

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO CARLOS ARANGO VELEZ (IED) (CARLOS ARANGO VELEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	EDGAR ANDRES CHIRIVI LEON
3. FECHA:	2026-04-14	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	5	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Ejecución de ejercicios de fuerza base			
COGNITIVA : Identificar la mejor manera tecnica para realizar los ejercicios			
PSICOSOCIAL : Manejar el concepto de los valores			
LUDICA : Trabajo individual			
TEMA : Fuerza base			
SUBTEMAS : Acondicionamiento físico.			
IMPLEMENTACION : Un balon de futbol y conos			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Llamado de asistencia, juego de cabeza y cola en el pasto. TIEMPO 20 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Trabajo condicional de 3 series: 10 abdominales-10 dorsales-10 sentadillas con 10 de estaticas- 8 flexiones de pecho- 10 de triceps. trote de 10 min con el compañero intercalando el trabajo. TIEMPO 60 min			
RETO : ACTIVIDADES Realizar la mayor cantidad de abdominales posibles en 30 seg TIEMPO 20 min			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Partido de baloncesto por 5 min, se van cambiando los equipos TIEMPO 20 min			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ARANGO VELEZ			Nombre Instructor: EDGAR ANDRES CHIRIVI LEON	
2. Fecha:	2026-04-14	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:30:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1030702527	ELIAN ANDRES LOPEZ			Asistio
1141360771	OMAR YOSETH ZARATE			Asistio
1108152218	NICOLAS MESA			Asistio
1012924501	JULIAN DAVID MENDEZ			Asistio
1010241551	ATOM SMITH CHIRIVI			Asistio
1022446937	THIAGO ANDRES DEL TORO			Asistio
1022443761	LIAM SEBASTIAN MOLANO			Asistio
1220224674	MATIAS RENGIFO			Asistio
1117555346	JULIAN DAVID OSPINA			Asistio
1206222733	JAKE THOMAS TORRES			Asistio
7951925	BRAYAN EDUARDO ORTEGA			Asistio
1013152676	ISABELLA TOLOZA			Asistio
1025561142	EMILY SOFIA PITA			Asistio
1074824062	ANYELINE ISABELA BEDOYA			Asistio
1030701328	SEBASTIAN AGUILAR			Asistio
1030701329	MATHEO AGUILAR			Asistio
1011250684	ANTHONNY JACOB HUMO			Asistio
1012924244	ARJHEM SAMUEL ARIZA			Asistio
1104185000	MICHELL LUCIANA CALDERON			Asistio