



**IDRD**



# OBLIGACIÓN 2

## GRUPO 1



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-07	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.			
<b>SUBTEMAS :</b> Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecución de la misma. Se realiza el juego llamado ponchados donde se escoge a uno de los estudiantes quien ponchara, el estudiante deberá ponchar a sus compañeros de la cintura hacia abajo, cuando el estudiante sea pochado se quedará en el punto donde fue ponchado con la posibilidad de abrir las piernas para ser desponchado cuando un compañero pase por en medio de sus piernas, si el juego esta muy demorado se dará otro balón a otro compañero para que también comience a ponchar.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase se realiza un refuerzo en las falencias vistas y expresadas por cada uno de los estudiantes, los temas vistos son: postura y posiciones para pase de volea, recepción de antebrazos, saque por debajo hacia al frente, rotación y numeración en el campo de juego. Se hacen subgrupos para que los estudiantes decidan y viendo cuáles son sus falencias realicen las actividades propuestas para superar cualquier tipo de debilidad o falencia.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-07	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 15	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1091979276	JANHER ANDRES BARBA			No asistio
1072006271	SHARLY YOJAN BARROSO			No asistio
6733480	JOSUE DANIEL RINCON			Asistio
N37666585464	DAYANDERSON GREGORIO VALDIVIESO			Asistio
5465752	ALAN DANIEL PEREZ			No asistio
1051823377	RODNY ALEJANDRO VILLA			Asistio
7906451	DIEGO ALEJANDRO CHACON			No asistio
1067615003	SHEILA DANIELA PAVAJEAU			No asistio
1141329295	VALERY YISETH RODRIGUEZ			No asistio
1012388478	GABRIELA PEÑA			No asistio
1013640562	DEIVY SANTIAGO LOPEZ			Asistio
1141120439	ALEJANDRO ORTIZ			No asistio
5181546	VALERIA SOFIA RODRIGUEZ			No asistio
1033756473	EVELYN KAREN ROMERO			Asistio
1026576632	ROSA MARIA PALACIOS			Asistio
N158966538319	KLEYMAR ALEJANDRA IRE MONTILLA			Asistio
1141333985	SANTIAGO ORLANDO PABON			No asistio
1027287085	ANGIE MARIANA VASQUEZ			Asistio
1027287086	SARA ALEJANDRA VASQUEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-09	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.

COGNITIVA :

Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.

TEMA :

Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.

SUBTEMAS :

Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.

IMPLEMENTACION :

Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Para esta sesión de clase los estudiantes presentaran una evaluación donde se verificará el saque por debajo hacia al frente, volea o pase de dedos, recepción de antebrazos y algunas preguntas sobre la rotación que la docente les realizara al finalizar la evaluación. se maneja la hidratación como lo indica la formadora.

TIEMPO  
70 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.

TIEMPO  
El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza la vuelta a la calma con estiramiento general de las articulaciones y con el estiramiento específico de los brazos, manos y dedos. Reflexión sobre los temas y conceptos aprendidos durante la sesión de clase.

TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-09	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1091979276	JANHER ANDRES BARBA			No asistio
1072006271	SHARLY YOJAN BARROSO			No asistio
6733480	JOSUE DANIEL RINCON			Asistio
N37666585464	DAYANDERSON GREGORIO VALDIVIESO			Asistio
5465752	ALAN DANIEL PEREZ			No asistio
1051823377	RODNY ALEJANDRO VILLA			Asistio
7906451	DIEGO ALEJANDRO CHACON			No asistio
1067615003	SHEILA DANIELA PAVAJEAU			No asistio
1141329295	VALERY YISETH RODRIGUEZ			No asistio
1012388478	GABRIELA PEÑA			No asistio
1013640562	DEIVY SANTIAGO LOPEZ			No asistio
1141120439	ALEJANDRO ORTIZ			No asistio
5181546	VALERIA SOFIA RODRIGUEZ			No asistio
1033756473	EVELYN KAREN ROMERO			Asistio
1026576632	ROSA MARIA PALACIOS			Asistio
N158966538319	KLEYMAR ALEJANDRA IRE MONTILLA			Asistio
1141333985	SANTIAGO ORLANDO PABON			Asistio
1027287085	ANGIE MARIANA VASQUEZ			Asistio
1027287086	SARA ALEJANDRA VASQUEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-14	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
COGNITIVA : Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
PSICOSOCIAL : Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
LUDICA : Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
TEMA : Introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo			
SUBTEMAS : Se comunica y ajusta su posición de forma coordinada con los defensores de zaguero. Identifico visualmente la línea o diagonal desprotegida antes del golpe y dirige el balón a ese espacio.			
IMPLEMENTACION : Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES En esta sesión de clase se dará una introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo, se realiza trabajo en parejas o tríos según la disposición de balones y material, también se trabajará de manera individual saltando sobre aros para realizar el remate, en los ejercicios se diagnosticará cuáles son las destrezas y habilidades de los estudiantes para enfocarlos en cual podría ser su posición en el campo de voleibol.  TIEMPO 60 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-14	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	VOLEIBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1091979276	JANHER ANDRES BARBA			No asistio
1072006271	SHARLY YOJAN BARROSO			No asistio
6733480	JOSUE DANIEL RINCON			Asistio
N37666585464	DAYANDERSON GREGORIO VALDIVIESO			Asistio
5465752	ALAN DANIEL PEREZ			Asistio
1051823377	RODNY ALEJANDRO VILLA			Asistio
7906451	DIEGO ALEJANDRO CHACON			Asistio
1067615003	SHEILA DANIELA PAVAJEAU			No asistio
1141329295	VALERY YISETH RODRIGUEZ			No asistio
1012388478	GABRIELA PEÑA			No asistio
1013640562	DEIVY SANTIAGO LOPEZ			Asistio
1141120439	ALEJANDRO ORTIZ			No asistio
5181546	VALERIA SOFIA RODRIGUEZ			Asistio
1033756473	EVELYN KAREN ROMERO			Asistio
1026576632	ROSA MARIA PALACIOS			Asistio
N158966538319	KLEYMAR ALEJANDRA IRE MONTILLA			Asistio
1141333985	SANTIAGO ORLANDO PABON			No asistio
1027287085	ANGIE MARIANA VASQUEZ			Asistio
1027287086	SARA ALEJANDRA VASQUEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-16	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES

Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El calentamiento para esta sesión de clase será realizar los ejercicios indicados por la formadora como es un trote alrededor de la cancha, realizar talón al glúteo, un poco de skiping y se termina con el juego de la cadena o como lo llaman otros el juego de la bacteria, esto se realizara por un tiempo determinado y si no se logra atrapar a todos los compañeros se pondrá penitencia a los que quedaron en la cadena.

TIEMPO

25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES

En esta fase central se realizara una clase de integración, los estudiantes se ubicaran en dos grupos y deberán pasar el balón según la indicación del formador ya sea de atrás hacia adelante por medio de las piernas, por encima de la cabeza y trabajo de lateralidades (izquierda derecha), la siguiente actividad será realizar una carrera donde deberán transportar algunos elementos que se colocaran en el piso como balones, conos, sogas según los recursos con los que se disponga.

TIEMPO

60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES

El reto consiste en formar grupos de tres integrantes y pasar de un extremo a otro en los apoyos que indique el formador.

TIEMPO

10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.

TIEMPO

20 MINUTOS

Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria



ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-16	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	FUTSAL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141345690	DULCE MARIA GOMEZ			Asistio
1021689970	SARAY LUCIA GARZON			Asistio
5045688	LORIANNYS PATRICIA COLINA			Asistio
1011214982	MICHEL DAYANA PERDOMO			No asistio
1062972853	LUIS SANTIAGO GONZALEZ			Asistio
1063363138	KEVIN ANDRES RODRIGUEZ			Asistio
7121262	NITSSY JULIETH SANGLEIMI PERALTA			Asistio
1118869199	NAZARETH BEILET SUAREZ			No asistio
1206218955	DAVID ALEJANDRO ZARATE			No asistio
1233920943	ARIANNA ISABELLA APONTE			Asistio
1029293466	EDWIN STIWAR GOMEZ			No asistio
1025150552	MARLON STIVEN IBAÑEZ			No asistio
7875755	BEILISMAR SHANAYA MACHADO			No asistio
1028405018	MATIAS FRANCISCO CASTRO			No asistio
1028668965	BRAYAN STIVEN BEDOYA			No asistio
1121305519	LUIS CARLOS FERNANDEZ			Asistio
1029150439	JOHAN ESTEBAN GALINDO			No asistio
1023938668	JUAN DIEGO MARTIN			No asistio
1029290980	DARIAN SMITH CORTES			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-21	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
"Trabajo grupal en velocidad Objetivos: • Carrera con balón: Los niños corren libremente por el espacio conduciendo el balón con ambos pies, promoviendo la coordinación y el control. • Juegos de persecución: Actividades como ""el lobo y las ovejas"" , donde un niño persigue a los demás mientras todos conducen un balón, fomentan la agilidad y la toma de decisiones rápidas. • Circuitos de obstáculos: Utilizar conos, aros y cuerdas para crear recorridos que los niños deben completar conduciendo el balón, mejorando la coordinación y el equilibrio."

TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto consiste en hacer dos subgrupos los cuales deberan realizar una competencia de velocidad y resistencia, llevando el balon de un extremo al otro extremo de la cancha con borde interno, externo y en pareja.

TIEMPO  
10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.

TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-21	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 2	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141345690	DULCE MARIA GOMEZ			Asistio
1021689970	SARAY LUCIA GARZON			Asistio
5045688	LORIANNYS PATRICIA COLINA			Asistio
1011214982	MICHEL DAYANA PERDOMO			No asistio
1062972853	LUIS SANTIAGO GONZALEZ			Asistio
1063363138	KEVIN ANDRES RODRIGUEZ			Asistio
7121262	NITSSY JULIETH SANGLEIMI PERALTA			Asistio
1118869199	NAZARETH BEILET SUAREZ			Asistio
1206218955	DAVID ALEJANDRO ZARATE			Asistio
1233920943	ARIANNA ISABELLA APONTE			Asistio
1029293466	EDWIN STIWAR GOMEZ			Asistio
1025150552	MARLON STIVEN IBAÑEZ			Asistio
7875755	BEILISMAR SHANAYA MACHADO			Asistio
1028405018	MATIAS FRANCISCO CASTRO			Asistio
1028668965	BRAYAN STIVEN BEDOYA			Asistio
1121305519	LUIS CARLOS FERNANDEZ			Asistio
1029150439	JOHAN ESTEBAN GALINDO			Asistio
1023938668	JUAN DIEGO MARTIN			Asistio
1029290980	DARIAN SMITH CORTES			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-23	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Trabajo grupal en velocidad Objetivos: Ejercicios están diseñados para fortalecer la defensa, mejorar la anticipación y optimizar la coordinación entre jugadores Ejercicio 1x1 y 2x2 con Apoyos Externos En este ejercicio, se divide el campo en tres zonas: dos de 10x20 metros y una central de 20x20 metros. En las zonas laterales se realizan duelos 1x1, donde el atacante recibe el balón de un jugador externo y debe avanzar mientras el defensor intenta impedirlo. En la zona central se juega un 2x2 con apoyos externos, enfocándose en impedir la recepción y progresión del atacante. Este ejercicio mejora la anticipación y la presión inmediata tras la recepción del balón. este ejercicio consiste en lanzar petos al aire para que los jugadores identifiquen rápidamente a su marca y ejerzan presión sobre el balón. Es eficaz para entrenar la rapidez en la asignación de marcas y la interceptación de pases.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en dividir el grupo en dos, al quedar divididos en dos un grupo se hace en una parte de la cancha y el otro grupo a lado y lado, el primer grupo deberá intentar pasar al otro lado de la cancha sin ser ponchado o tocado por el balón que tendrán algunos de los compañeros del otro grupo, el equipo que logre pasar en el menor tiempo posible será el ganador y el otro grupo deberá socializar los conocimientos sobre la ciudad y las enseñanzas del componente social.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			



ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-23	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 3	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141345690	DULCE MARIA GOMEZ			Asistio
1021689970	SARAY LUCIA GARZON			Asistio
5045688	LORIANNYS PATRICIA COLINA			Asistio
1011214982	MICHEL DAYANA PERDOMO			No asistio
1062972853	LUIS SANTIAGO GONZALEZ			Asistio
1063363138	KEVIN ANDRES RODRIGUEZ			Asistio
7121262	NITSSY JULIETH SANGLEIMI PERALTA			Asistio
1118869199	NAZARETH BEILET SUAREZ			Asistio
1233920943	ARIANNA ISABELLA APONTE			No asistio
1139274039	NICOLAS FELIPE FORERO			Asistio
1101019733	JHON EFREN QUIROGA			Asistio
1171213535	SOL SARAI DELGADO			No asistio
1030622261	VICTOR ALEJANDRO FAJARDO			Asistio
1014740464	JUAN DIEGO MARQUEZ			Asistio
1023912499	FRANCY GISETH DIAZ			Asistio
1022981836	CHARYT DAYANNA LOPEZ			Asistio
1010762025	EDWIN ALEJANDRO TURIZO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-28	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
En esta sesión de clase los estudiantes trabajaran coordinación viso manual y trabajo en equipo, realizaran el primer ejercicio que será hacer un círculo y pasaran el balón el cual deberán atrapar con las manos y en ese momento los compañeros que están de cada lado deberán realizar una sentadilla cuando los estudiantes van perdiendo ya sea porque no realizan la sentadilla o la realizan en el momento equivocado deberán salir y realizar una sentadilla cada que uno de sus compañeros reciba un balón, el siguiente ejercicio será realizar pases con el borde internos el que no lo logre saldrá del círculo y comenzara a trotar mientras sus compañeros siguen con el ejercicio, así sucesivamente hasta que terminen solo 5 estudiantes dentro del círculo.

TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto consiste en dividir al grupo en dos subgrupos, un compañero se dirige a un punto determinado regresa y lleva a su compañero tomado de la mano, luego regresan por el tercero y así sucesivamente hasta todos terminar tomados de la mano al otro extremo de la cancha o al punto indicado

TIEMPO  
10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.

TIEMPO  
20 MINUTOS

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-30	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecución de la misma. Se realiza el juego llamado ponchados donde se escoge a uno de los estudiantes quien ponchara, el estudiante deberá ponchar a sus compañeros de la cintura hacia abajo, cuando el estudiante sea pochado se quedará en el punto donde fue ponchado con la posibilidad de abrir las piernas para ser desponchado cuando un compañero pase por en medio de sus piernas, si el juego esta muy demorado se dará otro balón a otro compañero para que también comience a ponchar.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES La actividad que se desarrolla en esta sesión de clase será dividir el grupo en dos para poder realizar por equipos una competencia llevando el balón hasta un punto determinado con arrastre de balón con pie derecho, al devolverse tomara el balón en las manos corriendo a toda velocidad ubicándose en la parte de atrás de sus compañeros y pasándolo por en medio de las piernas de ellos, sale el siguiente compañero que esta ubicado en la parte de al frente y así sucesivamente, luego se realiza el mismo ejercicio con pie izquierdo y luego con los dos bordes alternadamente.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en formar grupos de tres integrantes y pasar de un extremo a otro en los apoyos que indique el formador.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			





**IDRD**



# OBLIGACIÓN 2

## GRUPO 2



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-07	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.			
<b>SUBTEMAS :</b> Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecución de la misma. Se realiza el juego llamado ponchados donde se escoge a uno de los estudiantes quien ponchara, el estudiante deberá ponchar a sus compañeros de la cintura hacia abajo, cuando el estudiante sea pochado se quedará en el punto donde fue ponchado con la posibilidad de abrir las piernas para ser desponchado cuando un compañero pase por en medio de sus piernas, si el juego esta muy demorado se dará otro balón a otro compañero para que también comience a ponchar.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase se realiza un refuerzo en las falencias vistas y expresadas por cada uno de los estudiantes, los temas vistos son: postura y posiciones para pase de volea, recepción de antebrazos, saque por debajo hacia al frente, rotación y numeración en el campo de juego. Se hacen subgrupos para que los estudiantes decidan y viendo cuáles son sus falencias realicen las actividades propuestas para superar cualquier tipo de debilidad o falencia.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-07	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 15	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141328310	MANUEL SANTIAGO FUENTES			Asistio
1233521171	JOSE SANTIAGO BONILLA			Asistio
1013137138	CARLOS FERNEY SAENZ			Asistio
1012401300	DANIEL STIVEN VARGAS			No asistio
1105470845	FELIPE CUBILLOS			Asistio
1012390975	YOJAN ANTONIO RUBIO			Asistio
1104776521	ANDRES FELIPE REYES			Asistio
6390736	JEHIBER JOSE PEREZ			Asistio
1030641594	DIXON STEVEN ROJAS			Asistio
1073237884	LIZETH SOFIA ORTIZ			Asistio
1188966987	DYLAMN FELIPE GOMEZ			No asistio
1027530619	JOHAN ESTEBAN LEYTON			Asistio
1141328483	KAREN SOFIA RODRIGUEZ			No asistio
1141335572	MARIANA ALEXANDRA PRIETO			Asistio
1141331805	JOEL GONZALEZ			Asistio
1012405826	DYLAN SANTIAGO OSPINA			No asistio
1016597496	KINBERLY YINETH RAMIREZ			Asistio
1011216159	MARIA CAMILA LENGUA			Asistio
1188967513	SARA ISABELA FLECHAS			No asistio
1025146383	JUAN MIGUEL LARA			No asistio
1048942843	ESTEFANI VALENTINA RIVAS			No asistio
1049947798	DANIELA MARIANA HERNANDEZ			No asistio
1126252779	JEAN DAVID JIMENEZ			No asistio
1141328121	SALOME SANTISTEBAN			No asistio
1105787189	JOHAN SEBASTIAN DURAN			No asistio
1141331329	LAURA VALENTINA CHAPARRO			No asistio
1028891686	NICOL SARAHI TORRES			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-09	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.			
<b>SUBTEMAS :</b> Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
<b>FASES</b>			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Para esta sesión de clase los estudiantes presentaran una evaluación donde se verificará el saque por debajo hacia al frente, volea o pase de dedos, recepción de antebrazos y algunas preguntas sobre la rotación que la docente les realizara al finalizar la evaluación. se maneja la hidratación como lo indica la formadora.  TIEMPO 70 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.  TIEMPO El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza la vuelta a la calma con estiramiento general de las articulaciones y con el estiramiento específico de los brazos, manos y dedos. Reflexión sobre los temas y conceptos aprendidos durante la sesión de clase.  TIEMPO 20 MINUTOS			

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

**ASISTENCIA**  
**PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria**

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-09	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141328310	MANUEL SANTIAGO FUENTES			Asistio
1233521171	JOSE SANTIAGO BONILLA			Asistio
1013137138	CARLOS FERNEY SAENZ			Asistio
1012401300	DANIEL STIVEN VARGAS			Asistio
1105470845	FELIPE CUBILLOS			Asistio
1012390975	YOJAN ANTONIO RUBIO			Asistio
1104776521	ANDRES FELIPE REYES			Asistio
6390736	JEHIBER JOSE PEREZ			Asistio
1030641594	DIXON STEVEN ROJAS			Asistio
1073237884	LIZETH SOFIA ORTIZ			Asistio
1188966987	DYLAMN FELIPE GOMEZ			Asistio
1027530619	JOHAN ESTEBAN LEYTON			No asistio
1141328483	KAREN SOFIA RODRIGUEZ			Asistio
1141335572	MARIANA ALEXANDRA PRIETO			Asistio
1141331805	JOEL GONZALEZ			Asistio
1012405826	DYLAN SANTIAGO OSPINA			Asistio
1016597496	KINBERLY YINETH RAMIREZ			No asistio
1011216159	MARIA CAMILA LENGUA			No asistio
1188967513	SARA ISABELA FLECHAS			No asistio
1025146383	JUAN MIGUEL LARA			No asistio
1048942843	ESTEFANI VALENTINA RIVAS			No asistio
1049947798	DANIELA MARIANA HERNANDEZ			No asistio
1126252779	JEAN DAVID JIMENEZ			No asistio
1141328121	SALOME SANTISTEBAN			No asistio
1105787189	JOHAN SEBASTIAN DURAN			No asistio
1141331329	LAURA VALENTINA CHAPARRO			No asistio
1028891686	NICOL SARAHI TORRES			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-14	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
COGNITIVA : Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
PSICOSOCIAL : Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
LUDICA : Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
TEMA : Introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo			
SUBTEMAS : Se comunica y ajusta su posición de forma coordinada con los defensores de zaguero. Identifico visualmente la línea o diagonal desprotegida antes del golpe y dirige el balón a ese espacio.			
IMPLEMENTACION : Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES En esta sesión de clase se dará una introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo, se realiza trabajo en parejas o tríos según la disposición de balones y material, también se trabajará de manera individual saltando sobre aros para realizar el remate, en los ejercicios se diagnosticará cuáles son las destrezas y habilidades de los estudiantes para enfocarlos en cual podría ser su posición en el campo de voleibol.  TIEMPO 60 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**ASISTENCIA**  
**PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria**

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-14	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	VOLEIBOL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141328310	MANUEL SANTIAGO FUENTES			Asistio
1233521171	JOSE SANTIAGO BONILLA			Asistio
1013137138	CARLOS FERNEY SAENZ			Asistio
1012401300	DANIEL STIVEN VARGAS			Asistio
1105470845	FELIPE CUBILLOS			Asistio
1012390975	YOJAN ANTONIO RUBIO			Asistio
1104776521	ANDRES FELIPE REYES			Asistio
6390736	JEHIBER JOSE PEREZ			Asistio
1030641594	DIXON STEVEN ROJAS			Asistio
1073237884	LIZETH SOFIA ORTIZ			Asistio
1188966987	DYLAMN FELIPE GOMEZ			No asistio
1027530619	JOHAN ESTEBAN LEYTON			No asistio
1141328483	KAREN SOFIA RODRIGUEZ			No asistio
1141335572	MARIANA ALEXANDRA PRIETO			No asistio
1141331805	JOEL GONZALEZ			Asistio
1012405826	DYLAN SANTIAGO OSPINA			No asistio
1016597496	KINBERLY YINETH RAMIREZ			No asistio
1011216159	MARIA CAMILA LENGUA			Asistio
1188967513	SARA ISABELA FLECHAS			No asistio
1025146383	JUAN MIGUEL LARA			Asistio
1048942843	ESTEFANI VALENTINA RIVAS			No asistio
1049947798	DANIELA MARIANA HERNANDEZ			No asistio
1126252779	JEAN DAVID JIMENEZ			No asistio
1141328121	SALOME SANTISTEBAN			Asistio
1105787189	JOHAN SEBASTIAN DURAN			No asistio
1141331329	LAURA VALENTINA CHAPARRO			No asistio
1028891686	NICOL SARAHI TORRES			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-16	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El calentamiento para esta sesión de clase será realizar los ejercicios indicados por la formadora como es un trote alrededor de la cancha, realizar talón al glúteo, un poco de skiping y se termina con el juego de la cadena o como lo llaman otros el juego de la bacteria, esto se realizara por un tiempo determinado y si no se logra atrapar a todos los compañeros se pondrá penitencia a los que quedaron en la cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
En esta fase central se realizara una clase de integración, los estudiantes se ubicaran en dos grupos y deberán pasar el balón según la indicación del formador ya sea de atrás hacia adelante por medio de las piernas, por encima de la cabeza y trabajo de lateralidades (izquierda derecha), la siguiente actividad será realizar una carrera donde deberán transportar algunos elementos que se colocaran en el piso como balones, conos, sogas según los recursos con los que se disponga.

TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto consiste en formar grupos de tres integrantes y pasar de un extremo a otro en los apoyos que indique el formador.

TIEMPO  
10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.

TIEMPO  
20 MINUTOS



ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-16	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	FUTSAL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1030665239	PAULA ANDREA GARCIA			Asistio
1031827432	EDDY SANTIAGO GARCIA			Asistio
1028669835	CRISPTHOFER GONZALEZ			No asistio
4512069	CRISTOFERTH ELIEZER PERDOMO			No asistio
1033791765	MELANY VALERYA GARCIA			No asistio
1021687971	DILAN STID JIMENEZ			No asistio
1021687490	MARIA JOSE RAMIREZ			Asistio
5009493	FRANYELI CAROLINA LEON			Asistio
1021686164	JULIAN ANDRES SAENZ			No asistio
1018480160	ANA MARIA NOPE			No asistio
1030664421	ROBERT ALEXANDER BUITRAGO			Asistio
1027535925	ZAHIRA YARITZA RAMOS			No asistio
1029580893	LUCIA ALEJANDRA TAPIERO			Asistio
1073707368	YINNA VALENTINA CASTAÑO			Asistio
1023936815	DILAN SAMUEL BENAVIDES			Asistio
1052089062	ERICH DAVID VERGARA			Asistio
1023937287	MIGUEL ANGEL GOMEZ			Asistio
1118649862	SAMUEL ESTIVER BASTILLA			No asistio
1031830905	MIGUEL ANGEL ZARATE			Asistio
1016731701	STIVEN LEONARDO HURTADO			No asistio
1206214107	TAMARA RAIGOZO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-21	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES "Trabajo grupal en velocidad Objetivos: • Carrera con balón: Los niños corren libremente por el espacio conduciendo el balón con ambos pies, promoviendo la coordinación y el control. • Juegos de persecución: Actividades como ""el lobo y las ovejas"" , donde un niño persigue a los demás mientras todos conducen un balón, fomentan la agilidad y la toma de decisiones rápidas. • Circuitos de obstáculos: Utilizar conos, aros y cuerdas para crear recorridos que los niños deben completar conduciendo el balón, mejorando la coordinación y el equilibrio."  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en hacer dos subgrupos los cuales deberan realizar una competencia de velocidad y resistencia, llevando el balon de un extremo al otro extremo de la cancha con borde interno, externo y en pareja.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-21	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 2	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1030665239	PAULA ANDREA GARCIA			Asistio
1031827432	EDDY SANTIAGO GARCIA			Asistio
1028669835	CRISPHTOFER GONZALEZ			Asistio
4512069	CRISTOFERTH ELIEZER PERDOMO			Asistio
1033791765	MELANY VALERYA GARCIA			Asistio
1021687971	DILAN STID JIMENEZ			Asistio
1021687490	MARIA JOSE RAMIREZ			Asistio
5009493	FRANYELI CAROLINA LEON			Asistio
1021686164	JULIAN ANDRES SAENZ			Asistio
1018480160	ANA MARIA NOPE			Asistio
1030664421	ROBERT ALEXANDER BUITRAGO			Asistio
1027535925	ZAHIRA YARITZA RAMOS			Asistio
1029580893	LUCIA ALEJANDRA TAPIERO			Asistio
1073707368	YINNA VALENTINA CASTAÑO			Asistio
1023936815	DILAN SAMUEL BENAVIDES			Asistio
1052089062	ERICH DAVID VERGARA			Asistio
1023937287	MIGUEL ANGEL GOMEZ			Asistio
1118649862	SAMUEL ESTIVER BASTILLA			Asistio
1031830905	MIGUEL ANGEL ZARATE			Asistio
1016731701	STIVEN LEONARDO HURTADO			Asistio
1206214107	TAMARA RAIGOZO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-23	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Trabajo grupal en velocidad Objetivos: Ejercicios están diseñados para fortalecer la defensa, mejorar la anticipación y optimizar la coordinación entre jugadores Ejercicio 1x1 y 2x2 con Apoyos Externos En este ejercicio, se divide el campo en tres zonas: dos de 10x20 metros y una central de 20x20 metros. En las zonas laterales se realizan duelos 1x1, donde el atacante recibe el balón de un jugador externo y debe avanzar mientras el defensor intenta impedirlo. En la zona central se juega un 2x2 con apoyos externos, enfocándose en impedir la recepción y progresión del atacante. Este ejercicio mejora la anticipación y la presión inmediata tras la recepción del balón. este ejercicio consiste en lanzar petos al aire para que los jugadores identifiquen rápidamente a su marca y ejerzan presión sobre el balón. Es eficaz para entrenar la rapidez en la asignación de marcas y la interceptación de pases.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en dividir el grupo en dos, al quedar divididos en dos un grupo se hace en una parte de la cancha y el otro grupo a lado y lado, el primer grupo deberá intentar pasar al otro lado de la cancha sin ser ponchado o tocado por el balón que tendrán algunos de los compañeros del otro grupo, el equipo que logre pasar en el menor tiempo posible será el ganador y el otro grupo deberá socializar los conocimientos sobre la ciudad y las enseñanzas del componente social.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-23	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 3	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028669835	CRISPHTOFER GONZALEZ			No asistio
1030664421	ROBERT ALEXANDER BUITRAGO			Asistio
1027535925	ZAHIRA YARITZA RAMOS			Asistio
1029580893	LUCIA ALEJANDRA TAPIERO			Asistio
1073707368	YINNA VALENTINA CASTAÑO			Asistio
1023936815	DILAN SAMUEL BENAVIDES			No asistio
1052089062	ERICH DAVID VERGARA			No asistio
1023937287	MIGUEL ANGEL GOMEZ			Asistio
1118649862	SAMUEL ESTIVER BASTILLA			Asistio
1031830905	MIGUEL ANGEL ZARATE			Asistio
1016731701	STIVEN LEONARDO HURTADO			Asistio
1206214107	TAMARA RAIGOZO			No asistio
1023950591	SARA CAMILA CHINZA			Asistio
1137534241	DILAN CAMILO MARTINEZ			Asistio
4862067	LENNA AGDAL VALENZUELA			Asistio
1016731692	DAVID ALEJANDRO ESPINOSA			Asistio
5996691	NELSON JOSE PEREZ			Asistio
1141339377	JULIAN DAVID LAGUNA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-28	4. HORA:	Martes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
COGNITIVA : Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
PSICOSOCIAL : Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
LUDICA : Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
TEMA : Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
SUBTEMAS : Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
IMPLEMENTACION : Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES En esta sesión de clase los estudiantes trabajaran coordinación viso manual y trabajo en equipo, realizaran el primer ejercicio que será hacer un círculo y pasaran el balón el cual deberán atrapar con las manos y en ese momento los compañeros que están de cada lado deberán realizar una sentadilla cuando los estudiantes van perdiendo ya sea porque no realizan la sentadilla o la realizan en el momento equivocado deberán salir y realizar una sentadilla cada que uno de sus compañeros reciba un balón, el siguiente ejercicio será realizar pases con el borde internos el que no lo logre saldrá del círculo y comenzara a trotar mientras sus compañeros siguen con el ejercicio, así sucesivamente hasta que terminen solo 5 estudiantes dentro del círculo.  TIEMPO 60 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES El reto consiste en dividir al grupo en dos subgrupos, un compañero se dirige a un punto determinado regresa y lleva a su compañero tomado de la mano, luego regresan por el tercero y así sucesivamente hasta todos terminar tomados de la mano al otro extremo de la cancha o al punto indicado  TIEMPO 10 MINUTOS			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-30	4. HORA:	Jueves,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecución de la misma. Se realiza el juego llamado ponchados donde se escoge a uno de los estudiantes quien ponchara, el estudiante deberá ponchar a sus compañeros de la cintura hacia abajo, cuando el estudiante sea pochado se quedará en el punto donde fue ponchado con la posibilidad de abrir las piernas para ser desponchado cuando un compañero pase por en medio de sus piernas, si el juego esta muy demorado se dará otro balón a otro compañero para que también comience a ponchar.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES La actividad que se desarrolla en esta sesión de clase será dividir el grupo en dos para poder realizar por equipos una competencia llevando el balón hasta un punto determinado con arrastre de balón con pie derecho, al devolverse tomara el balón en las manos corriendo a toda velocidad ubicándose en la parte de atrás de sus compañeros y pasándolo por en medio de las piernas de ellos, sale el siguiente compañero que esta ubicado en la parte de al frente y así sucesivamente, luego se realiza el mismo ejercicio con pie izquierdo y luego con los dos bordes alternadamente.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en formar grupos de tres integrantes y pasar de un extremo a otro en los apoyos que indique el formador.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			





**IDRD**



# OBLIGACIÓN 2

## GRUPO 3



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-08	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.			
<b>SUBTEMAS :</b> Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecución de la misma. Se realiza el juego llamado ponchados donde se escoge a uno de los estudiantes quien ponchara, el estudiante deberá ponchar a sus compañeros de la cintura hacia abajo, cuando el estudiante sea pochado se quedará en el punto donde fue ponchado con la posibilidad de abrir las piernas para ser desponchado cuando un compañero pase por en medio de sus piernas, si el juego esta muy demorado se dará otro balón a otro compañero para que también comience a ponchar.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase se realiza un refuerzo en las falencias vistas y expresadas por cada uno de los estudiantes, los temas vistos son: postura y posiciones para pase de volea, recepción de antebrazos, saque por debajo hacia al frente, rotación y numeración en el campo de juego. Se hacen subgrupos para que los estudiantes decidan y viendo cuáles son sus falencias realicen las actividades propuestas para superar cualquier tipo de debilidad o falencia.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-08	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 15	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141330028	YESSI SLEYDER PEÑA			Asistio
1141335469	SARA VALERIA BERNAL			Asistio
4926948	NEIVER DAVID YURIS			Asistio
5806428	LUISMER ALFREDO GONZALEZ			Asistio
1016080025	VALERY KATHERINNE FUENTES			Asistio
1141335188	KAREN DANIELA QUIMBAYO			No asistio
1025550224	ANGELA MARIA OLARTE			Asistio
1082351365	YARISLEY RONDANO			No asistio
1028800697	LUIS SANTIAGO CAMARGO			Asistio
6678644	JOHANGEL JESUS VALENCIA			No asistio
1045705516	JUSTIN JIMENEZ			Asistio
1074528740	KEREN VALENTINA PALACIO			Asistio
7118899	REYNER DAVID MARTINEZ			Asistio
1070394459	JAROL ALDEMAR QUITIAN			No asistio
N37666574129	FEVIANNY KAMILA MENDOZA			No asistio
1093772081	JHOAN DARIO DURAN			No asistio
1011223144	CAMILO ANDRES MERCADO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-10	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.			
<b>SUBTEMAS :</b> Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Para esta sesión de clase los estudiantes presentaran una evaluación donde se verificará el saque por debajo hacia al frente, volea o pase de dedos, recepción de antebrazos y algunas preguntas sobre la rotación que la docente les realizara al finalizar la evaluación. se maneja la hidratación como lo indica la formadora.  TIEMPO 70 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.  TIEMPO El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza la vuelta a la calma con estiramiento general de las articulaciones y con el estiramiento específico de los brazos, manos y dedos. Reflexión sobre los temas y conceptos aprendidos durante la sesión de clase.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-10	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141330028	YESSI SLEYDER PEÑA			Asistio
1141335469	SARA VALERIA BERNAL			Asistio
4926948	NEIVER DAVID YURIS			Asistio
5806428	LUISMER ALFREDO GONZALEZ			No asistio
1016080025	VALERY KATHERINNE FUENTES			Asistio
1141335188	KAREN DANIELA QUIMBAYO			No asistio
1025550224	ANGELA MARIA OLARTE			Asistio
1082351365	YARISLEY RONDANO			No asistio
1028800697	LUIS SANTIAGO CAMARGO			Asistio
6678644	JOHANGEL JESUS VALENCIA			Asistio
1045705516	JUSTIN JIMENEZ			No asistio
1074528740	KEREN VALENTINA PALACIO			Asistio
7118899	REYNER DAVID MARTINEZ			Asistio
1070394459	JAROL ALDEMAR QUITIAN			Asistio
N37666574129	FEVIANNY KAMILA MENDOZA			No asistio
1093772081	JHOAN DARIO DURAN			No asistio
1011223144	CAMILO ANDRES MERCADO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-15	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo			
<b>SUBTEMAS :</b> Se comunica y ajusta su posición de forma coordinada con los defensores de zaguero. Identifico visualmente la línea o diagonal desprotegida antes del golpe y dirige el balón a ese espacio.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase se dará una introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo, se realiza trabajo en parejas o tríos según la disposición de balones y material, también se trabajará de manera individual saltando sobre aros para realizar el remate, en los ejercicios se diagnosticará cuáles son las destrezas y habilidades de los estudiantes para enfocarlos en cual podría ser su posición en el campo de voleibol.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-15	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	VOLEIBOL 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1141330028	YESSI SLEYDER PEÑA			Asistio
1141335469	SARA VALERIA BERNAL			Asistio
4926948	NEIVER DAVID YURIS			Asistio
5806428	LUISMER ALFREDO GONZALEZ			Asistio
1016080025	VALERY KATHERINNE FUENTES			Asistio
1141335188	KAREN DANIELA QUIMBAYO			No asistio
1025550224	ANGELA MARIA OLARTE			Asistio
1082351365	YARISLEY RONDANO			No asistio
1028800697	LUIS SANTIAGO CAMARGO			No asistio
6678644	JOHANGEL JESUS VALENCIA			No asistio
1045705516	JUSTIN JIMENEZ			No asistio
1074528740	KEREN VALENTINA PALACIO			No asistio
7118899	REYNER DAVID MARTINEZ			Asistio
1070394459	JAROL ALDEMAR QUITIAN			No asistio
N37666574129	FEVIANNY KAMILA MENDOZA			No asistio
1093772081	JHOAN DARIO DURAN			No asistio
1011223144	CAMILO ANDRES MERCADO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-17	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El calentamiento para esta sesión de clase será realizar los ejercicios indicados por la formadora como es un trote alrededor de la cancha, realizar talón al glúteo, un poco de skiping y se termina con el juego de la cadena o como lo llaman otros el juego de la bacteria, esto se realizara por un tiempo determinado y si no se logra atrapar a todos los compañeros se pondrá penitencia a los que quedaron en la cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
En esta fase central se realizara una clase de integración, los estudiantes se ubicaran en dos grupos y deberán pasar el balón según la indicación del formador ya sea de atrás hacia adelante por medio de las piernas, por encima de la cabeza y trabajo de lateralidades (izquierda derecha), la siguiente actividad será realizar una carrera donde deberán transportar algunos elementos que se colocaran en el piso como balones, conos, sogas según los recursos con los que se disponga.

TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto consiste en formar grupos de tres integrantes y pasar de un extremo a otro en los apoyos que indique el formador.

TIEMPO  
10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.

TIEMPO  
20 MINUTOS



ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-17	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	FUTSAL 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028668698	GINA VALENTINA FAJARDO			No asistio
1016723224	JUSTIN STID FONSECA			Asistio
1026277576	HOLMAN STIVEN FUENTES			Asistio
1025547813	CARLOS FELIPE IBÁÑEZ			Asistio
1022999271	BRAYAN STIC LOPEZ			No asistio
1019766137	MARIA ALEJANDRA MORENO			No asistio
7023084	ARIANNA NAZARETH VALDIVIEZO			Asistio
1069264073	SHERIL JINETH BELTRAN			No asistio
1171213535	SOL SARAI DELGADO			No asistio
1030622261	VICTOR ALEJANDRO FAJARDO			No asistio
1014740464	JUAN DIEGO MARQUEZ			Asistio
1101019733	JHON EFREN QUIROGA			Asistio
1023912499	FRANCY GISETH DIAZ			Asistio
1139274039	NICOLAS FELIPE FORERO			Asistio
1022981836	CHARYT DAYANNA LOPEZ			Asistio
1031149685	NICOLAS BEDOYA			Asistio
1010762025	EDWIN ALEJANDRO TURIZO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-22	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolución de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala. Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES "Trabajo grupal en velocidad Objetivos: • Carrera con balón: Los niños corren libremente por el espacio conduciendo el balón con ambos pies, promoviendo la coordinación y el control. • Juegos de persecución: Actividades como ""el lobo y las ovejas"" , donde un niño persigue a los demás mientras todos conducen un balón, fomentan la agilidad y la toma de decisiones rápidas. • Circuitos de obstáculos: Utilizar conos, aros y cuerdas para crear recorridos que los niños deben completar conduciendo el balón, mejorando la coordinación y el equilibrio."  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en hacer dos subgrupos los cuales deberan realizar una competencia de velocidad y resistencia, llevando el balon de un extremo al otro extremo de la cancha con borde interno, externo y en pareja.  TIEMPO 10 MINUTOSSe hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-22	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 2	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028668698	GINA VALENTINA FAJARDO			Asistio
1016723224	JUSTIN STID FONSECA			Asistio
1026277576	HOLMAN STIVEN FUENTES			Asistio
1025547813	CARLOS FELIPE IBÁÑEZ			Asistio
1022999271	BRAYAN STIC LOPEZ			Asistio
1019766137	MARIA ALEJANDRA MORENO			No asistio
7023084	ARIANNA NAZARETH VALDIVIEZO			Asistio
1069264073	SHERIL JINETH BELTRAN			Asistio
1171213535	SOL SARAI DELGADO			Asistio
1030622261	VICTOR ALEJANDRO FAJARDO			Asistio
1014740464	JUAN DIEGO MARQUEZ			Asistio
1023912499	FRANCY GISETH DIAZ			Asistio
1022981836	CHARYT DAYANNA LOPEZ			Asistio
1031149685	NICOLAS BEDOYA			Asistio
1010762025	EDWIN ALEJANDRO TURIZO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-24	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES Trabajo grupal en velocidad Objetivos: Ejercicios están diseñados para fortalecer la defensa, mejorar la anticipación y optimizar la coordinación entre jugadores Ejercicio 1x1 y 2x2 con Apoyos Externos En este ejercicio, se divide el campo en tres zonas: dos de 10x20 metros y una central de 20x20 metros. En las zonas laterales se realizan duelos 1x1, donde el atacante recibe el balón de un jugador externo y debe avanzar mientras el defensor intenta impedirlo. En la zona central se juega un 2x2 con apoyos externos, enfocándose en impedir la recepción y progresión del atacante. Este ejercicio mejora la anticipación y la presión inmediata tras la recepción del balón. este ejercicio consiste en lanzar petos al aire para que los jugadores identifiquen rápidamente a su marca y ejerzan presión sobre el balón. Es eficaz para entrenar la rapidez en la asignación de marcas y la interceptación de pases.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en dividir el grupo en dos, al quedar divididos en dos un grupo se hace en una parte de la cancha y el otro grupo a lado y lado, el primer grupo deberá intentar pasar al otro lado de la cancha sin ser ponchado o tocado por el balón que tendrán algunos de los compañeros del otro grupo, el equipo que logre pasar en el menor tiempo posible será el ganador y el otro grupo deberá socializar los conocimientos sobre la ciudad y las enseñanzas del componente social.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			



ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-24	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 3	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016723224	JUSTIN STID FONSECA			Asistio
1026277576	HOLMAN STIVEN FUENTES			Asistio
1025547813	CARLOS FELIPE IBAÑEZ			Asistio
1022999271	BRAYAN STIC LOPEZ			Asistio
1019766137	MARIA ALEJANDRA MORENO			No asistio
1031149685	NICOLAS BEDOYA			No asistio
1206218955	DAVID ALEJANDRO ZARATE			Asistio
1029293466	EDWIN STIWAR GOMEZ			Asistio
1025150552	MARLON STIVEN IBAÑEZ			Asistio
7875755	BEILISMAR SHANAYA MACHADO			No asistio
1028405018	MATIAS FRANCISCO CASTRO			Asistio
1028668965	BRAYAN STIVEN BEDOYA			No asistio
1121305519	LUIS CARLOS FERNANDEZ			Asistio
1029150439	JOHAN ESTEBAN GALINDO			Asistio
1023938668	JUAN DIEGO MARTIN			No asistio
1029290980	DARIAN SMITH CORTES			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-29	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase los estudiantes trabajaran coordinación viso manual y trabajo en equipo, realizaran el primer ejercicio que será hacer un círculo y pasaran el balón el cual deberán atrapar con las manos y en ese momento los compañeros que están de cada lado deberán realizar una sentadilla cuando los estudiantes van perdiendo ya sea porque no realizan la sentadilla o la realizan en el momento equivocado deberán salir y realizar una sentadilla cada que uno de sus compañeros reciba un balón, el siguiente ejercicio será realizar pases con el borde internos el que no lo logre saldrá del círculo y comenzara a trotar mientras sus compañeros siguen con el ejercicio, así sucesivamente hasta que terminen solo 5 estudiantes dentro del círculo.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en dividir al grupo en dos subgrupos, un compañero se dirige a un punto determinado regresa y lleva a su compañero tomado de la mano, luego regresan por el tercero y así sucesivamente hasta todos terminar tomados de la mano al otro extremo de la cancha o al punto indicado  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			



**IDRD**



# OBLIGACIÓN 2

## GRUPO 4



JORNADA  
ESCOLAR  
COMPLEMENTARIA  
**IDRD**



PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-08	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.			
<b>SUBTEMAS :</b> Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecución de la misma. Se realiza el juego llamado ponchados donde se escoge a uno de los estudiantes quien ponchara, el estudiante deberá ponchar a sus compañeros de la cintura hacia abajo, cuando el estudiante sea pochado se quedará en el punto donde fue ponchado con la posibilidad de abrir las piernas para ser desponchado cuando un compañero pase por en medio de sus piernas, si el juego esta muy demorado se dará otro balón a otro compañero para que también comience a ponchar.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase se realiza un refuerzo en las falencias vistas y expresadas por cada uno de los estudiantes, los temas vistos son: postura y posiciones para pase de volea, recepción de antebrazos, saque por debajo hacia al frente, rotación y numeración en el campo de juego. Se hacen subgrupos para que los estudiantes decidan y viendo cuáles son sus falencias realicen las actividades propuestas para superar cualquier tipo de debilidad o falencia.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**ASISTENCIA**  
**PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria**

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-08	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 15	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
5943031	NICOLL ISABELLA ANTON			Asistio
1083908472	SARA VALENTINA VACA			Asistio
1028499341	DANA ISABELLA VELEZ			Asistio
1094057690	JHOSSEFTH EMMANUEL ALZATE			Asistio
5789068	ABEL SAUL DURAN			Asistio
1233514712	DIEGO ANDRES PEREZ			Asistio
1013652851	ANDRES JERONIMO BERNAL			Asistio
1014484889	JOHAN FELIPE BEJARANO			Asistio
1030651240	KAROL ELIANIS FONSECA			No asistio
6878351	DEIVER DAVID GARCIA			Asistio
1074815811	JIOMAR ESTEFANIA BOHORQUEZ			No asistio
1051287472	MARIA FERNANDA MEDINA			No asistio
1012416353	MARIA DANIELA APACHE			Asistio
1028722720	LUISA MARIA BONILLA			Asistio
1011223931	LAURA NICOL HERRERA			Asistio
1028843609	ORIANA MARTIN			Asistio
1141338076	SARA VALENTINA URREGO			Asistio
1028843472	LAURA SOFIA PATIÑO			Asistio
1030653058	JUAN SEBASTIAN SILVA			No asistio
1028842526	DANIEL SANTIAGO CARABALI			Asistio
1011218713	YOSHUA ALEJANDRO MORENO			Asistio
1034785319	JOSTIN NIKOLAS SEGURA			No asistio
1062755457	ANDERSON JULIAN JIMENEZ			Asistio
1012415610	EIMY HAYLY FORERO			Asistio
1051071517	NICOLAS ANDREY PANADERO			Asistio
1030709662	MATHIAS DE JESUS FAJARDO			Asistio
1030637631	KEVIN SANTIAGO SALAS			Asistio
2487803	SOFIA VALENTINA SANCHEZ			Asistio
1102888332	FABIANA ALEJANDRA TOUS			Asistio
8045900	JOSE MANUEL MENDEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-10	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	5	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.

COGNITIVA :

Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.

TEMA :

Posición básica, toques y habilidades básicas del Voleibol.

SUBTEMAS :

Adopto una postura correcta y realiza desplazamientos básicos. Ejecuto con técnica básica los toques de antebrazos, dedos y coordino correctamente los movimientos de pase, recepción , servicio y remate.

IMPLEMENTACION :

Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Para esta sesión de clase los estudiantes presentaran una evaluación donde se verificará el saque por debajo hacia al frente, volea o pase de dedos, recepción de antebrazos y algunas preguntas sobre la rotación que la docente les realizara al finalizar la evaluación. se maneja la hidratación como lo indica la formadora.

TIEMPO  
70 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.

TIEMPO  
El reto estará inmerso dentro de la parte central de la clase.

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza la vuelta a la calma con estiramiento general de las articulaciones y con el estiramiento específico de los brazos, manos y dedos. Reflexión sobre los temas y conceptos aprendidos durante la sesión de clase.

TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-10	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	VOLEIBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
5943031	NICOLL ISABELLA ANTON			Asistio
1083908472	SARA VALENTINA VACA			Asistio
1028499341	DANA ISABELLA VELEZ			Asistio
1094057690	JHOSSEFTH EMMANUEL ALZATE			Asistio
5789068	ABEL SAUL DURAN			Asistio
1233514712	DIEGO ANDRES PEREZ			Asistio
1013652851	ANDRES JERONIMO BERNAL			Asistio
1014484889	JOHAN FELIPE BEJARANO			Asistio
1030651240	KAROL ELIANIS FONSECA			Asistio
6878351	DEIVER DAVID GARCIA			Asistio
1074815811	JIOMAR ESTEFANIA BOHORQUEZ			No asistio
1051287472	MARIA FERNANDA MEDINA			Asistio
1012416353	MARIA DANIELA APACHE			No asistio
1028722720	LUISA MARIA BONILLA			Asistio
1011223931	LAURA NICOL HERRERA			Asistio
1028843609	ORIANA MARTIN			Asistio
1141338076	SARA VALENTINA URREGO			Asistio
1028843472	LAURA SOFIA PATIÑO			Asistio
1030653058	JUAN SEBASTIAN SILVA			No asistio
1028842526	DANIEL SANTIAGO CARABALI			No asistio
1011218713	YOSHUA ALEJANDRO MORENO			Asistio
1034785319	JOSTIN NIKOLAS SEGURA			No asistio
1062755457	ANDERSON JULIAN JIMENEZ			Asistio
1012415610	EIMY HAYLY FORERO			No asistio
1051071517	NICOLAS ANDREY PANADERO			Asistio
1030709662	MATHIAS DE JESUS FAJARDO			Asistio
1030637631	KEVIN SANTIAGO SALAS			Asistio
2487803	SOFIA VALENTINA SANCHEZ			No asistio
1102888332	FABIANA ALEJANDRA TOUS			No asistio
8045900	JOSE MANUEL MENDEZ			Asistio
1141336186	ANGEL FELIPE LOPEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CLASS (IED) (CLASS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-15	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	VOLEIBOL	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar la coordinación, el equilibrio, la fuerza y la agilidad necesarias para ejecutar los gestos técnicos básicos del voleibol (saque, pase, voleo, recepción y remate) y potenciar la motricidad fina y gruesa a través de ejercicios que involucren desplazamientos, saltos y movimientos específicos del voleibol.			
<b>COGNITIVA :</b> Analizar las estrategias y fundamentos tácticos elementales, aplicándolos en el juego de manera progresiva y reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, la disciplina y la práctica deportiva como medio para el desarrollo personal y social			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del voleibol, promoviendo la comunicación efectiva, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Fomentar el aprendizaje del voleibol mediante juegos y dinámicas recreativas que estimulen la participación activa y el disfrute del movimiento a través de actividades grupales y retos colectivos.			
<b>TEMA :</b> Introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo			
<b>SUBTEMAS :</b> Se comunica y ajusta su posición de forma coordinada con los defensores de zaguero. Identifico visualmente la línea o diagonal desprotegida antes del golpe y dirige el balón a ese espacio.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Balones, malla, cuerda, aros, conos, lazos, o con el material que se disponga			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spinning por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase se dará una introducción al ataque, defensa, remate y bloqueo, se realiza trabajo en parejas o tríos según la disposición de balones y material, también se trabajará de manera individual saltando sobre aros para realizar el remate, en los ejercicios se diagnosticará cuáles son las destrezas y habilidades de los estudiantes para enfocarlos en cual podría ser su posición en el campo de voleibol.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES Juego Rey de cancha, los estudiantes en grupos de 3 deben enfrentarse contra otro equipo de 3 estudiantes, se deben aplicar todos los conceptos técnicos, si los retadores pierden el punto le dan opción a otros tres estudiantes de disputar el punto  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

**ASISTENCIA**  
**PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria**

1. CLASS			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-15	5. Centro de Interes VOLEIBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	VOLEIBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
5943031	NICOLL ISABELLA ANTON			No asistio
1083908472	SARA VALENTINA VACA			Asistio
1028499341	DANA ISABELLA VELEZ			Asistio
1094057690	JHOSSEFTH EMMANUEL ALZATE			Asistio
5789068	ABEL SAUL DURAN			Asistio
1233514712	DIEGO ANDRES PEREZ			Asistio
1013652851	ANDRES JERONIMO BERNAL			Asistio
1014484889	JOHAN FELIPE BEJARANO			Asistio
1030651240	KAROL ELIANIS FONSECA			No asistio
6878351	DEIVER DAVID GARCIA			Asistio
1074815811	JIOMAR ESTEFANIA BOHORQUEZ			No asistio
1051287472	MARIA FERNANDA MEDINA			Asistio
1012416353	MARIA DANIELA APACHE			Asistio
1028722720	LUISA MARIA BONILLA			No asistio
1011223931	LAURA NICOL HERRERA			Asistio
1028843609	ORIANA MARTIN			Asistio
1141338076	SARA VALENTINA URREGO			Asistio
1028843472	LAURA SOFIA PATIÑO			Asistio
1030653058	JUAN SEBASTIAN SILVA			No asistio
1028842526	DANIEL SANTIAGO CARABALI			Asistio
1011218713	YOSHUA ALEJANDRO MORENO			Asistio
1034785319	JOSTIN NIKOLAS SEGURA			No asistio
1062755457	ANDERSON JULIAN JIMENEZ			Asistio
1012415610	EIMY HAYLY FORERO			Asistio
1051071517	NICOLAS ANDREY PANADERO			Asistio
1030709662	MATHIAS DE JESUS FAJARDO			No asistio
1030637631	KEVIN SANTIAGO SALAS			Asistio
2487803	SOFIA VALENTINA SANCHEZ			Asistio
1102888332	FABIANA ALEJANDRA TOUS			Asistio
8045900	JOSE MANUEL MENDEZ			No asistio
1141336186	ANGEL FELIPE LOPEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-17	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	1
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	1
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolución de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendaciones para la ejecucion de la misma. El calentamiento para esta sesión de clase será realizar los ejercicios indicados por la formadora como es un trote alrededor de la cancha, realizar talón al glúteo, un poco de skiping y se termina con el juego de la cadena o como lo llaman otros el juego de la bacteria, esto se realizara por un tiempo determinado y si no se logra atrapar a todos los compañeros se pondrá penitencia a los que quedaron en la cadena.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
En esta fase central se realizara una clase de integración, los estudiantes se ubicaran en dos grupos y deberán pasar el balón según la indicación del formador ya sea de atrás hacia adelante por medio de las piernas, por encima de la cabeza y trabajo de lateralidades (izquierda derecha), la siguiente actividad será realizar una carrera donde deberán transportar algunos elementos que se colocaran en el piso como balones, conos, sogas según los recursos con los que se disponga.

TIEMPO  
60 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto consiste en formar grupos de tres integrantes y pasar de un extremo a otro en los apoyos que indique el formador.

TIEMPO  
10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.

TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-17	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 1	9. N° de Semana: 1	
4. Grupo:	FUTSAL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016723591	JOHAN ESTEBAN GORDILLO			Asistio
1206215865	BAIRON ANDRES BERMUDEZ			Asistio
1033762275	DILAN SANTIAGO RIVERA			Asistio
1023950591	SARA CAMILA CHINZA			No asistio
1137534241	DILAN CAMILO MARTINEZ			No asistio
1016835846	CARLOS STIVEEN NUÑEZ			Asistio
1028668169	DIEGO FERNEY MENDOZA			Asistio
5996691	NELSON JOSE PEREZ			Asistio
1016732998	ANGELA YISELA MONTOYA			No asistio
1141339377	JULIAN DAVID LAGUNA			Asistio
1023389628	DANNA YULIETH BENAVIDES			No asistio
1028669005	KEVIN ESTEBAN AGUIRRE			Asistio
1029288656	CAMILO ANDRES PEREZ			Asistio
1028668293	JUAN ESTEBAN GARZON			Asistio
1028683131	AROL SMIT AVILA			Asistio
1023937811	ANGEL SEBASTIAN REYES			Asistio
1028682541	DARIAN IORIAM HERRERA			Asistio
1211713028	DARWIN ASMILKAR TIMOTE			Asistio
1119818	CRISTIAN LEONARDO RODRIGUEZ			No asistio
1113367463	SANTIAGO CARDONA			Asistio
1016723874	KEINER DAVID QUINTERO			Asistio
5898275	WILLIAMS JOSE SILVA			Asistio



PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-22	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendiones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES "Trabajo grupal en velocidad Objetivos: • Carrera con balón: Los niños corren libremente por el espacio conduciendo el balón con ambos pies, promoviendo la coordinación y el control. • Juegos de persecución: Actividades como ""el lobo y las ovejas"" , donde un niño persigue a los demás mientras todos conducen un balón, fomentan la agilidad y la toma de decisiones rápidas. • Circuitos de obstáculos: Utilizar conos, aros y cuerdas para crear recorridos que los niños deben completar conduciendo el balón, mejorando la coordinación y el equilibrio."  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en hacer dos subgrupos los cuales deberan realizar una competencia de velocidad y resistencia, llevando el balon de un extremo al otro extremo de la cancha con borde interno, externo y en pareja.  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-22	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 2	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016723591	JOHAN ESTEBAN GORDILLO			Asistio
1206215865	BAIRON ANDRES BERMUDEZ			Asistio
1033762275	DILAN SANTIAGO RIVERA			Asistio
1023950591	SARA CAMILA CHINZA			Asistio
1137534241	DILAN CAMILO MARTINEZ			Asistio
1016835846	CARLOS STIVEEN NUÑEZ			Asistio
1028668169	DIEGO FERNEY MENDOZA			Asistio
5996691	NELSON JOSE PEREZ			Asistio
1016732998	ANGELA YISELA MONTOYA			Asistio
1141339377	JULIAN DAVID LAGUNA			Asistio
1023389628	DANNA YULIETH BENAVIDES			Asistio
1028669005	KEVIN ESTEBAN AGUIRRE			Asistio
1029288656	CAMILO ANDRES PEREZ			Asistio
1028668293	JUAN ESTEBAN GARZON			Asistio
1028683131	AROL SMIT AVILA			Asistio
1023937811	ANGEL SEBASTIAN REYES			Asistio
1028682541	DARIAN IORIAM HERRERA			Asistio
1211713028	DARWIN ASMILKAR TIMOTE			Asistio
1119818	CRISTIAN LEONARDO RODRIGUEZ			Asistio
1113367463	SANTIAGO CARDONA			Asistio
1016723874	KEINER DAVID QUINTERO			Asistio
5898275	WILLIAMS JOSE SILVA			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-24	4. HORA:	Viernes,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.

COGNITIVA :

Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.

PSICOSOCIAL :

Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.

LUDICA :

Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.

TEMA :

Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)

SUBTEMAS :

Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.

IMPLEMENTACION :

Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spining por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.

TIEMPO  
25 MINUTOS

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES  
Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. El estudiante deberá realizar activación cardiaca con spining por 30 segundos, saltos de tijeras 30 repeticiones, cunclillas 15 repeticiones, talón a glúteo durante 30 segundos, saltos de un pie y en el otro por 30 segundos, estos ejercicios se realizaran por 3 series.

TIEMPO  
25 MINUTOS

RETO :

ACTIVIDADES  
El reto consiste en dividir el grupo en dos, al quedar divididos en dos un grupo se hace en una parte de la cancha y el otro grupo a lado y lado, el primer grupo deberá intentar pasar al otro lado de la cancha sin ser ponchado o tocado por el balón que tendrán algunos de los compañeros del otro grupo, el equipo que logre pasar en el menor tiempo posible será el ganador y el otro grupo deberá socializar los conocimientos sobre la ciudad y las enseñanzas del componente social.

TIEMPO  
10 MINUTOS

FASE FINAL :

ACTIVIDADES  
Se hace el estiramientos y vuelta a la calma buscando recuperar equilibrio corporal y haciendo retroalimentación de la clase y reflexión desde el componente psicosocial.

TIEMPO  
20 MINUTOS

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. NUEVA DELHI			Nombre Instructor: JENNYFER MARTINEZ PERILLA	
2. Fecha:	2026-04-24	5. Centro de Interes FUTSAL	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Viernes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 3	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FUTSAL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016723591	JOHAN ESTEBAN GORDILLO			No asistio
1206215865	BAIRON ANDRES BERMUDEZ			Asistio
1033762275	DILAN SANTIAGO RIVERA			Asistio
1016835846	CARLOS STIVEEN NUÑEZ			No asistio
1028668169	DIEGO FERNEY MENDOZA			Asistio
1023389628	DANNA YULIETH BENAVIDES			No asistio
1028669005	KEVIN ESTEBAN AGUIRRE			No asistio
1029288656	CAMILO ANDRES PEREZ			Asistio
1028668293	JUAN ESTEBAN GARZON			Asistio
1028683131	AROL SMIT AVILA			Asistio
1023937811	ANGEL SEBASTIAN REYES			Asistio
1028682541	DARIAN IORIAM HERRERA			No asistio
1211713028	DARWIN ASMILKAR TIMOTE			Asistio
1119818	CRISTIAN LEONARDO RODRIGUEZ			Asistio
1113367463	SANTIAGO CARDONA			Asistio
1016723874	KEINER DAVID QUINTERO			Asistio
5898275	WILLIAMS JOSE SILVA			Asistio
1030665239	PAULA ANDREA GARCIA			Asistio
1031827432	EDDY SANTIAGO GARCIA			Asistio
4512069	CRISTOFERTH ELIEZER PERDOMO			Asistio
1033791765	MELANY VALERYA GARCIA			No asistio
1021687971	DILAN STID JIMENEZ			Asistio
1021687490	MARIA JOSE RAMIREZ			Asistio
5009493	FRANYELI CAROLINA LEON			Asistio
1021686164	JULIAN ANDRES SAENZ			Asistio
1018480160	ANA MARIA NOPE			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO NUEVA DELHI (IED) (NUEVA DELHI)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JENNYFER MARTINEZ PERILLA
3. FECHA:	2026-04-29	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FUTSAL	6. N° DE SESIÓN:	4
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	3
8. ZONA:	4	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
<b>MOTRÍZ :</b> Desarrollar habilidades y destrezas en torno a la práctica deportiva, reconociendo e implementando las acciones motrices que se necesitan en las diferentes actividades.			
<b>COGNITIVA :</b> Explorar las características físicas y mentales de cada práctica, en una relación dada desde el juego y la creación y aceptación de reglas.			
<b>PSICOSOCIAL :</b> Fortalecer habilidades sociales y emocionales mediante la práctica del futsal, promoviendo la resolucion de conflictos, el trabajo en equipo, la cooperación y la responsabilidad individual y colectiva durante los entrenamientos, para favorecer un ambiente positivo que potencie el aprendizaje técnico y táctico.			
<b>LUDICA :</b> Vivenciar con responsabilidad y compromiso las actividades dirigidas al desarrollo físico ,destrezas motrices y las específicas del fútbol sala.			
<b>TEMA :</b> Desarrolla las cualidades físicas o condicionales (Fuerza - Resistencia - Velocidad)			
<b>SUBTEMAS :</b> Desarrollo el aumento de la capacidad según el resultado inicial.			
<b>IMPLEMENTACION :</b> Aros, balones, platillos y demás material que se disponga para la clase			
FASES			
<b>FASE INICIAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza llamado a lista, verificación de los estudiantes presentes, se dejan claros los objetivos de la clase y las debidas recomendciones para la ejecucion de la misma. Para el calentamiento de esta sesión de clase se realizará el juego de la cadenita o la bacteria donde los estudiantes se irán tomando de las manos a medida que los van atrapando hasta que todos los estudiantes quedan formando una cadena.  TIEMPO 25 MINUTOS			
<b>FASE CENTRAL :</b> ACTIVIDADES En esta sesión de clase los estudiantes trabajaran coordinación viso manual y trabajo en equipo, realizaran el primer ejercicio que será hacer un círculo y pasaran el balón el cual deberán atrapar con las manos y en ese momento los compañeros que están de cada lado deberán realizar una sentadilla cuando los estudiantes van perdiendo ya sea porque no realizan la sentadilla o la realizan en el momento equivocado deberán salir y realizar una sentadilla cada que uno de sus compañeros reciba un balón, el siguiente ejercicio será realizar pases con el borde internos el que no lo logre saldrá del círculo y comenzara a trotar mientras sus compañeros siguen con el ejercicio, así sucesivamente hasta que terminen solo 5 estudiantes dentro del círculo.  TIEMPO 60 MINUTOS			
<b>RETO :</b> ACTIVIDADES El reto consiste en dividir al grupo en dos subgrupos, un compañero se dirige a un punto determinado regresa y lleva a su compañero tomado de la mano, luego regresan por el tercero y así sucesivamente hasta todos terminar tomados de la mano al otro extremo de la cancha o al punto indicado  TIEMPO 10 MINUTOS			
<b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se hace estiramiento general, movimientos de articulaciones y manejo debido de la respiración, vuelta a la calma. De 8 a 12 repeticiones por cada ejercicio.  TIEMPO 20 MINUTOS			