OBLIGACION 1

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:	2025-08-01	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo posicional en ataque y defensa (con y sin oposición)- (con y sin finalización).

COGNITIVA :
Interpreto posicional en ataque y defensa (con y sin oposición)- (con y sin finalización).

PSICOSOCIAL :
Percibo los sentimientos propios y los de los demás.

LUDICA :
Ejecuto transiciones en ataque y defensa en: inferioridad y superioridad numérica.

TEMA :
Ejecuta ejercicios técnicos y tácticos de manera colectiva

SUBTEMAS :
Desarrollo el respeto hacia mis compañeros en la realización del trabajo colectivo y la práctica de los fundamentos técnicos - tácticos.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1'). Objetivos sesión de clase(1'). Movilidad Articular (8')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 (9'): La cadena Este juego cooperativo consiste en que dos niños se cojan de la mano y creen la primera cadena. Así, tendrán que ir tocando a otros para unirlos al grupo. Los demás pequeños intentará huir, pero si uno es alcanzado deberá unirse a la cadena y así hasta finalizar con el último jugador que quede. Al finalizar el juego, iniciarán una nueva ronda los dos jugadores que fueron tocados en la primera fase. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Despeje y defensa 1x1 Se divide a la plantilla en 3 posiciones de campo, un defensor, un jugador de banda y un jugador en zona central. El jugador de banda realiza un centro hacia la zona del área. El defensor debe despejar en dirección al jugador central y defender en acción individual a dicho jugador. 6 porterías pequeñas Partido entre 2 equipos. Cada equipo defiende y ataca 3 porterías. 1 vs 1, 2 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 4, 5 vs 5. futbol al gol o 5 minutos.

TIEMPO
75'

RETO :
ACTIVIDADES
Dime como: Pedirles a los estudiantes que expliquen como harían algo, fomentando la reflexión y la capacidad de verbalizar procesos mentales.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
ACTIVIDADES: Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. reforzar el como Percibo los sentimientos propios y los de los demás. (9’)

TIEMPO
15'

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:	2025-08-01	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	
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	Asistio
1014260864	MATIAS nan GOMEZ	No asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO nan 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:	2025-08-01	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo posicional en ataque y defensa (con y sin oposición)- (con y sin finalización).

COGNITIVA :
Interpreto posicional en ataque y defensa (con y sin oposición)- (con y sin finalización).

PSICOSOCIAL :
Percibo los sentimientos propios y los de los demás.

LUDICA :
Ejecuto transiciones en ataque y defensa en: inferioridad y superioridad numérica.

TEMA :
Ejecuta ejercicios técnicos y tácticos de manera colectiva

SUBTEMAS :
Desarrollo el respeto hacia mis compañeros en la realización del trabajo colectivo y la práctica de los fundamentos técnicos - tácticos.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, aros.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1'). Objetivos sesión de clase(1'). Movilidad Articular (8')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 (9'): La cadena Este juego cooperativo consiste en que dos niños se cojan de la mano y creen la primera cadena. Así, tendrán que ir tocando a otros para unirlos al grupo. Los demás pequeños intentará huir, pero si uno es alcanzado deberá unirse a la cadena y así hasta finalizar con el último jugador que quede. Al finalizar el juego, iniciarán una nueva ronda los dos jugadores que fueron tocados en la primera fase. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Despeje y defensa 1x1 Se divide a la plantilla en 3 posiciones de campo, un defensor, un jugador de banda y un jugador en zona central. El jugador de banda realiza un centro hacia la zona del área. El defensor debe despejar en dirección al jugador central y defender en acción individual a dicho jugador. 6 porterías pequeñas Partido entre 2 equipos. Cada equipo defiende y ataca 3 porterías. 1 vs 1, 2 vs 2, 3 vs 3, 4 vs 4, 5 vs 5. futbol al gol o 5 minutos.

TIEMPO
75'

RETO :
ACTIVIDADES
Dime como: Pedirles a los estudiantes que expliquen como harían algo, fomentando la reflexión y la capacidad de verbalizar procesos mentales.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
ACTIVIDADES: Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. reforzar el como Percibo los sentimientos propios y los de los demás. (9’)

TIEMPO
15'

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:	2025-08-01	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	Asistio
N37666518954	STIVEN 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	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	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 nan HERNANDEZ	Asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	Asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	No asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	Asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	Asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	No asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	Asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	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:	2025-08-05	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Implemento ejercicios que requieren pases precisos, combinaciones de movimientos y estrategias colectivas.

COGNITIVA :
Enfatizo la importancia del trabajo en equipo y la práctica de fundamentos técnicos-tácticos.

PSICOSOCIAL :
Interpreto la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo.

LUDICA :
Utilizo juegos y ejercicios que promueven la diversión y el disfrute del fútbol.

TEMA :
El respeto hacia sus compañeros en la realización del trabajo colectivo y la práctica de los fundamentos técnicos - tácticos.

SUBTEMAS :
Valores, actitudes, palabras, comunicación.

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

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (9').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 (10'): 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. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Mete y corre Pases entre 2 jugadores El balón entre los conos del centro Control más pase Cambio de lado cada 2 series. 4 jugadores jugando a 1 toque Cuatro jugadores se colocan en forma de cuadro Realizan acciones de pase vertical y diagonal Tras dar el pase retroceden hasta la señal y posteriormente avanzan hasta la otras señal buscando el balón para el golpeo Tras realizar una vuelta completa los jugadores intercambian las posiciones con su jugador más cercano. Torpedos: Dos líneas formadas por 5 jugadores cada una se sitúan a 10 metros una de la otra. Una de las filas tendrá en su poder todos los balones. El jugador que conduce el balón deberá de hacerlo entre las 2 líneas procurando que no le desvíen el balón que él mismo conduce. Paredes y tiro Paredes entre los jugadores que finaliza con un pase en profundidad. Tras un control pasará al área para que remate a portería el jugador que ha realizado el desmarque. Slalom y tiro Un primer jugador en zigzag y en velocidad sorteará los conos. Una vez realizado se le pasará un balón desde la línea de fondo para que remate a portería. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Reto con Respeto, vamos hacer dos círculos de personas uno dentro del otro, de tal manera que quedemos frente a un compañero u compañera, cada uno resaltara la diferencia de su compañero, ya sea física, emocional, mental, actitudinal etc, "La diferencia que me gustaría tener"

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. Interpretar la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo. (10').

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-05	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	No asistio
N37666451729	DUBRAZKA nan 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	No asistio
1141133394	SANTIAGO nan GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL nan MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	Asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	No asistio
1146136370	SANTIAGO nan RIVAS	No asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS nan 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:	2025-08-05	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Implemento ejercicios que requieren pases precisos, combinaciones de movimientos y estrategias colectivas.

COGNITIVA :
Enfatizo la importancia del trabajo en equipo y la práctica de fundamentos técnicos-tácticos.

PSICOSOCIAL :
Interpreto la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo.

LUDICA :
Utilizo juegos y ejercicios que promueven la diversión y el disfrute del fútbol.

TEMA :
El respeto hacia sus compañeros en la realización del trabajo colectivo y la práctica de los fundamentos técnicos - tácticos.

SUBTEMAS :
Valores, actitudes, palabras, comunicación.

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

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular (9').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 (10'): 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. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Mete y corre Pases entre 2 jugadores El balón entre los conos del centro Control más pase Cambio de lado cada 2 series. 4 jugadores jugando a 1 toque Cuatro jugadores se colocan en forma de cuadro Realizan acciones de pase vertical y diagonal Tras dar el pase retroceden hasta la señal y posteriormente avanzan hasta la otras señal buscando el balón para el golpeo Tras realizar una vuelta completa los jugadores intercambian las posiciones con su jugador más cercano. Torpedos: Dos líneas formadas por 5 jugadores cada una se sitúan a 10 metros una de la otra. Una de las filas tendrá en su poder todos los balones. El jugador que conduce el balón deberá de hacerlo entre las 2 líneas procurando que no le desvíen el balón que él mismo conduce. Paredes y tiro Paredes entre los jugadores que finaliza con un pase en profundidad. Tras un control pasará al área para que remate a portería el jugador que ha realizado el desmarque. Slalom y tiro Un primer jugador en zigzag y en velocidad sorteará los conos. Una vez realizado se le pasará un balón desde la línea de fondo para que remate a portería. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Reto con Respeto, vamos hacer dos círculos de personas uno dentro del otro, de tal manera que quedemos frente a un compañero u compañera, cada uno resaltara la diferencia de su compañero, ya sea física, emocional, mental, actitudinal etc, "La diferencia que me gustaría tener"

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. Interpretar la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo. (10').

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-05	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 11	
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	No 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 nan MOSQUERA	No 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:	2025-08-08	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo conducción del balón controlado y en desplazamiento de una zona a otra con toques sucesivos.

COGNITIVA :
Identifico la capacidad aeróbica en la realización de ejercicios físicos y juegos

PSICOSOCIAL :
Interpreto la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo.

LUDICA :
Realizo juegos donde se involucre la conducción para fortalecer esta habilidad

TEMA :
Conducción como medio técnico para el futbol de salón

SUBTEMAS :
Movimientos de conducción de balón, donde involucre la capacidad aeróbica

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, escalera

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular 9' (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 (10'): Balón quemado (básquetbol). Se forman dos equipos, enfrentados. Cada equipo deberá arrojar la pelota al otro, tratando de golpear con ella a algún rival, sin que la pelota toque el suelo. Los golpeados (“quemados”) deberán cambiarse de equipo. Al final del tiempo, el equipo con más jugadores gana. Hidratación 1'

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Correr con el balón 4 zonas. En la superficie, el trabajo de refuerzo sin balón. Zona azul, trabajo de equilibrio de la propiocepción y trabajo de salto. Zona roja, corriendo con el pie derecho de la pelota. Zona verde, corriendo con el pie izquierdo de la pelota. En una mitad del campo, corre con el balón siguiendo las instrucciones de la formadora (pie, pie derecho, pie izquierdo, malabares, ...) luego la formadora anuncia un color (cada 45 segundos, por ejemplo) los jugadores tienen que acelerar en la zona anunciada, hacer lo que se pide, y luego volver al curso normal en el centro del campo. Cinco sprints de 10 metros hacia adelante, seguidos de una marcha atrás trotando. Estas repeticiones permiten trabajar la aceleración y recuperación de forma eficaz. Futbol 5 Vs. 5 tiempos de 8 min. Rotación de equipos.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Se escogen 5 estudiantes de la sesión de clase, se les pide que realicen un ejercicio cotidiano que realizan en sus núcleos familiares, se hace una competencia y se genera un premio simbólico.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (8’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. Interpretar la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo. (12').

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-08	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 12	
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	Asistio
1014260864	MATIAS nan GOMEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO nan 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	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:	2025-08-08	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo conducción del balón controlado y en desplazamiento de una zona a otra con toques sucesivos.

COGNITIVA :
Identifico la capacidad aeróbica en la realización de ejercicios físicos y juegos

PSICOSOCIAL :
Interpreto la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo.

LUDICA :
Realizo juegos donde se involucre la conducción para fortalecer esta habilidad

TEMA :
Conducción como medio técnico para el futbol de salón

SUBTEMAS :
Movimientos de conducción de balón, donde involucre la capacidad aeróbica

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, escalera

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Objetivos sesión de clase. Movilidad Articular 9' (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 (10'): Balón quemado (básquetbol). Se forman dos equipos, enfrentados. Cada equipo deberá arrojar la pelota al otro, tratando de golpear con ella a algún rival, sin que la pelota toque el suelo. Los golpeados (“quemados”) deberán cambiarse de equipo. Al final del tiempo, el equipo con más jugadores gana. Hidratación 1'

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Correr con el balón 4 zonas. En la superficie, el trabajo de refuerzo sin balón. Zona azul, trabajo de equilibrio de la propiocepción y trabajo de salto. Zona roja, corriendo con el pie derecho de la pelota. Zona verde, corriendo con el pie izquierdo de la pelota. En una mitad del campo, corre con el balón siguiendo las instrucciones de la formadora (pie, pie derecho, pie izquierdo, malabares, ...) luego la formadora anuncia un color (cada 45 segundos, por ejemplo) los jugadores tienen que acelerar en la zona anunciada, hacer lo que se pide, y luego volver al curso normal en el centro del campo. Cinco sprints de 10 metros hacia adelante, seguidos de una marcha atrás trotando. Estas repeticiones permiten trabajar la aceleración y recuperación de forma eficaz. Futbol 5 Vs. 5 tiempos de 8 min. Rotación de equipos.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Se escogen 5 estudiantes de la sesión de clase, se les pide que realicen un ejercicio cotidiano que realizan en sus núcleos familiares, se hace una competencia y se genera un premio simbólico.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (8’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. Interpretar la motivación como aquel impulso que nos lleva al cumplimiento de una meta o alcanzar un objetivo. (12').

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-08	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	STIVEN 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	No asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	No asistio
1014208499	JUAN DAVID CASTELLANOS	No asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	No asistio
1019607671	NICOLAS nan HERNANDEZ	No 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	No asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	No asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	No asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	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:	2025-08-12	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro la coordinación, visopedica por medio de juegos divertidos para que los niños desarrollen sus habilidades con el balón.

COGNITIVA :
Comprendo la importancia de los juegos desafiantes pero a la vez adecuados a las habilidades respecto mi etapa de desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

LUDICA :
comparto con mis compañeros juegos de colaboración, trabajo en equipo y comunicación.

TEMA :
Motivación Extrínseca

SUBTEMAS :
competencia y premios

IMPLEMENTACION :
Conos, platillos, aros, balones, escalera, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
llamado a lista (2’), objetivos sesión de clase (2’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (12’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
25'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Nombre: Tumba Conos Numero de Jugadores: 4,5,6 jugadores Espacio: 20x20 Tiempo: Hasta que el primer equipo tumbe los tres conos Implementación: conos, platillos, balones Estructura: Trabajo por Equipos Objetivos: Velocidad (relevos), coordinación óculo-manual, golpe con el pie dominante (borde interno), entrenamiento lúdico. Desarrollo: Estructura de 4 equipos en línea de fondo. Cada equipo tiene 3 conos y un balón. El juego es muy sencillo. A una distancia de 15 metros, estarán situados 3 platillos en forma de triangulo, cuando la formadora de la orden de inicio, sale corriendo el primer estudiante y lleva el cono y lo pone sobre el platillo que tiene en frente de su respectiva fila, así mismo hacen los otros dos compañeros (relevos), uno de ellos se ubica detrás de los conos (lanza el balón a sus compañeros, para que puedan patear y cumplir el objetivo del juego). Después de formar el triangulo con los conos, desde la línea de fondo, empiezan a patear el balón con el pie dominante a tumbar los conos, el primer equipo que tumbe los tres conos, gana. Deben participar todos los integrantes. Variantes: podemos variar pierna no dominante de pateo. Puntuación: Se asignan puntos a los equipos por orden de tarea terminada. El 1° equipo que termine 3 puntos El 2° equipo que termine 2 puntos El 3° y 4° equipo que termine 1 punto El equipo que gane 2 de 3 rondas, ganara un premio (botilito de agua). Futbol equipos 5 VS 5 tiempos de 10 min, cambio de cancha. Rotación equipos ganadores.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Gestión emocional. Simular situaciones: crear escenarios de juego donde experimenten diferentes emociones (alegría por un gol, frustración por una falta).

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6'). Retroalimentación Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

TIEMPO

15'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-12	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 12	
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	No asistio
1141355057	LIAN ESTEBAN MOSQUERA	No asistio
1014273602	SALOME nan MOSQUERA	No asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	No 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:	2025-08-13	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	23
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro la coordinación, visopedica por medio de juegos divertidos para que los jóvenes desarrollen sus habilidades con el balón.

COGNITIVA :
Comprendo la importancia de los juegos desafiantes pero a la vez adecuados a las habilidades respecto mi etapa de desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

LUDICA :
comparto con mis compañeros juegos de colaboración, trabajo en equipo y comunicación.

TEMA :
Motivación Extrínseca

SUBTEMAS :
competencia y premios

IMPLEMENTACION :
Conos, platillos, aros, balones, escalera, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
lamado a lista (2’), objetivos sesión de clase (2’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (12’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
25'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El fútbol 3 contra 3 para jóvenes es una variante del fútbol que se juega con dos equipos de tres jugadores cada uno, sin porteros. El objetivo principal es marcar más goles que el equipo contrario en un tiempo determinado, generalmente dividido en dos mitades. Reglas principales: Equipos: Cada equipo está formado por tres jugadores. Sin portero: No hay portero en el fútbol 3 contra 3. Tiempos de juego: Los partidos suelen tener dos tiempos de 12 minutos con un breve descanso entre ellos, o se pueden jugar hasta que un equipo alcance un número determinado de goles (por ejemplo, 12 goles). Sustituciones: Se permiten cambios de jugadores en cualquier momento del partido, siempre y cuando el jugador sustituido abandone el terreno de juego antes de que entre el nuevo jugador. Faltas: Se aplican reglas básicas de faltas, como tocar el balón con las manos, obstruir al rival, etc. Las faltas pueden resultar en tiros libres o penales. Saques: Los saques de banda y de esquina se ejecutan con el pie. Sin tiempo muerto: No se conceden tiempos muertos, excepto en situaciones específicas como lesiones. Árbitro: En muchos casos, el partido se controla entre los mismos jugadores o con un mediador para resolver conflictos, fomentando la responsabilidad y el respeto mutuo. Recomendaciones para niños: Espacio reducido: El fútbol 3 contra 3 se juega en un espacio más pequeño, lo que favorece la participación de todos los jugadores y la toma de decisiones rápidas. Mayor contacto con el balón: Al haber menos jugadores, cada niño tiene más oportunidades de tocar el balón y participar activamente en el juego. Desarrollo de habilidades: Esta modalidad ayuda a desarrollar habilidades técnicas como el regate, el pase y el tiro, así como habilidades tácticas como el posicionamiento y la presión al rival. Diversión: El fútbol 3 contra 3 es una forma divertida y dinámica de aprender y disfrutar del fútbol.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Gestión emocional. Simular situaciones: crear escenarios de juego donde experimenten diferentes emociones (alegría por un gol, frustración por una falta).

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (9') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6'). Retroalimentación Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

TIEMPO

15'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-13	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 23	9. Nº de Semana: 13	
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	No asistio
1014279912	ANDRES MATIAS DIAZ	No asistio
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	No asistio
1014260864	MATIAS nan GOMEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	No asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	No asistio
1141127227	JERONIMO nan URBINA	No asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	No asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	Asistio
1069647052	SAMUEL THOMAS CASTILLO	No asistio
1024547272	NICOLAS SANTIAGO HUERFANO	No asistio
1033110298	SAMUEL FELIPE CANDELO	Asistio
1141335016	JULIAN FELIPE GONZALEZ	No asistio
1150186134	JUAN DIEGO MARTINEZ	No asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	No asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	No 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:	2025-08-13	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	23
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro la coordinación, visopedica por medio de juegos divertidos para que los jóvenes desarrollen sus habilidades con el balón.

COGNITIVA :
Comprendo la importancia de los juegos desafiantes pero a la vez adecuados a las habilidades respecto mi etapa de desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

LUDICA :
comparto con mis compañeros juegos de colaboración, trabajo en equipo y comunicación.

TEMA :
Motivación Extrínseca

SUBTEMAS :
competencia y premios

IMPLEMENTACION :
Conos, platillos, aros, balones, escalera, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
llamado a lista (2’), objetivos sesión de clase (2’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (12’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
25'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El fútbol 3 contra 3 para jóvenes es una variante del fútbol que se juega con dos equipos de tres jugadores cada uno, sin porteros. El objetivo principal es marcar más goles que el equipo contrario en un tiempo determinado, generalmente dividido en dos mitades. Reglas principales: Equipos: Cada equipo está formado por tres jugadores. Sin portero: No hay portero en el fútbol 3 contra 3. Tiempos de juego: Los partidos suelen tener dos tiempos de 12 minutos con un breve descanso entre ellos, o se pueden jugar hasta que un equipo alcance un número determinado de goles (por ejemplo, 12 goles). Sustituciones: Se permiten cambios de jugadores en cualquier momento del partido, siempre y cuando el jugador sustituido abandone el terreno de juego antes de que entre el nuevo jugador. Faltas: Se aplican reglas básicas de faltas, como tocar el balón con las manos, obstruir al rival, etc. Las faltas pueden resultar en tiros libres o penales. Saques: Los saques de banda y de esquina se ejecutan con el pie. Sin tiempo muerto: No se conceden tiempos muertos, excepto en situaciones específicas como lesiones. Árbitro: En muchos casos, el partido se controla entre los mismos jugadores o con un mediador para resolver conflictos, fomentando la responsabilidad y el respeto mutuo. Recomendaciones para niños: Espacio reducido: El fútbol 3 contra 3 se juega en un espacio más pequeño, lo que favorece la participación de todos los jugadores y la toma de decisiones rápidas. Mayor contacto con el balón: Al haber menos jugadores, cada niño tiene más oportunidades de tocar el balón y participar activamente en el juego. Desarrollo de habilidades: Esta modalidad ayuda a desarrollar habilidades técnicas como el regate, el pase y el tiro, así como habilidades tácticas como el posicionamiento y la presión al rival. Diversión: El fútbol 3 contra 3 es una forma divertida y dinámica de aprender y disfrutar del fútbol.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Gestión emocional. Simular situaciones: crear escenarios de juego donde experimenten diferentes emociones (alegría por un gol, frustración por una falta).

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (9') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6'). Retroalimentación Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

TIEMPO

15'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-13	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 23	9. Nº de Semana: 13	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	Asistio
N37666518954	STIVEN 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	No asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	Asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	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	No asistio
1019607671	NICOLAS nan HERNANDEZ	No asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	No asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	No 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	No asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	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:	2025-08-15	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro la coordinación, visopedica por medio de juegos divertidos para que los jóvenes desarrollen sus habilidades con el balón.

COGNITIVA :
Comprendo la importancia de los juegos desafiantes pero a la vez adecuados a las habilidades respecto mi etapa de desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

LUDICA :
comparto con mis compañeros juegos de colaboración, trabajo en equipo y comunicación.

TEMA :
Motivación Extrínseca

SUBTEMAS :
competencia y premios

IMPLEMENTACION :
Conos, platillos, aros, balones, escalera, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Esta sesión estaba preparada para el día 13 de agosto del 2025, no se pudo ejecutar ya que en el parque PRD están remodelando las canchas de Futbol de Salón y no tuve un espacio adecuado para poder ejecutar. Es importante esta sesión, ya que es la evidencia del entregable de la dimensión Psicosocial. Por tal motivo la registro para hoy 15 de agosto. Llamado a lista (2’), objetivos sesión de clase (2’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (12’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
25'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El fútbol 3 contra 3 para jóvenes es una variante del fútbol que se juega con dos equipos de tres jugadores cada uno, sin porteros. El objetivo principal es marcar más goles que el equipo contrario en un tiempo determinado, generalmente dividido en dos mitades. Reglas principales: Equipos: Cada equipo está formado por tres jugadores. Sin portero: No hay portero en el fútbol 3 contra 3. Tiempos de juego: Los partidos suelen tener dos tiempos de 12 minutos con un breve descanso entre ellos, o se pueden jugar hasta que un equipo alcance un número determinado de goles (por ejemplo, 12 goles). Sustituciones: Se permiten cambios de jugadores en cualquier momento del partido, siempre y cuando el jugador sustituido abandone el terreno de juego antes de que entre el nuevo jugador. Faltas: Se aplican reglas básicas de faltas, como tocar el balón con las manos, obstruir al rival, etc. Las faltas pueden resultar en tiros libres o penales. Saques: Los saques de banda y de esquina se ejecutan con el pie. Sin tiempo muerto: No se conceden tiempos muertos, excepto en situaciones específicas como lesiones. Árbitro: En muchos casos, el partido se controla entre los mismos jugadores o con un mediador para resolver conflictos, fomentando la responsabilidad y el respeto mutuo. Recomendaciones para niños: Espacio reducido: El fútbol 3 contra 3 se juega en un espacio más pequeño, lo que favorece la participación de todos los jugadores y la toma de decisiones rápidas. Mayor contacto con el balón: Al haber menos jugadores, cada niño tiene más oportunidades de tocar el balón y participar activamente en el juego. Desarrollo de habilidades: Esta modalidad ayuda a desarrollar habilidades técnicas como el regate, el pase y el tiro, así como habilidades tácticas como el posicionamiento y la presión al rival. Diversión: El fútbol 3 contra 3 es una forma divertida y dinámica de aprender y disfrutar del fútbol

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Gestión emocional. Simular situaciones: crear escenarios de juego donde experimenten diferentes emociones (alegría por un gol, frustración por una falta).

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (9') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6'). Retroalimentación Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

TIEMPO

15'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-15	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 24	9. Nº de Semana: 13	
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
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS nan GOMEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO nan URBINA	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	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
1033736752	BRANDON JAVIER PRIETO	Asistio
1023000185	RONALD ALEXANDER QUIÑONES	Asistio
1022983690	CRISTIAN DANIEL QUIÑONES	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:	2025-08-15	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	24
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro la coordinación, visopedica por medio de juegos divertidos para que los jóvenes desarrollen sus habilidades con el balón.

COGNITIVA :
Comprendo la importancia de los juegos desafiantes pero a la vez adecuados a las habilidades respecto mi etapa de desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

LUDICA :
comparto con mis compañeros juegos de colaboración, trabajo en equipo y comunicación.

TEMA :
Motivación Extrínseca

SUBTEMAS :
competencia y premios

IMPLEMENTACION :
Conos, platillos, aros, balones, escalera, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Esta sesión estaba preparada para el día 13 de agosto del 2025, no se pudo ejecutar ya que en el parque PRD están remodelando las canchas de Futbol de Salón y no tuve un espacio adecuado para poder ejecutar. Es importante esta sesión, ya que es la evidencia del entregable de la dimensión Psicosocial. Por tal motivo la registro para hoy 15 de agosto. Llamado a lista (2’), objetivos sesión de clase (2’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (12’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
25'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
El fútbol 3 contra 3 para jóvenes es una variante del fútbol que se juega con dos equipos de tres jugadores cada uno, sin porteros. El objetivo principal es marcar más goles que el equipo contrario en un tiempo determinado, generalmente dividido en dos mitades. Reglas principales: Equipos: Cada equipo está formado por tres jugadores. Sin portero: No hay portero en el fútbol 3 contra 3. Tiempos de juego: Los partidos suelen tener dos tiempos de 12 minutos con un breve descanso entre ellos, o se pueden jugar hasta que un equipo alcance un número determinado de goles (por ejemplo, 12 goles). Sustituciones: Se permiten cambios de jugadores en cualquier momento del partido, siempre y cuando el jugador sustituido abandone el terreno de juego antes de que entre el nuevo jugador. Faltas: Se aplican reglas básicas de faltas, como tocar el balón con las manos, obstruir al rival, etc. Las faltas pueden resultar en tiros libres o penales. Saques: Los saques de banda y de esquina se ejecutan con el pie. Sin tiempo muerto: No se conceden tiempos muertos, excepto en situaciones específicas como lesiones. Árbitro: En muchos casos, el partido se controla entre los mismos jugadores o con un mediador para resolver conflictos, fomentando la responsabilidad y el respeto mutuo. Recomendaciones para niños: Espacio reducido: El fútbol 3 contra 3 se juega en un espacio más pequeño, lo que favorece la participación de todos los jugadores y la toma de decisiones rápidas. Mayor contacto con el balón: Al haber menos jugadores, cada niño tiene más oportunidades de tocar el balón y participar activamente en el juego. Desarrollo de habilidades: Esta modalidad ayuda a desarrollar habilidades técnicas como el regate, el pase y el tiro, así como habilidades tácticas como el posicionamiento y la presión al rival. Diversión: El fútbol 3 contra 3 es una forma divertida y dinámica de aprender y disfrutar del fútbol

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Gestión emocional. Simular situaciones: crear escenarios de juego donde experimenten diferentes emociones (alegría por un gol, frustración por una falta).

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (9') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (6'). Retroalimentación Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

TIEMPO

15'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-15	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 24	9. Nº de Semana: 13	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	STIVEN OBED BAUTISTA	Asistio
1028801034	JUAN SEBASTIAN DAZA	No 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	No asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	No asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	Asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	No asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	No asistio
1019607671	NICOLAS nan 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	No asistio
1050609825	JUAN CAMILO CHACON	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:	2025-08-19	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Mejoro la coordinación, viso pedica por medio de juegos divertidos para que los niños desarrollen sus habilidades con el balón.

COGNITIVA :
Comprendo la importancia de los juegos desafiantes pero a la vez adecuados a las habilidades respecto mi etapa de desarrollo.

PSICOSOCIAL :
Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

LUDICA :
comparto con mis compañeros juegos de colaboración, trabajo en equipo y comunicación.

TEMA :
Motivación Extrínseca

SUBTEMAS :
competencia y premios

IMPLEMENTACION :
Conos, platillos, aros, balones, escalera, lazos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
llamado a lista (2’), objetivos sesión de clase (2’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (12’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Nombre: Tumba Conos Numero de Jugadores: 4,5,6 jugadores Espacio: 20x20 Tiempo: Hasta que el primer equipo tumbe los tres conos Implementación: conos, platillos, balones Estructura: Trabajo por Equipos Objetivos: Velocidad (relevos), coordinación óculo-manual, golpe con el pie dominante (borde interno), entrenamiento lúdico. Desarrollo: Estructura de 4 equipos en línea de fondo. Cada equipo tiene 3 conos y un balón. El juego es muy sencillo. A una distancia de 15 metros, estarán situados 3 platillos en forma de triangulo, cuando la formadora de la orden de inicio, sale corriendo el primer estudiante y lleva el cono y lo pone sobre el platillo que tiene en frente de su respectiva fila, así mismo hacen los otros dos compañeros (relevos), uno de ellos se ubica detrás de los conos (lanza el balón a sus compañeros, para que puedan patear y cumplir el objetivo del juego). Después de formar el triangulo con los conos, desde la línea de fondo, empiezan a patear el balón con el pie dominante a tumbar los conos, el primer equipo que tumbe los tres conos, gana. Deben participar todos los integrantes. Variantes: podemos variar pierna no dominante de pateo. Puntuación: Se asignan puntos a los equipos por orden de tarea terminada. El 1° equipo que termine 3 puntos El 2° equipo que termine 2 puntos El 3° y 4° equipo que termine 1 punto El equipo que gane 2 de 3 rondas, ganara un premio (pelotas de espuma y bombón bum). Futbol equipos 5 VS 5 tiempos de 10 min, cambio de cancha. Rotación equipos ganadores.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Gestión emocional. Simular situaciones: crear escenarios de juego donde experimenten diferentes emociones (alegría por un gol, frustración por una falta).

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (12') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (8'). Retroalimentación Creo un ambiente positivo y divertido por medio de la competencia herramienta principal para la enseñanza.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-19	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	No asistio
N37666451729	DUBRAZKA nan AGUILERA	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 nan GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	Asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL nan MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	Asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO nan RIVAS	No asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	Asistio
1045523233	MATIAS nan 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:	2025-08-19	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	21
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Practico las diferentes posiciones de dominio, remate y ubicación propias del centro de interés futbol de salón.

COGNITIVA :
Exploro las diferentes superficies de contacto siguiendo los parámetros de la formadora

PSICOSOCIAL :
Aumento mi confianza por medio de mis habilidades, mediante los reconocimientos y las recompensas al final de cada actividad.

LUDICA :
Mejoro clase a clase la manipulación del balón en los diferentes ejercicios lúdicos.

TEMA :
Superficies de contacto corporales y del pie, enfocados en los remates y las rotaciones posicionales

SUBTEMAS :
Aplica las técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo en clase

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, escalera, lazos, balsos plásticos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1') Objetivos sesión de clase (1'). Movilidad Articular (7') 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 (10'): Al Pin, al Pon, a la hija del conde Simón A la lata, al latero, a la hija del chocolatero Al Pin, al Pon, a la hija del conde Simón A la lata, al latero, a la hija del chocolatero. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Conducción en zigzag: Los niños conducen el balón entre conos usando diferentes partes del pie, alternando la parte interna y externa para mejorar la coordinación y el control. Pases cortos y precisos: Se realizan pases cortos entre compañeros utilizando la planta del pie, enfocándose en la precisión y el control del balón. Control con la puntera: Los niños practican toques suaves y controlados con la puntera del pie, ideal para espacios reducidos y regates rápidos. Empeine: Se enfoca en golpear el balón con el empeine para tiros potentes y pases largos, practicando diferentes ángulos y alturas. Control con el muslo y pase: Se practica el control del balón con el muslo y luego un pase rápido al primer toque, útil para situaciones de juego real. Pases de talón: En espacios reducidos, se realizan pases con el talón para proteger el balón y realizar controles precisos. Juego de futbol 5 Vs. 5 por tiempos según cantidad de estudiantes asistentes.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
El universo Planificación Objetivo: hacer que los niños/as se relajen mediante los movimientos de estiramiento y distensión. Actividad: cada niño/a se estira en todos los sentidos. Preparación: prever bastante espacio para que puedan inclinarse sin tocarse entre ellos. Descripción del juego Vamos a jugar al universo. ¿Qué es el Universo? El universo es la tierra, el cielo, el mar, la arena, las estrellas, las nubes… Empiezo explicando el juego y vosotros escucháis y estáis atentos. Para empezar, hay que ponerse de pie. Cuando diga “¡Cielo!”, te estirarás hacia arriba, como si quisieras tocar el cielo. Y harás lo mismo cada vez que diga el nombre de elementos que estén por encima de nosotros como, por ejemplo, las estrellas, el sol o las nubes. Cuando diga “¡Tierra!”, dejarás que tu cuerpo y tus brazos caigan hacia abajo, y tocarás el suelo. Haréis lo mismo cada vez que diga el nombre de elementos que están en el suelo, como el agua, las rocas o las flores. Cuando diga “¡Marte!”, te estirarás hacia la derecha, porque el planeta Marte está a la derecha de la Tierra. Haréis lo mismo cuando nombre a Urano, Júpiter, Saturno… Cuando diga “¡Venus!”, o “¡Mercurio!”, os estiraréis hacia la izquierda, porque estos planetas están a la izquierda de la Tierra. Cuando diga “¡Aire!”, os pondréis rectos, con la cabeza bien derecha y los brazos pegados a cada lado del cuerpo.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. Aumento mi confianza por medio de mis habilidades, mediante los reconocimientos y las recompensas al final de cada actividad. (10').

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-19	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 21	9. Nº de Semana: 13	
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	No 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 nan MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	Asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	No asistio
N37664601649	ALANIS GISSEL PEREZ	Asistio
1141134327	ANDERS KERSTEIN BAYONA	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:	2025-08-20	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	25
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	14
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Recepción y pase del balón con las diferentes superficies de contacto de manera estática y en movimiento.

COGNITIVA :
Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo con actividades propias del centro de interés futbol de salón.

PSICOSOCIAL :
despierto el interés inicial en actividades que luego pueden convertirse en intrínsecamente motivadoras.

LUDICA :
Utilizo la superficie que creo indicada para el juego de relevos con balón con los pies.

TEMA :
Superficies de contacto del segmento tren inferior.

SUBTEMAS :
Pie: punta, talón, borde interno-externo, planta.

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

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1'). Objetivos sesión de clase (1'). Movilidad Articular (7') 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 (10'): Pase 10. Los jugadores deben hacer una ronda y pasarse la pelota de uno a otro diez veces seguidas (o sea, diez pases consecutivos), a la usanza del fútbol o de básquetbol. Quien falle en el pase o interrumpa de alguna manera la seguidilla será descalificado y la ronda se irá reduciendo. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Los jugadores individualmente con un balón, lo lanzan hacia atrás y rápidamente se giran y van a buscarlo para controlarlo y repetir el ejercicio. (Los jugadores se reparten por el terreno de juego). Rondo El equipo poseedor del balón (4 jugadores) intenta conservar la pelota frente al equipo de dos defensores, quienes al recuperar la pelota cambiaran su posición con dos de los jugadores del equipo de cuatro. El grupo de atacantes deben realizar un control obligatorio antes de realizar el pase hacia algún otro compañero. Realizaremos un partido 5 contra 5 (las dimensiones del campo dependen del trabajo a realizar) con control obligatorio antes de realizar el pase hacia un compañero (delimitaremos el tipo de control y la superficie de contacto a utilizar). Los jugadores se colocan por parejas cada uno defendiendo una portería pequeña formado con conos y tienen una pelota por pareja. Los jugadores deben intentar batir la portería defendida por su oponente y el defensor debe parar la pelota sin utilizar las manos con lo que hará uso de los controles para hacerse con la pelota. Los jugadores colocados por dos grupos uno delante del otro. El primer jugador conduce el balón hasta la otra fila y ocupa el último lugar de dicha fila, se realiza el ejercicios con todos los jugadores y cambiando de superficies de contacto al comenzar el primero nuevamente. Carrera de relevos, los jugadores colocados en dos grupos realizan una conducción de 15 metros hasta un cono, giran en ese lugar y entregan el balón a su segundo compañero y así sucesivamente. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Un jugador conduce por el terreno de juego y su compañero intenta arrebatarle la pelota si lo consigue cambian de posición.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (10') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación despierto el interés inicial en actividades que luego pueden convertirse en intrínsecamente motivadoras.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-20	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 25	9. Nº de Semana: 14	
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
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	Asistio
1014260864	MATIAS nan GOMEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	No asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO nan URBINA	Asistio
1150187351	MATHEUS GABRIEL ZAPATA	Asistio
1016958687	NICOLAS SANTIAGO BENAVIDES	No 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	No asistio
1016959054	IAN DARIO MUÑOZ	No asistio
1141126496	JUAN SEBASTIAN RAMIREZ	Asistio
1122405198	ANGEL DAVID ARIAS	Asistio
1014245053	ALEXANDER JOSE RONCALLO	No asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	No asistio
1033736752	BRANDON JAVIER PRIETO	Asistio
1023000185	RONALD ALEXANDER QUIÑONES	No asistio
1022983690	CRISTIAN DANIEL QUIÑONES	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:	2025-08-20	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	25
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	14
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Recepción y pase del balón con las diferentes superficies de contacto de manera estática y en movimiento.

COGNITIVA :
Exploro las posibilidades de movimiento de mi cuerpo con actividades propias del centro de interés futbol de salón.

PSICOSOCIAL :
despierto el interés inicial en actividades que luego pueden convertirse en intrínsecamente motivadoras.

LUDICA :
Utilizo la superficie que creo indicada para el juego de relevos con balón con los pies.

TEMA :
Superficies de contacto del segmento tren inferior.

SUBTEMAS :
Pie: punta, talón, borde interno-externo, planta.

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

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1'). Objetivos sesión de clase (1'). Movilidad Articular (7') 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 (10'): Pase 10. Los jugadores deben hacer una ronda y pasarse la pelota de uno a otro diez veces seguidas (o sea, diez pases consecutivos), a la usanza del fútbol o de básquetbol. Quien falle en el pase o interrumpa de alguna manera la seguidilla será descalificado y la ronda se irá reduciendo. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Los jugadores individualmente con un balón, lo lanzan hacia atrás y rápidamente se giran y van a buscarlo para controlarlo y repetir el ejercicio. (Los jugadores se reparten por el terreno de juego). Rondo El equipo poseedor del balón (4 jugadores) intenta conservar la pelota frente al equipo de dos defensores, quienes al recuperar la pelota cambiaran su posición con dos de los jugadores del equipo de cuatro. El grupo de atacantes deben realizar un control obligatorio antes de realizar el pase hacia algún otro compañero. Realizaremos un partido 5 contra 5 (las dimensiones del campo dependen del trabajo a realizar) con control obligatorio antes de realizar el pase hacia un compañero (delimitaremos el tipo de control y la superficie de contacto a utilizar). Los jugadores se colocan por parejas cada uno defendiendo una portería pequeña formado con conos y tienen una pelota por pareja. Los jugadores deben intentar batir la portería defendida por su oponente y el defensor debe parar la pelota sin utilizar las manos con lo que hará uso de los controles para hacerse con la pelota. Los jugadores colocados por dos grupos uno delante del otro. El primer jugador conduce el balón hasta la otra fila y ocupa el último lugar de dicha fila, se realiza el ejercicios con todos los jugadores y cambiando de superficies de contacto al comenzar el primero nuevamente. Carrera de relevos, los jugadores colocados en dos grupos realizan una conducción de 15 metros hasta un cono, giran en ese lugar y entregan el balón a su segundo compañero y así sucesivamente. Futbol 5 Vs 5 al gol o 5 hidratación.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Un jugador conduce por el terreno de juego y su compañero intenta arrebatarle la pelota si lo consigue cambian de posición.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (10') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación despierto el interés inicial en actividades que luego pueden convertirse en intrínsecamente motivadoras.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-20	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 25	9. Nº de Semana: 14	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	STIVEN 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	No asistio
1141123405	DANIEL ROBERTO DAVILA	No asistio
N37665717327	XAVIER ARCANGEL DURAN	No asistio
1023529179	LUIS ANGEL ESPITIA	No 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	No asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS nan HERNANDEZ	No asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	No 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	No asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	No asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	No asistio
1050609825	JUAN CAMILO CHACON	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:	2025-08-21	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	12
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Practico las diferentes posiciones de dominio, remate y ubicación propias del centro de interés futbol de salón.

COGNITIVA :
Exploro las diferentes superficies de contacto siguiendo los parámetros de la formadora

PSICOSOCIAL :
Aumento mi confianza por medio de mis habilidades, mediante los reconocimientos y las recompensas al final de cada actividad.

LUDICA :
Mejoro clase a clase la manipulación del balón en los diferentes ejercicios lúdicos.

TEMA :
Superficies de contacto corporales y del pie, enfocados en los remates y las rotaciones posicionales

SUBTEMAS :
Aplica las técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo en clase

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, escalera, lazos, balsos plásticos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1') Objetivos sesión de clase (1'). Movilidad Articular (7') 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 (10'): Al Pin, al Pon, a la hija del conde Simón A la lata, al latero, a la hija del chocolatero Al Pin, al Pon, a la hija del conde Simón A la lata, al latero, a la hija del chocolatero. Hidratación (1')

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Conducción en zigzag: Los niños conducen el balón entre conos usando diferentes partes del pie, alternando la parte interna y externa para mejorar la coordinación y el control. Pases cortos y precisos: Se realizan pases cortos entre compañeros utilizando la planta del pie, enfocándose en la precisión y el control del balón. Control con la puntera: Los niños practican toques suaves y controlados con la puntera del pie, ideal para espacios reducidos y regates rápidos. Empeine: Se enfoca en golpear el balón con el empeine para tiros potentes y pases largos, practicando diferentes ángulos y alturas. Control con el muslo y pase: Se practica el control del balón con el muslo y luego un pase rápido al primer toque, útil para situaciones de juego real. Pases de talón: En espacios reducidos, se realizan pases con el talón para proteger el balón y realizar controles precisos. Juego de futbol 5 Vs. 5 por tiempos según cantidad de estudiantes asistentes.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
El universo Planificación Objetivo: hacer que los niños/as se relajen mediante los movimientos de estiramiento y distensión. Actividad: cada niño/a se estira en todos los sentidos. Preparación: prever bastante espacio para que puedan inclinarse sin tocarse entre ellos. Descripción del juego Vamos a jugar al universo. ¿Qué es el Universo? El universo es la tierra, el cielo, el mar, la arena, las estrellas, las nubes… Empiezo explicando el juego y vosotros escucháis y estáis atentos. Para empezar, hay que ponerse de pie. Cuando diga “¡Cielo!”, te estirarás hacia arriba, como si quisieras tocar el cielo. Y harás lo mismo cada vez que diga el nombre de elementos que estén por encima de nosotros como, por ejemplo, las estrellas, el sol o las nubes. Cuando diga “¡Tierra!”, dejarás que tu cuerpo y tus brazos caigan hacia abajo, y tocarás el suelo. Haréis lo mismo cada vez que diga el nombre de elementos que están en el suelo, como el agua, las rocas o las flores. Cuando diga “¡Marte!”, te estirarás hacia la derecha, porque el planeta Marte está a la derecha de la Tierra. Haréis lo mismo cuando nombre a Urano, Júpiter, Saturno… Cuando diga “¡Venus!”, o “¡Mercurio!”, os estiraréis hacia la izquierda, porque estos planetas están a la izquierda de la Tierra. Cuando diga “¡Aire!”, os pondréis rectos, con la cabeza bien derecha y los brazos pegados a cada lado del cuerpo.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación. Escuchar a los estudiantes de cómo se sienten finalizando la sesión del centro de interés. Aumento mi confianza por medio de mis habilidades, mediante los reconocimientos y las recompensas al final de cada actividad. (10').

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-21	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023407166	ANDRES FELIPE AGUILAR	No asistio
N37666451729	DUBRAZKA nan 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 nan GUTIERREZ	Asistio
1141131452	MIGUEL ANGEL HERRERA	No asistio
1195466087	BRIANA NICOLE MARTINEZ	Asistio
1073709279	JESUS ADRIAN MATEUS	Asistio
1015469079	SAMUEL nan MENESES	Asistio
1014289686	JUAN SEBASTIAN MOLANO	Asistio
1044658651	KAROLIN DAYAN MOVILLA	Asistio
1034310302	DANIEL ISAA PIÑEREZ	Asistio
1099215679	ERIK SANTIAGO REYES	Asistio
1146136370	SANTIAGO nan RIVAS	No asistio
1220221374	LUIS FELIPE RODRIGUEZ	Asistio
1031656744	JESSICA NATALIA ROJAS	No asistio
1045523233	MATIAS nan 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:	2025-08-21	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	13
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Aplico el aprendizaje recibido en clase para desarrollar ejercicios de coordinación básica

COGNITIVA :
Realizo diferentes ejercicios de coordinación general como mecanismo para mejorar mi estabilidad general.

PSICOSOCIAL :
comprendo que por medio de un premio, participo motivado en las actividades de la sesión de clase

LUDICA :
Fomento la cooperación y la comunicación efectiva entre los niños, especialmente en juegos donde trabajan juntos para lograr un objetivo.

TEMA :
Ejercicios generales como el lanzar y atrapar para mejorar la coordinación

SUBTEMAS :
Técnicas de tensión, relajación y control del cuerpo en clase

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, lazos, escaleras, bastones plásticos.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1'). Objetivos sesión de clase (1'). Movilidad Articular (7') 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 (10'): 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 (1').

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Juegos de Lanzamientos y recepciones cooperativos. Se hacen equipos de 4-5 niños. Cada equipo tiene que llevar, mediante lanzamientos, diverso material a un aro situado a una distancia considerablemente lejana (50 metros). Uno del equipo comienza con un lanzamiento, el segundo coge el objeto y lo vuelve a lanzar y así sucesivamente hasta meterlo dentro del aro. Los tres equipos que consigan meterlo primero lanzarán un dado y el número sacado será la puntuación obtenida. Juego Al matar – 1 contra 1. Dos personas. Cada una en un pequeño campo del que no puede salirse. Se juega con una pelota. El objetivo es dar a mi compañero y anotarme un punto. Si mi compañero coge la pelota en el aire el punto es para él. Juego Goleando – 1 contra 1. Por parejas. Cada niño tiene su propia portería situada a unos 10 metros de su compañero. El objetivo del juego es meter goles a mi compañero, y evitar que él los meta en mi portería. En este juego de lanzar y atrapar en educación física, se están intercambiando los roles continuamente. Para los cursos mayores se puede introducir los lanzamientos con saltos, por ejemplo. Juego ¡El gato! Este juego de lanzamientos y recepciones se juega en trío. Uno se la queda en medio. Los otros intentan pasarse la pelota sin que la coja el del medio. Futbol 5 Vs. 5 al gol o 5 minutos.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Tiempo en la naturaleza Pasar tiempo al aire libre puede tener un efecto increíblemente relajante en los niños. Un paseo por el parque, observar las nubes, o simplemente sentarse bajo un árbol y escuchar los sonidos de la naturaleza puede ayudar a tu hijo a desconectar y sentirse más en paz. ?

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (10') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación comprendo que por medio de un premio, participo motivado en las actividades de la sesión de clase.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-21	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 13	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
5511945	KENRRY SEBASTIAN AZO	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	No 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 nan MOSQUERA	Asistio
6927843	MARIANA JOSE NIÑO	Asistio
6004073	KEIBER JAVIER PEREZ	Asistio
6210249	VICTORIA CAMILA QUINTANA	No asistio
N37666909868	ERICK ALEJANDRO RIVERA	Asistio
N37664601649	ALANIS GISSEL PEREZ	Asistio
1141134327	ANDERS KERSTEIN BAYONA	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:	2025-08-22	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	26
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	14
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Recepciono el balón a media altura con borde interno de manera estática y en movimiento

COGNITIVA :
Analizo mediante una acción de juego, cual superficie de contacto es la adecuada, para solucionar esa acción de juego

PSICOSOCIAL :
Celebro públicamente los esfuerzos y progresos de mis compañeros, ya sea por parte de la formadora o de mis compañeros.

LUDICA :
Aprendo por medio de juegos pre deportivos el manejo de las diferentes superficies de contacto

TEMA :
Tareas propias del deporte las superficies de contacto

SUBTEMAS :
Ejercicios con las superficies de contacto por medios de juegos pre deportivos

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, lazos, escalera.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1’), objetivos sesión de clase (1’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (9’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Toques suaves: Realizar toques controlados con el pie (planta, borde interno, empeine, punta), muslo, pecho, hombro y cabeza. La clave es mantener la pelota cerca y controlada. Conducción: Conducir el balón utilizando diferentes superficies de contacto, como la planta del pie para pases cortos y precisos, o el borde interno para cambios de dirección. Pases: Practicar pases con diferentes superficies, variando la distancia y la fuerza del pase para adaptarse a diferentes situaciones de juego. Juegos reducidos: Participar en juegos donde se limite el uso de ciertas superficies para forzar el uso de otras y desarrollar habilidades específicas. Trabajo con superficies inestables: Ejercicios en superficies inestables como balones de equilibrio pueden mejorar la estabilidad y el control del cuerpo, lo que a su vez beneficia el control del balón. Competencia mini deportes, 3 Vs 3 por fixture, según cantidad de estudiantes asistentes.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Conducción en zigzag: Utilizando conos, los niños conducen el balón siguiendo un recorrido en zigzag, alternando el uso de ambos pies y variando la velocidad. Gana quien lo haga en menor tiempo posible, sin tocar ningún cono en todo el recorrido.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (10') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación escuchar a los estudiantes de lo vivido en la sesión de clase, celebro públicamente los esfuerzos y progresos de mis compañeros, ya sea por parte de la formadora o de mis compañeros.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-22	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. Nº de Sesion: 26	9. Nº de Semana: 14	
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
1028496375	DILAN SANTIAGO FORERO	No asistio
1014260864	MATIAS nan GOMEZ	Asistio
1233920876	JUAN DAVID MORENO	Asistio
1028723783	SEBASTIAN DAVID TORRES	Asistio
1141127227	JERONIMO nan 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	No asistio
1031825922	SAMUEL DAVID MARIN	No asistio
1033736752	BRANDON JAVIER PRIETO	Asistio
1023000185	RONALD ALEXANDER QUIÑONES	Asistio
1022983690	CRISTIAN DANIEL QUIÑONES	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:	2025-08-22	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL DE SALÓN	6. Nº DE SESIÓN:	26
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	14
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Recepciono el balón a media altura con borde interno de manera estática y en movimiento

COGNITIVA :
Analizo mediante una acción de juego, cual superficie de contacto es la adecuada, para solucionar esa acción de juego

PSICOSOCIAL :
Celebro públicamente los esfuerzos y progresos de mis compañeros, ya sea por parte de la formadora o de mis compañeros.

LUDICA :
Aprendo por medio de juegos pre deportivos el manejo de las diferentes superficies de contacto

TEMA :
Tareas propias del deporte las superficies de contacto

SUBTEMAS :
Ejercicios con las superficies de contacto por medios de juegos pre deportivos

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, platillos, lazos, escalera.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista (1’), objetivos sesión de clase (1’), Movilidad Articular (8’) Movimientos circulares suaves de la cabeza, adelante y atrás, y de lado a lado. Círculos con los brazos hacia adelante y hacia atrás, elevación de hombros hacia arriba y hacia abajo, y movimientos de rotación. Círculos con las muñecas, flexiones y extensiones, y movimientos de "mano en rezo". Rotaciones suaves de cintura, inclinaciones laterales y el ejercicio gato-camello (arqueo y hundimiento de la espalda). Movimientos circulares, flexiones y extensiones de piernas, y el ejercicio de "mariposa" (sentado con las plantas de los pies juntas y abriendo y cerrando las rodillas). Flexiones y extensiones de rodillas, y movimientos circulares. Círculos con los tobillos, flexiones y extensiones, y movimientos de punta y talón. Juego Predeportivo (9’) 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. Hidratación (1’).

TIEMPO
20'

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Toques suaves: Realizar toques controlados con el pie (planta, borde interno, empeine, punta), muslo, pecho, hombro y cabeza. La clave es mantener la pelota cerca y controlada. Conducción: Conducir el balón utilizando diferentes superficies de contacto, como la planta del pie para pases cortos y precisos, o el borde interno para cambios de dirección. Pases: Practicar pases con diferentes superficies, variando la distancia y la fuerza del pase para adaptarse a diferentes situaciones de juego. Juegos reducidos: Participar en juegos donde se limite el uso de ciertas superficies para forzar el uso de otras y desarrollar habilidades específicas. Trabajo con superficies inestables: Ejercicios en superficies inestables como balones de equilibrio pueden mejorar la estabilidad y el control del cuerpo, lo que a su vez beneficia el control del balón. Competencia mini deportes, 3 Vs 3 por fixture, según cantidad de estudiantes asistentes.

TIEMPO
70'

RETO :
ACTIVIDADES
Conducción en zigzag: Utilizando conos, los niños conducen el balón siguiendo un recorrido en zigzag, alternando el uso de ambos pies y variando la velocidad. Gana quien lo haga en menor tiempo posible, sin tocar ningún cono en todo el recorrido.

TIEMPO
10'

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Estiramiento músculos trabajados en la sesión de clase (10') De pie, flexionar una rodilla llevando el talón hacia los glúteos, sujetando el pie con la mano. Mantener la posición y repetir con la otra pierna, De pie, con las piernas ligeramente separadas, inclinar el tronco hacia adelante, intentando tocar los pies con las manos. Mantener la posición y repetir, Apoyar las manos contra una pared y adelantar una pierna, manteniendo la otra estirada hacia atrás. Inclinar el cuerpo hacia adelante hasta sentir el estiramiento en la pantorrilla de la pierna trasera, Sentados en el suelo con las plantas de los pies juntas, dejar caer las rodillas hacia los lados, manteniendo la espalda recta, Cruzar un brazo por delante del cuerpo y tirar suavemente con el otro brazo para estirar el hombro. (10’). Retroalimentación escuchar a los estudiantes de lo vivido en la sesión de clase, celebro públicamente los esfuerzos y progresos de mis compañeros, ya sea por parte de la formadora o de mis compañeros.

TIEMPO

20'

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO NARIÑO			Nombre Instructor: Yeimy Marcela Calderon Garzon	
2. Fecha:	2025-08-22	5. Centro de Interes FÚTBOL DE SALÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 26	9. Nº de Semana: 14	
4. Grupo:	FÚTBOL DE SALÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025553647	JOEL TOMAS PINEDA	No asistio
N37666518954	STIVEN 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	Asistio
1127361338	JHEIMER DAVID ROJAS	No asistio
1141123733	DAVID ALEJANDRO GUZMAN	Asistio
1014242477	ANDRES FELIPE MARTINEZ	Asistio
1141326317	SAMUEL DAVID BELLO	Asistio
1032878631	SAMUEL DAVID CANO	Asistio
1015428220	NICOLAS ESTEBAN COLMENARES	Asistio
1019607671	NICOLAS nan HERNANDEZ	No asistio
1141125028	HOLMAN DAVID MORALEZ	Asistio
1014226190	DIXON NICOLAS LABRADA	Asistio
1023389612	CAMILO ANDRES VACA	Asistio
1141123656	GABRIEL EDUARDO VALLEJO	No asistio
5511860	HENDRYTT SAMIR AZO	Asistio
1014224632	MAYCOL ESTIBEN TRESPALACIOS	Asistio
6027014	JOSE GREGORIO MORALES	Asistio
1022968015	KEVIN SANTIAGO GUERRERO	Asistio
1150188544	LUIS EDUARDO MORALES	Asistio
1050609825	JUAN CAMILO CHACON	Asistio