NICOLAS HERNANDEZ	Asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	Asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	No asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	No asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	No asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	Asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-04	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Experimento y resuelvo situaciones sencillas de equilibrio estático, dinámico y mixto.

COGNITIVA :
Reconozco la diferenciación como la capacidad que tengo de analizar y diferenciar las características de cada movimiento.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Experimento diferentes formas de orientaciones para cumplir el objetivo propuesto, en situación de juego real.

TEMA :
Realiza ejercicios de coordinación general dinámica.

SUBTEMAS :
Autonomía, esquema corporal, habilidades percepción motriz, coordinación.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Movilidad articular. Juego pre deportivo. Mundo al revés Este mundo está loco, loco. Aquí es necesario que una persona mayor lleve el peso del juego. Hay que decir una serie de verbos y los chicos y chicas tienen que hacer justamente lo contrario. Tendrán que sentarse cuando se diga: "Levantarse", llorar cuando se diga "reír", etc. Les ayuda en su coordinación. Es muy divertido. Pueden irse eliminando aquellos que se equivoquen. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El jugador, con el balón controlado, deberá de pasar entre 10 conos, colocados en línea recta, a una misma distancia unos de otros. Cuando acabe, tendrá que regresar siguiendo con el zigzag entre conos y finalizar el ejercicio con un disparo a portería. Este es un ejercicio de coordinación y de técnica, lo importante es controlar el balón en todo momento y no darle a ningún cono. Cuando el jugador controle todo el ejercicio, deberá de aumentar la velocidad y cronometrar su tiempo. El jugador deberá de pasar una escalera colocada en la superficie del terreno con la máxima rapidez posible, coger el balón y esquivar a un rival, para terminar disparando a portería. Este ejercicio de coordinación, trata de poner a prueba la coordinación del futbolista con el balón una vez fatigado muscularmente, representando escenas reales que se dan en cualquier partido de fútbol. Dos jugadores se pondrán frente a frente y se deberán de pasar el balón al primer toque. Con cada pase irán avanzando lateralmente hasta llegar al final del campo y el que tenga la pelota, se irá a la esquina de un córner para colocarse a la cabeza del compañero y que este remate. 5 Vs. 5 al gol o 5 min. Hidratación

TIEMPO
18' 12' 8' 12' 8' 12'

RETO :
ACTIVIDADES
Fomentar la conversación sobre sentimientos y experiencias, creando un espacio seguro para expresarlos.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Los estiramientos se debe notar tensión muscular, nunca debe haber dolor. Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales, aductores, ingles y gemelos). Retroalimentación, Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-04	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014253658	SANTIAGO ANDRES BERRIO	Asistio
1141128408	ANDRES JACOB CANDELO	Asistio
1029291597	DAVID SANTIAGO CHAVARRO	Asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	Asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS GOMEZ	Asistio
1104834396	DAMIAN DAVID LONGO	Asistio
1014310438	JEINER DAVID MARQUEZ	Asistio
1150187398	MATIAS MARTINEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
N37666923062	JEHOVANNY AMIIR PARRA	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO URBINA	Asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	No asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	Asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	Asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	Asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	Asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	No asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-06	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	11
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identifico la potencia anaeróbica en la realización de ejercicios físicos y juegos con el balón.

COGNITIVA :
Exploro contacto con el balón y realizo una serie de movimientos consiguiendo seguridad al contacto con el elemento

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Realizo actividades de juegos pre deportivos para familiarización con el elemento

TEMA :
Movimientos con el elemento involucrando uso de obstáculos

SUBTEMAS :
Conducción de balón.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado listas. Objetivos sesión de clase Movilidad articular (ascendente de tobillo, rodillas, cadera, tronco, hombros, cuello, codos, muñecas) juego pre deportivo: FUTBOL INDIVIDUAL Descripción: A lo largo de toda el área grande, colocaremos una portería para cada jugador de un tamaño reducido y formada por conos. El entrenador lanza la pelota al aire y comienza el juego. Cada jugador trata de conseguir gol en alguna de las porterías y a su vez defender la suya. Ganará quien consiga más goles. Reglas: No se permite quedarse delante de la portería evitando que te marquen gol, sin intentar conseguir anotar tantos. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Conducción de cono a cono Realizar la conducción de cono a cono y volver para entregar el balón al siguiente compañero. Formar varias filas para que estas no sean muy largas y así acortar el tiempo que los niños están parados. Conducción de cono a cono con finalización Igual que el anterior ejercicio, pero sin volver y finalizar con un disparo a puerta. Para evitar filas largas podemos dividir la portería en dos con portero o colocar una mini portería y hacer un disparo de precisión. Conducción en zig-zag con finalización Realizar el zig-zag y finalizar con un disparo a puerta. Para evitar filas largas podemos dividir la portería en dos con portero o colocar una mini portería y hacer un disparo de precisión. Relevos con conducción de balón La mitad de los jugadores de cada equipo se colocan enfrente de los otros y a una distancia de uno 15-20 metros A mitad de camino se colocan 2 conos Se trata de conducir rápidamente desde uno de los lados hacia el otro Una vez que el jugador en conducción pasa la línea marcada por los conos puede salir el siguiente jugador Ganará el equipo cuyo último hombre cruce antes la línea de meta. Los jugadores conducen libremente por el espacio delimitado (“más o menos el ares”) utilizando las superficies de contacto que hemos determinado y intentando no chocar con los compañeros. Los jugadores conducen libremente por el espacio delimitado (“más o menos el ares”) utilizando las superficies de contacto que hemos determinado y intentando no chocar con los compañeros. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
12' 8' 10' 6' 34'

RETO :
ACTIVIDADES
Contra 4 o 5 contra 5: Desarrollo: Formaremos un campo de juego adaptado a la edad de los jugadores y que bien podría corresponder con medio campo de un terreno de juego. Distribuiremos los jugadores en dos equipos que se enfrentan entre sí. Cuando el balón pasa la línea media del terreno de juego, todos los jugadores tienen que haber pasado también esa línea, para poder conseguir gol. Reglas: Las mismas que en un partido de fútbol convencional.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación, aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO

20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-06	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014253658	SANTIAGO ANDRES BERRIO	Asistio
1141128408	ANDRES JACOB CANDELO	Asistio
1029291597	DAVID SANTIAGO CHAVARRO	Asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	Asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS GOMEZ	Asistio
1014310438	JEINER DAVID MARQUEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO URBINA	Asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	No asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	Asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	Asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	Asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	Asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	Asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	Asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-11	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo ejercicios de auto carga para mejorar la fuerza en diferentes segmentos corporales

COGNITIVA :
Exploro saltos bipodales, unipodales, en cuclillas u obstáculos que mejora la agilidad.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Incremento la destreza sobre algunas partes del cuerpo de forma eficiente mediante los juegos.

TEMA :
Resistencia Aeróbica en la practica deportiva

SUBTEMAS :
Test de Cooper

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Tres en raya deportivo Lo ideal es que los estudiantes se dividan en grupos de 3 o 4 personas como máximo y que se coloquen a un metro y medio unos de otros. Es necesario colocar en el suelo aros o círculos dibujados a modo de tablero para llevar a cabo la actividad y, además, cada equipo contará con tres conos del mismo color. Para completar el tres en raya los estudiantes, por orden y como en las carreras de relevo, deberán correr hasta el tablero y colocar rápidamente el cono. Ganará el grupo que complete antes el juego. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Recorrido con trabajo de coordinación y motricidad. Plataformas, conos y postes rojos: pie derecho. Plataformas, conos y postes azules: pie izquierdo. Carrera continua a paso medio. La idea aquí es trabajar la capacidad de resistencia mientras se trabaja en la coordinación y la conducción de la pelota. Test cooper: es una prueba de resistencia (no un entrenamiento) que fue diseñada para recorrer la mayor distancia posible en un periodo de 12 minutos y a una velocidad constante, en una pista de 400 metros. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
8' 10' 12' 12' 28'

RETO :
ACTIVIDADES
Futbolín humano: Para llevarlo a cabo se deberán organizar dos bandos diferentes: cada jugador tendrá su lugar marcado en el suelo y no podrá moverse de allí salvo para dar un paso a la izquierda o a la derecha. El objetivo es imitar al clásico futbolín e intentar marcar los máximos goles posibles pasándole la pelota a los compañeros de equipo sin desplazarse de su espacio. Si alguno pierde el balón, el árbitro le dará el turno al contrincante para que saque.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Los estiramientos se debe notar tensión muscular, nunca debe haber dolor. Estirar los músculos principalmente implicados (Cuádriceps, isquitiobiales, aductores, ingles y gemelos). Retroalimentación, aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-11	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014253658	SANTIAGO ANDRES BERRIO	No asistio
1141128408	ANDRES JACOB CANDELO	Asistio
1029291597	DAVID SANTIAGO CHAVARRO	Asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	Asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS GOMEZ	Asistio
1014310438	JEINER DAVID MARQUEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO URBINA	Asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	No asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	Asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	Asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	Asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	Asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	Asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	Asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-13	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	13
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo las pruebas físicas, para saber en que condición esta mi rendimiento motor.

COGNITIVA :
Reconozco la importancia de la actividad física, ya que los patrones de conducta cultivado en la niñez, prevalece en la adultez.

PSICOSOCIAL :
Aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

LUDICA :
Reconozco la importancia de la resistencia aeróbica para el desarrollo del juego en la practica deportiva.

TEMA :
Test físicos para medir capacidades físicas

SUBTEMAS :
Flexibilidad, fuerza, resistencia.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego predeportivo: Balón prisionero Un clásico en las clases de Educación Física que permite al alumnado hacer ejercicio y divertirse mientras guarda una separación mínima. Se trata de dividir a la clase en dos grupos, separados por una línea que indicará cuál es el territorio de cada equipo. Los jugadores deberán eliminar a los rivales tratando de darles en su cuerpo con un balón, para cubrirse de los golpes deberán moverse y evitar ser descartados. El ganador será el equipo que consiga eliminar a todos los del bando contrario. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Test de salto horizontal desde parado: Se utiliza para comprobar la fuerza explosiva de la musculatura extensora de las caderas, rodillas y tobillos. Para ello el alumno se sitúa de forma que las puntas de los pies estén detrás de la línea de batida y separadas a la anchura de la cadera con las rodillas flexionadas y los brazos hacia atrás. Desde esta posición (con los dos pies simétricos), realizara? un salto ayudándose con un lanzamiento de brazos hacia delante y cayendo sobre la planta de los pies con las rodillas flexionadas. El alumno/a puede levantar los talones del suelo para tomar impulso y debe realizar el salto con los dos pies a la vez. Se mide desde la línea de salida hasta la primera señal producida después del salto. Tronco Test de abdominales en 30 segundos Se utiliza para comprobar la fuerza-resistencia de la musculatura abdominal. Para ello el alumno/a se tumba sobre la espalda, con piernas flexionadas y las plantas de los pies apoyadas en el suelo y separadas a la anchura de la cadera. Manos detrás del cuello entrelazadas o por delante a la altura del pecho, mientras que otra persona sujeta los tobillos. A partir de esta posición, el alumno/a incorpora el tronco y retorna a la posición inicial tantas veces como pueda en 30 segundos. Test de flexión de tronco sentado. Se utiliza para comprobar la elasticidad de la musculatura isquiotibial y de la musculatura extensora de tronco. No se necesita más que un banco sueco y una regla adosada a el. El alumno/a se sitúa descalzo, sentado en el suelo con los pies apoyados en la pata del banco, con las piernas extendidas y pies juntos. Si la longitud de los pies es mayor que la altura del banco, se colocaran los talones en contacto con la pata del banco, abriendo las punteras y manteniendo éstas en contacto con los bordes laterales superiores del mismo. Desde esta posición, sin flexionar las rodillas, se realiza una flexión del tronco buscando alcanzar con las manos la mayor distancia posible y se mantendrá esa posición al menos 2 segundos. A continuación se anota en centímetros la mejor marca obtenida, la cual será negativa cuando no se alcanza el nivel del apoyo de los pies y positiva cuando lo sobrepasa. futbol 5 Vs 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
15' 15' 15' 25'

RETO :
ACTIVIDADES
Transportar el balón de línea final a línea final, por grupos, sin utilizar las manos. gana quien llegue primero.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación aprendo a reconocer mis propias emociones, entiendo sus causas y sus consecuencias.

TIEMPO
20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-13	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014253658	SANTIAGO ANDRES BERRIO	Asistio
1141128408	ANDRES JACOB CANDELO	Asistio
1029291597	DAVID SANTIAGO CHAVARRO	Asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	No asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	No asistio
1014260864	MATIAS GOMEZ	Asistio
1014310438	JEINER DAVID MARQUEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO URBINA	Asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	No asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	Asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	No asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	Asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	Asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	Asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	Asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-18	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo conducción de balón controlado y en desplazamiento.

COGNITIVA :
identifico la capacidad aeróbica por medio de ejercicios de conducción con el balón

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Realizo juegos donde se involucre la conducción con balón, para fortalecer esta habilidad.

TEMA :
Movimientos de conducción de balón donde involucre la capacidad aeróbica.

SUBTEMAS :
Conducción de Balón

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: Carrera ligera durante 5 minutos. Desplazamientos laterales. Salto hacia atrás. Salto lateral. Patadas altas. Toques interiores. Rodillas arriba. Talones atrás. Lanzamientos hacia adelante. Estiramiento de rodilla a pecho. Toques en los dedos de los pies. Hidratación.

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Relevos con conducción de balón La mitad de los jugadores de cada equipo se colocan enfrente de los otros y a una distancia de uno 15-20 metros. A mitad de camino se colocan 2 conos. Se trata de conducir rápidamente desde uno de los lados hacia el otro. Una vez que el jugador en conducción pasa la línea marcada por los conos puede salir el siguiente. Zig-Zag hasta el pivote Los jugadores de pie. A la señal del entrenador el último jugador de cada equipo realiza un slalom entre sus compañeros colocándose el primero de la fila. Ganará el equipo que antes llegue al pivote. Resistencia a la velocidad; físico-técnica. Los jugadores encadenan diferentes acciones técnicas con trabajos físicos para la mejora de la velocidad 1) Conducción de balón en slalom 2) Devolución, skipping doble apoyo entre picas y pase 3) Salto de vallas con rodillas pecho y devolución de balón intermedia + sprint y centro al área 4) Rodeo y salto de valla y remate. Pases en formación M2 Los jugadores colocados en las postas encadenan una sucesión de controles orientados, pases y una conducción final x1 realiza un pase y devolución con x2 x1 pase a x3 quien controla orientado y pasa a x4 x4 realiza una conducción de balón hasta la posición de inicio El ejercicio se realiza con 2 balones al mismo tiempo(balones que no se paran en ningún momento). Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
12' 12' 12' 12' 22'

RETO :
ACTIVIDADES
Colocamos a los jugadores en dos equipos uno con balón y el otro sin el. a la señal del entrenador el equipo sin balón intenta recuperar todos los balones posibles, en el menor tiempo posible. Gana el equipo que termine antes en recuperar todos los balones.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación la alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-18	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 14	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014253658	SANTIAGO ANDRES BERRIO	Asistio
1141128408	ANDRES JACOB CANDELO	Asistio
1029291597	DAVID SANTIAGO CHAVARRO	Asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	Asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS GOMEZ	Asistio
1014310438	JEINER DAVID MARQUEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO URBINA	Asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	Asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	Asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	Asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	Asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	Asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	Asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	Asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO NARIÑO (IED) (ANTONIO NARIÑO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Yeimy Marcela Calderon Garzon**
3. FECHA:	2025-06-20	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo movimiento con su propio peso afianzando su movilidad.

COGNITIVA :
Reconozco la importancia de la coordinación general en el desarrollo del juego y desarrollo del tema condicional.

PSICOSOCIAL :
La alegría facilita las interacciones sociales, fomentando la empatía y la conexión con los demás.

LUDICA :
Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo con actividades propias del centro de interés

TEMA :
Combina las capacidades condicionales y coordinativas requeridas para el desarrollo de la clase.

SUBTEMAS :
Correr, técnica de carrera, velocidad constante.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, petos, tapas, pelotas, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (Movimientos de cabeza arriba y abajo flexionando y extendiendo el cuello, levantar los hombros y llevarlos hacia atrás y hacia adelante. Flexionar y estirar los codos. movimientos rotatorios del torso con las manos en la cintura hacia un lado y hacia otro. Ejercicios de piernas elevando y llevando hacia adelante y hacia atrás, primero una y luego la otra. Ejercicios de rotación circular de los tobillos). Juego pre deportivo: Carrera de canguros Organización: en equipos de 4, formando una fila. Desarrollo: el primero de cada grupo tendrá que ir saltando con los pies juntos hasta un cono y volver. Después saldrá el siguiente y así sucesivamente hasta el último. Variantes: A la pata coja: 1º) derecha; 2º) izquierda. Con una pelota. Hidratación

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Nombre: Tirando de la cuerda. Objetivo: Mejorar la fuerza. Medios: una cuerda gruesa y larga. Organización: Participan de 6 a 12 jugadores. Se anudan los dos extremos de la cuerda y se dispone formando un gran círculo. Desarrollo: Cada jugador se sitúa en un punto del círculo y coloca detrás, a unos tres metros de distancia, un palo o piedra. A la señal todos tiran fuertemente de la cuerda con el objetivo de tocar alguna de las piedras. Regla: Gana la persona de cada partida que consiga tocarla primero. Nombre: Ida y vuelta. Objetivos: Mejorar la rapidez de traslación y la agilidad. Medios: Pelotas grandes u objetos similares. Organización: Se forman equipos en hileras detrás de una línea de partida. A una distancia determinada por el profesor y frente a cada hilera se dibuja un círculo y dentro de este se colocan dos pelotas. Desarrollo: A una señal del profesor el primer niño de cada hilera sale corriendo hacia el círculo, recoge las dos pelotas, regresa corriendo a entregársela al siguiente niño y se incorpora al final de su hilera. El niño que recibe las pelotas corre y las deja dentro del círculo regresando a tocar al próximo compañero. Gana el equipo que primero termine y realice correctamente la actividad. Regla: Las pelotas deben ser entregadas (no tiradas) al niño que comienza el recorrido. Nombre: Toma la punta. Objetivo: Mejorar la resistencia. Medios: Banderitas. Organización: Se forman dos equipos en hileras, situadas cada una, en un extremo del terreno y detrás de una señal. Desarrollo: A la orden de comenzar el juego, los integrantes de cada equipo salen corriendo en forma de trote, en sentidos contrarios, alrededor del terreno. A una señal del profesor el último alumno de cada hilera, aumenta el ritmo del paso y toma la punta de su equipo y así sucesivamente hasta que el primer niño o capitán vuelva a ocupar su lugar. El profesor dará el tiempo de duración del trote, así como la frecuencia de salida para tomar la punta, en correspondencia con los objetivos propuestos. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
10' 15' 12' 33'

RETO :
ACTIVIDADES
Nombre: El abanico. Objetivo: Desarrollar la resistencia. Medios: Cintas o pañuelos de colores. Organización: Se ubican 4 hileras formadas detrás de una línea de partida. Los participantes llevan una cinta atada a su muñeca, cada hilera lleva el atuendo de diferentes colores. Desarrollo: A la voz de mando del profesor comienza la carrera alrededor del terreno. El niño que quede rezagado al concluir la primera vuelta su equipo abandonará el juego y así sucesivamente hasta quedar un equipo ganador. Regla: Se debe correr por las afueras del terreno y nunca atravesar el centro del mismo.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento todos los grupos musculares trabajados. Retroalimentación Todos y todas somos iguales. Las diferencias nos hacen únicos.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-06-20	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014253658	SANTIAGO ANDRES BERRIO	Asistio
1141128408	ANDRES JACOB CANDELO	Asistio
1029291597	DAVID SANTIAGO CHAVARRO	Asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	Asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS GOMEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO URBINA	No asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	No asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	No asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	No asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	Asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	Asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	Asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	Asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	Asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	Asistio