

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:	2026-04-10	4. HORA:	Viernes,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:	2026-04-10	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Kennedy	
3. Hora:	Viernes,12:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028790973	CRISTOPHER SMITH VILLAMIL			Asistio
1013142627	DILAN SAMUEL CALEÑO			Asistio
1030643775	JHOSTIN SAMUEL ELLES			Asistio
N37665735706	ENDERSON JOSUE BOLIVAR			Asistio
1030640496	OSCAR ANDRES RUIZ			No asistio
1025553140	JOHAN ESGUERRA			No asistio
1030667586	JOSEPH DAVID GOMEZ			Asistio
1030715061	JEAN JEREMIAS COLMENARES			Asistio
1032944805	ADRIAN FELIPE AROCA			Asistio
1045727117	DANIEL ANDRES BENITEZ			Asistio
1220219419	MATIAS NICOLAS RINCON			Asistio
1011234355	SAMUEL DAVID CASTAÑO			Asistio
1019114189	ADRIAN MATEO MERCADO			Asistio
1015460373	SANTIAGO VELASCO			No asistio
1146129950	DILAN DAVID BARBOSA			Asistio
1104550642	EDWARD ALEJANDRO GUALTERO			Asistio
1028895257	MEYBER FERNANDO JAIMES			Asistio
1033783251	JESUS DANIEL YEPES			Asistio