

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	
3. FECHA:	03-marzo de 2026	4. HORA:	9:00 a.m a 11:00 am
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N° DE SESIÓN:	01
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	01
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.			
.			
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.			
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos			
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la practica del futbol			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación del centro de interés. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: SEMAFORO: los estudiantes se desplazan por la cancha al decir rojo se detienen, amarillo caminan y verde corren. Se utiliza variantes ejemplo azul (se acuesta), negro (se sienta) etc. 2: gatos y ratones (se divide el grupo en dos uno son los gatos y los otros son ratones, cuando la formadora diga gatos los ratones saldrán corriendo y no se deben dejar atrapar.			
TIEMPO 20 minutos			
FASE CENTRAL: balón mano: se divide los estudiantes por equipos. Cada equipo cuenta con un cono, el objetivo es desplazarse por la cancha realizando pases entre el equipo, llegar al cono oponente y tumbarlo, gana el equipo que lo tumbe dos veces. 2ejercicio: se divide los estudiantes en igual número de integrantes y a cada grupo se le da un color, se colocan los platillos por toda la cancha, al silbato de la formadora uno por uno irá a buscar su color y traerlo hasta su puesto. Gana el equipo que lo logre primero. Ejercicio 3: los mismos equipos en el mismo orden al frente se coloca una hilera de conos, al silbato salen a coger uno por uno los conos y los organizan al terminar la línea. Ejercicio 4: partido de futbol el objetivo observar a los estudiantes en el control y transporte de balón.			
TIEMPO: 60 minutos			
RETO: por equipos, al frente de ellos se coloca el mismo numero de conos, saldrán corriendo tomados de la mano recogen cada uno el cono y llegan a la línea final.			
.			
TIEMPO 10 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares			
TIEMPO 15 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	
3. FECHA:	05-marzo de 2026	4. HORA:	9:00 a.m a 11:00 am
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N° DE SESIÓN:	02
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	01
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.			
.			
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.			
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos			
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la práctica del futbol			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación del centro de interés. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: la lleva, dos estudiantes salen a perseguir a los demás, el estudiante que sea tocado sale a tocar a los demás. Ejercicio 2: cuidad de piedra: la misma lleva pero el estudiante que sea tocado se debe agachar y solo se libera si pasan por encima.			
TIEMPO 20 minutos			
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: aro saltarín (se divide el grupo en 3 grupos se realizan fila frente a una hilera de aros. a la orden de la formadora los estudiantes se desplazan por entre los conos, HIDRATACION ejercicio 2: pista de escalera (desplazamiento lateral, salto 1-2, ejercicio 3: platillos (desplazamiento entre los platillos. ejercicio 4: se organiza una pista completa con los aros, escalera y conos donde objetivo final es realizar desplazamiento con balón. ejercicio 4: partido de futbol como retroalimentación de la clase.			
TIEMPO 60 minutos			
RETO: por equipos frente a la pista de obstáculos deberán desplazarse, gana el equipo que menor tiempo gaste.			
.			
TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares			
TIEMPO 20 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		10-marzo de 2026	4. HORA:		9:00 AM A 11:00 AM
5. CENTRO INTERÉS:		futbol	6. N° DE SESIÓN:		03
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:		02
8. ZONA:		03	9. CICLO:		2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.					
.					
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.					
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos					
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la práctica del futbol					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos					
FASES					
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es divido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados por parejas: los estudiantes se desplazan por la cancha tomados de la mano, dos estudiantes también tomados de la mano salen a tocar a los compañeros, pareja que sea tocada cambia de posición y sale a tocar a los demás. TIEMPO 20 minutos					
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: por parejas, un estudiante se desplaza llevando el balón llega al cono y le entrega el balón a su compañero en pase largo, el compañero realiza la misma acción: ejercicio 2: por parejas se coloca una hilera de conos, el primer estudiante se desplaza con el balón hasta el final y le realiza pase largo al compañero. Ejercicio 3: por equipos en hilera, al silbato cogen un aro donde cada estudiante se mete por entre el aro lo pasa al compañero y el ultimo trasporta el balón y lo lleva hasta el cono. Ejercicio 4: partido de futbol como medio de retroalimentación de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos 60 minutos					
RETO: pasar el cono por entre los estudiantes y devolverlo. Gana el equipo que lo realice en menos tiempo. TIEMPO 10 minutos					
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 15 minutos					

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LUZ NANCY GAONA TORRES
3. FECHA:	12-marzo de 2026	4. HORA:	9:00 am a 11:00 am
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N° DE SESIÓN:	04
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	02
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.			
.			
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.			
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos			
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la práctica del futbol			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: captura a la bandera: por equipos intentan tomar la bandera del equipo contrario sin dejarse atrapar. Ejercicio 2: ponchados: un estudiante con pelota intenta ponchar a sus compañeros. TIEMPO: 20 minutos			
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: por parejas: frente a frente los estudiantes realizan desplazamiento con control de balón se lo entrega al compañero quien se devuelve realizando mismo control. Ejercicio 2 desplazamiento por medio de conos como pueda el estudiante donde realiza pase al compañero. Ejercicio 3: partido de futbol como retroalimentación de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos  60 minutos			
RETO: desplazamiento entre los conos en el menor tiempo posible. TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Luz Nancy Gaona Torres
3. FECHA:	03-marzo de 2026	4. HORA:	1:00 p.m. a 3:00 p.m.
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N° DE SESIÓN:	01
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	01
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.			
.			
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.			
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos			
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la practica del futbol			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación del centro de interés. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: SEMAFORO: los estudiantes se desplazan por la cancha al decir rojo se detienen, amarillo caminan y verde corren. Se utiliza variantes ejemplo azul (se acuesta), negro (se sienta) etc. 2: gatos y ratones (se divide el grupo en dos uno son los gatos y los otros son ratones, cuando la formadora diga gatos los ratones saldrán corriendo y no se deben dejar atrapar.			
TIEMPO 20 minutos			
FASE CENTRAL: balón mano: se divide los estudiantes por equipos. Cada equipo cuenta con un cono, el objetivo es desplazarse por la cancha realizando pases entre el equipo, llegar al cono oponente y tumbarlo, gana el equipo que lo tumbe dos veces. 2ejercicio: se divide los estudiantes en igual número de integrantes y a cada grupo se le da un color, se colocan los platillos por toda la cancha, al silbato de la formadora uno por uno irá a buscar su color y traerlo hasta su puesto. Gana el equipo que lo logre primero. Ejercicio 3: los mismos equipos en el mismo orden al frente se coloca una hilera de conos, al silbato salen a coger uno por uno los conos y los organizan al terminar la línea. Ejercicio 4: partido de futbol el objetivo observar a los estudiantes en el control y transporte de balón.			
TIEMPO: 60 minutos			
RETO: por equipos, al frente de ellos se coloca el mismo numero de conos, saldrán corriendo tomados de la mano recogen cada uno el cono y llegan a la línea final.			
.			
TIEMPO 10 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares			
TIEMPO 15 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES		
3. FECHA:		05-marzo de 2026		4. HORA:	1:00 P.M A 3:00 P.M	
5. CENTRO INTERÉS:		futbol		6. N° DE SESIÓN:		02
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar		8. N° DE SEMANA:		01
8. ZONA:		03		9. CICLO:		2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO						
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.						
.						
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego						
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego						
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.						
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos						
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la práctica del futbol						
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos						
FASES						
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación del centro de interés. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: la lleva, dos estudiantes salen a perseguir a los demás, el estudiante que sea tocado sale a tocar a los demás. Ejercicio 2: cuidad de piedra: la misma lleva pero el estudiante que sea tocado se debe agachar y solo se libera si pasan por encima.						
TIEMPO 20 minutos						
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: aro saltarín (se divide el grupo en 3 grupos se realizan fila frente a una hilera de aros. a la orden de la formadora los estudiantes se desplazan por entre los conos, HIDRATACION ejercicio 2: pista de escalera (desplazamiento lateral, salto 1-2, ejercicio 3: platillos (desplazamiento entre los platillos. ejercicio 4: se organiza una pista completa con los aros, escalera y conos donde objetivo final es realizar desplazamiento con balón. ejercicio 4: partido de futbol como retroalimentación de la clase.						
TIEMPO 60 minutos						
RETO: por equipos frente a la pista de obstáculos deberán desplazarse, gana el equipo que menor tiempo gaste.						
.						
TIEMPO 20 minutos						
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares						
TIEMPO 20 minutos						

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		10-marzo de 2026	4. HORA:		1:00 pm a 3:00 p.m
5. CENTRO INTERÉS:		futbol	6. N° DE SESIÓN:		03
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:		02
8. ZONA:		03	9. CICLO:		2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.					
.					
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.					
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos					
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la práctica del futbol					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos					
FASES					
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados por parejas: los estudiantes se desplazan por la cancha tomados de la mano, dos estudiantes también tomados de la mano salen a tocar a los compañeros, pareja que sea tocada cambia de posición y sale a tocar a los demás. TIEMPO 20 minutos					
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: por parejas, un estudiante se desplaza llevando el balón llega al cono y le entrega el balón a su compañero en pase largo, el compañero realiza la misma acción: ejercicio 2: por parejas se coloca una hilera de conos, el primer estudiante se desplaza con el balón hasta el final y le realiza pase largo al compañero. Ejercicio 3: por equipos en hilera, al silbato cogen un aro donde cada estudiante se mete por entre el aro lo pasa al compañero y el ultimo trasporta el balón y lo lleva hasta el cono. Ejercicio 4: partido de futbol como medio de retroalimentación de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos  60 minutos					
RETO: pasar el cono por entre los estudiantes y devolverlo. Gana el equipo que lo realice en menos tiempo. TIEMPO 10 minutos					
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 15 minutos					

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		12-marzo de 2026	4. HORA:		1:00 pm a 3:00 pm
5. CENTRO INTERÉS:		futbol	6. N° DE SESIÓN:		04
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:		02
8. ZONA:		03	9. CICLO:		2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades con el balón en situaciones lúdicas de fútbol.					
.					
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación en el fútbol, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.					
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos					
SUBTEMAS: diferencio los diferentes juegos predeportivos dentro de la práctica del futbol					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos					
FASES					
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: captura a la bandera: por equipos intentan tomar la bandera del equipo contrario sin dejarse atrapar. Ejercicio 2: ponchados: un estudiante con pelota intenta ponchar a sus compañeros TIEMPO: 20 minutos					
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: por parejas: frente a frente los estudiantes realizan desplazamiento con control de balón se lo entrega al compañero quien se devuelve realizando mismo control. Ejercicio 2 desplazamiento por medio de conos como pueda el estudiante donde realiza pase al compañero. Ejercicio 3: partido de futbol como retroalimentación de la sesión de clase. TIEMPO 60 minutos 60 minutos					
RETO: desplazamiento entre los conos en el menor tiempo posible. TIEMPO 20 minutos					
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos					



DOCUMENTO EVIDENCIAS  
ZONAL OPERATIVO ZONA 3.

Nombre del evento:	Trabajo pedagógico
Fecha y hora del evento:	03-marzo- 2026
Parque y/o escenario:	Trabajo en casa

Compartid... > ... > Colegio Estr... > Luz Nancy Gaon...    

Tipo ▾ Personas ▾ Modificado ▾ Fuente ▾

Nombre 	Propietario	Fecha de modific...	Tamaño de a	
 grupo 1 03 al 12 de marzo.docx 	 diego.crow99	3 mar	39 kB	
 grupo 2 3 al 12 de marzo.docx 	 diego.crow99	3 mar	39 kB	
 grupo 3 del 4 al 13 de marzo.docx 	 diego.crow99	3 mar	39 kB	
 grupo 4 del 4 al 13 de marzo.docx 	 diego.crow99	3 mar	39 kB	

Marzo-03-2026 se realiza trabajo pedagógico en casa, realizando planes de clase hasta el 13 de marzo de 2026.

**DOCUMENTO EVIDENCIAS  
ZONAL OPERATIVO ZONA 3.**

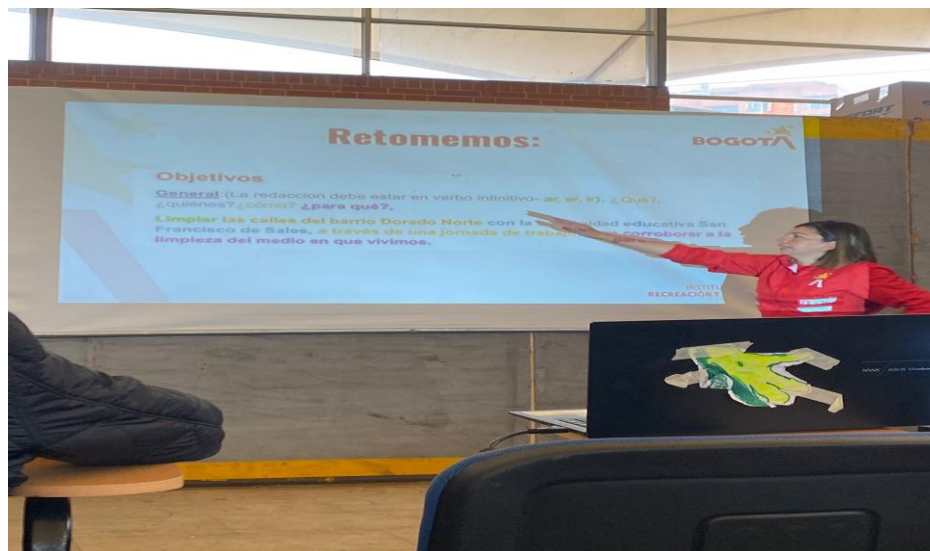
<b>Nombre del evento:</b>	Consentimientos informados
<b>Fecha y hora del evento:</b>	04-marzo- 2026
<b>Parque y/o escenario:</b>	IED estrella del sur sede B,C y D



Marzo-04-2026 asistir a las diferentes sedes de la IED, recopilar y organizar consentimientos informados

**DOCUMENTO EVIDENCIAS  
ZONAL OPERATIVO ZONA 3.**

Nombre del evento:	CUALIFICACION PEDAGOGICA Y PSICOSOCIAL
Fecha y hora del evento:	06-03-2026
Parque y/o escenario:	SALON PRESIDENTE IDRD



Se realiza cualificación de los componentes pedagógicos y psicosociales donde abordamos temas prevención de violencias y por otro lado se realiza una retroalimentación en la elaboración de las sesiones de clase.

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		04-marzo de 2026		4. HORA:	9:00 am a 11: 00 am
5. CENTRO INTERÉS:		futbol		6. N.º DE SESIÓN:	01
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar		8. N.º DE SEMANA:	01
8. ZONA:		03		9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal .					
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.					
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz					
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la practica del futbol como medio de aprendizaje					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.					
FASES					
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados: se desplazan por la cancha y un estudiante sale detrás a perseguirlos. Ejercicio 2: ponchados: los estudiantes salen corriendo buscando las bases antes que sean ponchados. TIEMPO: 20 minutos					
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: conos: el estudiante sale trote suave por entre los conos y regresa a la fila. Ejercicio 2: sale en carrera cono final y se devuelve en desplazamiento hacia atrás. Ejercicio 3: desplazamiento en zic-zac entre los platillos, posteriormente en zic zac con desplazamiento lateral. Ejercicio 4: escalera de coordinación desplazamiento a un solo pie, a pies juntos, desplazamiento lateral. Ejercicio 5: partido de futbol (observar a los estudiantes) TIEMPO 60 minutos 60 minutos					
RETO: desplazamiento entre los conos en el menor tiempo posible. TIEMPO 20 minutos					
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos					

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LUZ NANCY GAONA TORRES
3. FECHA:	06 -marzo de 2026	4. HORA:	9:00 am a 11: 00 am
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N.º DE SESIÓN:	02
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:	01
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal .			
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.			
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz			
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la práctica del futbol como medio de aprendizaje			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es divido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados: se desplazan por la cancha y un estudiante sale detrás a perseguirlos. Ejercicio 2: ponchados: los estudiantes salen corriendo buscando las bases antes que sean ponchados. TIEMPO: 20 minutos			
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: en un circulo de conos al silbato el estudiante se desplaza hacia el cono según el orden de la formadora. Ejercicio 2: por parejas un estudiante se desplaza lateralmente de cono a cono y recibe el pase del compañero, luego cambian. Ejercicio 3: el mismo ejercicio pero con desplazamiento adelante a tras y recibe el pase. Ejercicio 4: partido de futbol de observación TIEMPO 60 minutos  60 minutos			
RETO: circulo de aros quien toque todos los conos en el menor tiempo posible. TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LUZ NANCY GAONA TORRES
3. FECHA:	11 -marzo de 2026	4. HORA:	9:00 am a 11: 00 am
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N.º DE SESIÓN:	03
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:	02
8. ZONA:	03	9. CICLO:	3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal .			
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.			
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz			
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la práctica del futbol como medio de aprendizaje			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados bajo tierra. Un estudiante sale a perseguir a sus compañeros quien sea atrapado se queda quieto y podrá ser liberado pasando por entre las piernas. Ejercicio dos, balonmano por equipos deben hacerse pases con la mano y tratar de tumbar el cono del equipo oponente. TIEMPO: 20 minutos			
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: Conducción libre: los estudiantes se desplazan por el espacio a la señal el estudiante cambia de dirección (hacia atrás, lateral, salto a un pie a pie junto). Ejercicio 2: el mismo ejercicio, pero esta vez desplazamiento con balón. Ejercicio 3: por parejas: un estudiante con balón lo lanza en diferentes direcciones y el compañero debe llegar y evitar que se pase el balón. Ejercicio 4: partido de futbol de observación  tiempo 60 minutos			
RETO: se realizan pases consecutivos sin perder control de balón. TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		13-marzo de 2026	4. HORA:		9:00 am a 11: 00 am
5. CENTRO INTERÉS:		futbol	6. N.º DE SESIÓN:		04
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:		02
8. ZONA:		03	9. CICLO:		3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal .					
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.					
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz					
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la práctica del futbol como medio de aprendizaje					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.					
FASES					
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados bajo tierra. Un estudiante sale a perseguir a sus compañeros quien sea atrapado se queda quieto y podrá ser liberado pasando por entre las piernas. Ejercicio dos, balonmano por equipos deben hacerse pases con la mano y tratar de tumbar el cono del equipo oponente. TIEMPO: 20 minutos					
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: Conducción libre: los estudiantes se desplazan por el espacio a la señal el estudiante cambia de dirección (hacia atrás, lateral, salto a un pie a pie junto). Ejercicio 2: el mismo ejercicio, pero esta vez desplazamiento con balón. Ejercicio 3: por parejas: un estudiante con balón lo lanza en diferentes direcciones y el compañero debe llegar y evitar que se pase el balón. Ejercicio 4: partido de futbol de observación  tiempo 60 minutos					
RETO: se realizan pases consecutivos sin perder control de balón. TIEMPO 20 minutos					
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos					



**PLAN DE CLASE**  
**PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria**

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES
3. FECHA:		04-marzo de 2026		4. HORA:
5. CENTRO INTERÉS:		futbol		6. N.º DE SESIÓN:
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar		8. N.º DE SEMANA:
8. ZONA:		03		9. CICLO:
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO				
<p><b>MOTRÍZ:</b> Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal</p> <p><b>COGNITIVA:</b> Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa</p> <p><b>PSICOSOCIAL:</b> reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego</p> <p><b>LUDICA:</b> Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.</p> <p><b>TEMA:</b> Coordinación, el control y la curiosidad motriz</p> <p><b>SUBTEMAS:</b> adapto los juegos predeportivos a la practica del futbol como medio de aprendizaje</p> <p><b>IMPLEMENTACION:</b> Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.</p> <p><b>FASES</b></p> <p><b>FASE INICIAL:</b> Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados: se desplazan por la cancha y un estudiante sale detrás a perseguirlos. Ejercicio 2: ponchados: los estudiantes salen corriendo buscando las bases antes que sean ponchados. <b>TIEMPO:</b> 20 minutos</p> <p><b>FASE CENTRAL:</b> La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: conos: el estudiante sale trote suave por entre los conos y regresa a la fila. Ejercicio 2: sale en carrera cono final y se devuelve en desplazamiento hacia atrás. Ejercicio 3: desplazamiento en zic-zac entre los platillos, posteriormente en zic zac con desplazamiento lateral. Ejercicio 4: escalera de coordinación desplazamiento a un solo pie, a pies juntos, desplazamiento lateral. Ejercicio 5: partido de futbol (observar a los estudiantes) <b>TIEMPO</b> 60 minutos</p> <p><b>60 minutos</b></p> <p><b>RETO:</b> desplazamiento entre los conos en el menor tiempo posible. <b>TIEMPO</b> 20 minutos</p> <p><b>FASE FINAL:</b> Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares <b>TIEMPO</b> 20 minutos</p>				



PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LUZ NANCY GAONA TORRES
3. FECHA:	06 -marzo de 2026	4. HORA:	1:00 pm a 3:00 pm
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N.º DE SESIÓN:	02
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:	01
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal .			
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.			
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz			
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la práctica del futbol como medio de aprendizaje			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es divido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados: se desplazan por la cancha y un estudiante sale detrás a perseguirlos. Ejercicio 2: ponchados: los estudiantes salen corriendo buscando las bases antes que sean ponchados. TIEMPO: 20 minutos			
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: en un circulo de conos al silbato el estudiante se desplaza hacia el cono según el orden de la formadora. Ejercicio 2: por parejas un estudiante se desplaza lateralmente de cono a cono y recibe el pase del compañero, luego cambian. Ejercicio 3: el mismo ejercicio pero con desplazamiento adelante a tras y recibe el pase. Ejercicio 4: partido de futbol de observación TIEMPO 60 minutos  60 minutos			
RETO: circulo de aros quien toque todos los conos en el menor tiempo posible. TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	LUZ NANCY GAONA TORRES
3. FECHA:	11 -marzo de 2026	4. HORA:	1:00 pm a 3:00 pm
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N.º DE SESIÓN:	03
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:	02
8. ZONA:	03	9. CICLO:	3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal .			
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.			
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz			
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la práctica del futbol como medio de aprendizaje			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.			
FASES			
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados bajo tierra. Un estudiante sale a perseguir a sus compañeros quien sea atrapado se queda quieto y podrá ser liberado pasando por entre las piernas. Ejercicio dos, balonmano por equipos deben hacerse pases con la mano y tratar de tumbar el cono del equipo oponente. TIEMPO: 20 minutos			
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: Conducción libre: los estudiantes se desplazan por el espacio a la señal el estudiante cambia de dirección (hacia atrás, lateral, salto a un pie a pie junto). Ejercicio 2: el mismo ejercicio, pero esta vez desplazamiento con balón. Ejercicio 3: por parejas: un estudiante con balón lo lanza en diferentes direcciones y el compañero debe llegar y evitar que se pase el balón. Ejercicio 4: partido de futbol de observación  tiempo 60 minutos			
RETO: se realizan pases consecutivos sin perder control de balón. TIEMPO 20 minutos			
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		13-marzo de 2026	4. HORA:		1:00 pm a 3:00 pm
5. CENTRO INTERÉS:		futbol	6. N.º DE SESIÓN:		04
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:		02
8. ZONA:		03	9. CICLO:		3
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Explorar y ejecutar ejercicios y movimientos acoplados al centro de interés, fortaleciendo la coordinación y el control corporal.					
COGNITIVA: Identificar y comprender los principios básicos del juego, ocupación de espacios, líneas de pase y orientación corporal para la toma de decisiones simples que favorezcan la participación activa y efectiva del juego, en la parte técnica-coordinativa					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores a trabajar dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Promover la exploración y experimentación libre a través de actividades lúdico-deportivas que impulsen al estudiante a descubrir y ajustar soluciones motrices, fortaleciendo su creatividad, disfrute y participación activa en el aprendizaje.					
TEMA: Coordinación, el control y la curiosidad motriz					
SUBTEMAS: adapto los juegos predeportivos a la práctica del futbol como medio de aprendizaje					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, escaleras de coordinación.					
FASES					
FASE INICIAL: Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación de las actividades. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: congelados bajo tierra. Un estudiante sale a perseguir a sus compañeros quien sea atrapado se queda quieto y podrá ser liberado pasando por entre las piernas. Ejercicio dos, balonmano por equipos deben hacerse pases con la mano y tratar de tumbar el cono del equipo oponente. TIEMPO: 20 minutos					
FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje Ejercicio 1: Conducción libre: los estudiantes se desplazan por el espacio a la señal el estudiante cambia de dirección (hacia atrás, lateral, salto a un pie a pie junto). Ejercicio 2: el mismo ejercicio, pero esta vez desplazamiento con balón. Ejercicio 3: por parejas: un estudiante con balón lo lanza en diferentes direcciones y el compañero debe llegar y evitar que se pase el balón. Ejercicio 4: partido de futbol de observación  tiempo 60 minutos					
RETO: se realizan pases consecutivos sin perder control de balón. TIEMPO 20 minutos					
FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares  TIEMPO 20 minutos					

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	Luz Nancy Gaona Torres
3. FECHA:	03-marzo de 2026	4. HORA:	1:00 p.m. a 3:00 p.m.
5. CENTRO INTERÉS:	futbol	6. N° DE SESIÓN:	01
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	01
8. ZONA:	03	9. CICLO:	2
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades recreativas y predeportivas.			
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego			
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores humanos dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego			
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.			
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos			
SUBTEMAS: diferencio los distintos juegos predeportivos.			
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, pelotas, raquetas			
FASES			
<p><b>FASE INICIAL:</b></p> <p>Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación del centro de interés. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: Actividad 1: “El Ritmo del Pueblo” (12 min) • Descripción: El grupo forma un gran círculo, trotando suavemente en el lugar. El instructor, desde el centro, establece un ritmo con palmadas (ej: lento, moderado, rápido). El grupo debe sincronizar su trote y su respiración con el ritmo: o Ritmo Lento (Palmadas espaciadas): Trote muy suave. Inhalar por la nariz en 4 tiempos, exhalar por la boca en 4 tiempos. o Ritmo Moderado (Palmadas regulares): Trote normal. Inhalar en 3, exhalar en 3. o Ritmo Rápido (Palmadas rápidas): Correr en el lugar con rodillas altas. Inhalar en 2, exhalar en 2.</p> <p>. el gato y el ratón: en un círculo todos los estudiantes tomados de la mano, un estudiante será el ratón y otro el gato. (el gato debe atrapar al ratón, mientras el ratón intenta escapar y los compañeros lo protegen).</p> <p><b>TIEMPO</b> 20 minutos</p> <p><b>FASE CENTRAL:</b> La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje. Actividad 1: por equipos los estudiantes deben llevar una pelota con la raqueta sin dejarla caer, pasando una pista de obstáculos conos pasando en zic-zac-, sobre platillos. se debe devolver corriendo y darle la salida al siguiente compañero. Gana el equipo que realice la actividad con las indicaciones sugeridas por la formadora. EJERCICIO 2: Actividad: Circuito de coordinación viso-manual y velocidad de reacción: Los estudiantes se organizan en filas o pequeños grupos detrás de una línea de salida. Frente a ellos se ubica un circuito con aros, conos o platillos distribuidos en el suelo a una distancia corta entre sí. Al final del recorrido se puede colocar un balón, aro o cono que será el elemento de manipulación. Desarrollo de la actividad A la señal del formador, el primer estudiante de cada fila inicia el recorrido realizando desplazamientos rápidos entre los aros o conos, siguiendo el patrón establecido (pisar dentro del aro, saltar, o pasar lateralmente entre los conos). Durante el desplazamiento el estudiante deberá mantener la concentración y el control del cuerpo para no tocar los obstáculos y mantener el ritmo del ejercicio. Al llegar al final del circuito, el estudiante realizará una acción de coordinación viso-manual, que puede ser:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tomar un balón y lanzarlo hacia un objetivo.</li><li>• Atrapar un balón lanzado por el formador.</li><li>• Tocar un cono o aro específico según la indicación del profesor.</li></ul> <p>Después de completar la acción, el estudiante regresará rápidamente al inicio y dará paso al siguiente compañero del grupo.</p> <p><b>Variantes</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Realizar el recorrido de forma lateral o hacia atrás.</li><li>• Utilizar balones de diferentes tamaños.</li><li>• Agregar señales del profesor (colores o números) para decidir qué objetivo tocar o lanzar.</li></ul> <p><b>EJERCICIO 3:</b> Relevos de velocidad con zigzag y precisión con aro: Se divide el grupo en dos o más equipos, ubicados en filas detrás de una línea de salida. Frente a cada equipo se colocan cinco conos en línea recta, separados a una distancia aproximada de 1 a 1.5 metros entre cada uno, formando un recorrido en zigzag. Cerca del último cono se ubica un aro, y a un costado del área se coloca otro aro que será utilizado en la parte final del ejercicio.</p> <p><b>Desarrollo de la actividad:</b></p> <p>A la señal del formador, el primer estudiante de cada equipo inicia el recorrido realizando una carrera en zigzag entre los cinco conos, desplazándose con rapidez y control corporal. Al pasar el último cono, el estudiante deberá recoger el aro ubicado en el suelo y colocarlo alrededor del quinto cono. Una vez realizado esto, regresará corriendo hacia su equipo y tocará la mano del siguiente compañero, quien iniciará nuevamente el recorrido.</p> <p>El segundo estudiante repetirá el zigzag entre los conos, recogerá el aro y lo trasladará hasta el cono número cuatro, regresando posteriormente para dar el relevo al siguiente compañero.</p> <p>La dinámica continuará de la misma forma:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• El siguiente jugador llevará el aro al cono tres,</li><li>• luego al cono dos,</li><li>• y finalmente al cono uno, que es el más cercano a la salida.</li></ul> <p>Cuando el aro llegue al primer cono, el jugador que esté en turno deberá realizar nuevamente el recorrido, pero en esta ocasión deberá dirigirse hacia el segundo aro ubicado en el área de juego. Desde allí intentará lanzarlo con precisión hacia el</p>			

<p>cono principal para lograr incrustarlo o encajarlo sobre él.</p> <p>Condición de victoria:</p> <p>El equipo que logre encestar o incrustar el aro en el cono en el primer intento será el ganador de la actividad.</p> <p><b>TIEMPO:</b> <b>60 minutos</b></p>
<p><b>RETO:</b> por equipos, deberán hacer una fila tomando una distancia de dos metros por estudiante, donde se deben pasar la raqueta, sin dejar caer la pelota y llegar a la línea final.</p> <p>.</p> <p><b>TIEMPO</b> <b>10 minutos</b></p>
<p><b>FASE FINAL:</b> Realimentación de toda la sesión de clase según la <b>ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN</b> entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares</p> <p><b>TIEMPO</b> <b>15 minutos</b></p>

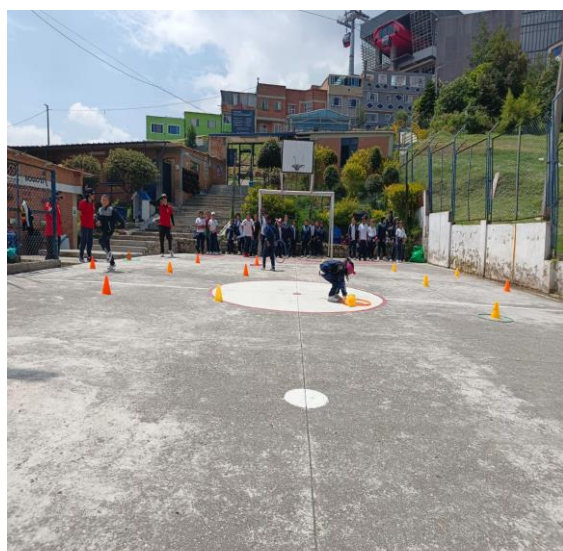
DOCUMENTO EVIDENCIAS  
ZONAL OPERATIVO ZONA 3.

Nombre del evento:	PLAN CLASE APOYO
Fecha y hora del evento:	13-03-2026
Parque y/o escenario:	IED BRISAS DEL DIAMANTE



CAMON 30 5G •

23mm f/2.45 1/191s ISO150



CAMON 30 5G •

23mm f/1.88 1/1613s ISO52



CAMON 30 5G •

23mm f/2.45 1/178s ISO150

Se realizo acompañamiento al IED brisas del diamante, donde se ejecutaron actividades recreativas y predeportivas a los estudiantes.



**DOCUMENTO EVIDENCIAS  
ZONAL OPERATIVO ZONA 3.**

<b>Nombre del evento:</b>	ACTIVIDADES RECREATIVAS Y PREDEPORTIVAS
<b>Fecha y hora del evento:</b>	17-03--2026
<b>Parque y/o escenario:</b>	IED CONFEDERACION BRISAS DEL DIAMANTE



Se realizo actividades recreativas y predeportivos a los estudiantes de la IED brisas del diamante, cumpliendo lineamientos y horarios establecidos.

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1.		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		LUZ NANCY GAONA TORRES	
3. FECHA:		18-marzo de 2026	4. HORA:		9:30 AM A 2:30 P.M
5. CENTRO INTERÉS:			6. N.º DE SESIÓN:		JUEVES Y VERNES
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar	8. N.º DE SEMANA:		
8. ZONA:		03	9. CICLO:		1
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO					
MOTRÍZ: Desarrollar la coordinación, el control y la movilidad corporal mediante actividades recreativas y predeportivas					
COGNITIVA: Comprender las reglas básicas y las formas de participación, desarrollando la atención, la observación y la toma de decisiones en el juego					
PSICOSOCIAL: reconozco lo valores humanos dentro de la sesión y como puedo aplicarlos durante el juego					
LUDICA: Disfrutar del juego y la recreación a través de actividades futbolísticas dinámicas y participativas, mediante juegos y retos que estimulen la imaginación, la diversión, la cooperación y la expresión libre en el movimiento.					
TEMA: Exploro el movimiento por medio de juegos predeportivos					
SUBTEMAS: diferencio los distintos juegos predeportivos.					
IMPLEMENTACION: Balones, conos, platillos, pelotas, raquetas					
FASES					
<p>FASE INICIAL:</p> <p>Encuentro con el grupo, desplazamiento al campo deportivo, bienvenida a los estudiantes al centro de interés por parte de la formadora y explicación del centro de interés. Calentamiento: es dividido en tres fases, movilidad articular de manera ascendente (tobillos, rodillas, cadera, hombros, cuello, codos, muñecas), 15 segundos por articulación. Ejercicio 1: Actividad 1: “El Ritmo del Pueblo” (12 min) • Descripción: El grupo forma un gran círculo, trotando suavemente en el lugar. El instructor, desde el centro, establece un ritmo con palmadas (ej: lento, moderado, rápido). El grupo debe sincronizar su trote y su respiración con el ritmo: o Ritmo Lento (Palmadas espaciadas): Trote muy suave. Inhalar por la nariz en 4 tiempos, exhalar por la boca en 4 tiempos. o Ritmo Moderado (Palmadas regulares): Trote normal. Inhalar en 3, exhalar en 3. o Ritmo Rápido (Palmadas rápidas): Correr en el lugar con rodillas altas. Inhalar en 2, exhalar en 2.</p> <p>. el gato y el ratón: en un circulo todos los estudiantes tomados de la mano, un estudiante será el ratón y otro el gato. (el gato debe atrapar el ratón, mientas el ratón intenta escapar y los compañeros lo protegen.</p> <p>TIEMPO</p> <p>20 minutos</p> <p>FASE CENTRAL: La fase central según nuestro tema general. Las actividades a continuación están diseñadas para ser orientadas bajo la lúdica como modelo de enseñanza aprendizaje. Actividad 1: por equipos los estudiantes deben llevar una pelota con la mano por el piso pasando una pista de obstáculos platillos pasando en zic-zac-, debe devolver corriendo y darle la salida al siguiente compañero. Gana el equipo que realice la actividad con las indicaciones sugeridas por la formadora. EJERCICIO 2: Actividad: Circuito de coordinación viso-manual y velocidad de reacción: Los estudiantes se organizan en filas o pequeños grupos detrás de una línea de salida. El estudiante sale corriendo hasta la línea final donde debe trasportar de regreso un pimpón con una cuchara plástica y hacerle entrega al siguiente compañero, hasta que pasen todos los estudiantes. Durante el desplazamiento el estudiante deberá mantener la concentración y el control del cuerpo para no tocar los obstáculos y mantener el ritmo del ejercicio.</p> <p>RETO: por equipos, deberán hacer una fila tomando una distancia de dos metros por estudiante, donde se deben pasar el pimpón y la chara , sin dejar caer la pelota y llegar a la línea final.</p> <p>TIEMPO</p> <p>10 minutos</p> <p>FASE FINAL: Realimentación de toda la sesión de clase según la ACCIÓN, REFLEXIÓN, ACCIÓN entrelazada con la dimensión psicosocial y su tema principal. Reconoce las diferentes emociones que vive en su contexto. Vuelta a la calma y estiramiento de todos los grupos musculares</p> <p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>					



**DOCUMENTO EVIDENCIAS  
ZONAL OPERATIVO ZONA 3.**

Nombre del evento:	ACTIVIDAD RECREATIVA
Fecha y hora del evento:	20-03- 2026
Parque y/o escenario:	led estrella del sur



Se realizo actividad recreativa y predeportiva a los estudiantes de la IED estrella del sur sede b y c.