

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:	2026-04-09	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
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:	2026-04-09	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
5134457	ANGEL AARON ESCALANTE			Asistio
1013142573	KEYNER AMIR MONROY			Asistio
1028667752	TOMAS SEBASTIAN GUTIERREZ			Asistio
1013138910	JOHAN SMITH VELA			Asistio
1031154103	BRAYAN DAVID RUIZ			Asistio
1033771975	HAROLL ANDREY PEDRAZA			Asistio
1222203607	MIGUEL ANGEL OLARTE			Asistio
1206214918	STIVEN CUBILLOS			No asistio
1116606	ISAAC DAVID PIÑA			Asistio
1028893362	DYLAN CAMILO VARGAS			Asistio
1027288962	JUAN DAVID CAVIEDES			Asistio
1082476532	ANDRES DAVID ROJAS			Asistio
1028873340	LUIS EDUARDO VALENCIA			Asistio
1029997026	SERGIO ARIEL CALVO			Asistio
1025551077	BENYAMIN YOSHUA CASTRO			Asistio
1022394017	JOEL DAVID ROCHA			Asistio
1018477915	FELIPE ESTRADA			Asistio
1028667751	JUAN PABLO JIMENEZ			Asistio
1028494785	NICOLAS ALEJANDRO CHAVES			Asistio
1206214938	DUVAN MATTHIAS SERRATE			Asistio
1028872149	DIEGO ALEJANDRO ROJAS			Asistio
1034783191	JUAN JOSE JIMENEZ			Asistio