

OBLIGACIÓN No. 2

EVIDENCIA 1

reporte sim, sesiones de clase

IDRD-STRD-CPS-1905-2025

1.RELACIÓN SESIONES							
NOMBRE	JORGE LUIS PEREZ IBA?EZ		COORDINADOR	DIEGO ANDRÉS CASTRO CUERVO			
FECHA REVISIÓN	2026-04-25 08:40:46		Mes	Abril			
IED	SEDE	GRUPO	SESIONES PLANEADAS (HORARIO)	SESIONES EJECUTADAS	SESIONES NO EJECUTADAS	TOTAL PROGRAMADAS	TOTAL EJECUTADAS
COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR,	1	Martes,09:00:00,11:00:00 7-14-21-28 Jueves,09:00:00,11:00:00 9-23-30	7-9-14-21-23		21	16
	ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR,	2	Martes,13:00:00,14:00:00 7-14-21-28 Jueves,13:00:00,14:00:00 9-23-30	7-9-14-21-23			
	ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR,	4	Miercoles,13:00:00,14:00:00 8-15-22-29 Viernes,13:00:00,14:00:00 10-17-24	8-10-15-17-22-24			

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		JORGE LUIS PEREZ IBA?EZ			
3. FECHA:		2026-04-24		4. HORA:		Viernes,13:00:00,14:00:00	
5. CENTRO INTERÉS:		FÚTBOL		6. N° DE SESIÓN:		7	
7. LOCALIDAD:		Ciudad Bolívar		8. N° DE SEMANA:		4	
8. ZONA:		3		9. CICLO:			
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO							
MOTRÍZ : Promover el desarrollo de habilidades motrices básicas y coordinativas (equilibrio, locomoción, manipulación, percepción espacio–temporal) mediante experiencias libres y guiadas que permitan al niño explorar su cuerpo, el balón y el espacio, favoreciendo la adquisición inicial de patrones motores vinculados al fútbol sin presión por la ejecución téPromover el desarrollo de habilidades motrices básicas y coordinativas (equilibrio, locomoción, manipulación, percepción espacio–temporal) mediante experiencias libres y guiadas que permitan al niño explorar su cuerpo, el balón y el espacio, favoreciendo la adquisición inicial de patrones motores vinculados al fútbol sin presión por la ejecución técnica correcta.cnica correcta.							
COGNITIVA : Iniciar el desarrollo de procesos cognitivos básicos relacionados con la percepción, la atención, la memoria y la comprensión del juego, mediante situaciones simples de exploración que permitan al niño reconocer señales del entorno, tomar decisiones espontáneas y comenzar a construir esquemas de pensamiento asociados al juego colectivo.							
PSICOSOCIAL : contribuir a la resolucion de conflictos							
LUDICA : Fomentar el disfrute, la motivación y la curiosidad por el juego mediante actividades recreativas, creativas y cooperativas que conecten al niño emocionalmente con el fútbol, reforzando la libertad de experimentar, equivocarse, inventar y resolver situaciones simples dentro de entornos seguros y estimulantes.							
TEMA : Golpeo suave del balón (pase corto)							
SUBTEMAS : Realizo pases cortos precisos a un compañero cercano. Registro mis resultados iniciales como parte del proceso de formación deportiva, identificando fortalezas y aspectos a mejorar en cada estudiante ayudando a la mejora de las dimensiones motriz, lúdica, cognitivas y psicosociales							
IMPLEMENTACION : Por medio de la práctica del fútbol se abordarán las cuatro dimensiones del desarrollo humano: lúdica, motriz, cognitiva y psicosocial. En la dimensión lúdica, se posibilitará vivenciar momentos recreativos en el espacio, ya sea virtual y/o presencial, del centro de interés. En la dimensión motriz, los estudiantes deberán ejecutar y desarrollar acciones orientadas al mejoramiento de la velocidad, coordinación, resistencia, flexibilidad y el esquema corporal. En la dimensión cognitiva, deberán reconocer sus habilidades y destrezas, así como esforzarse por alcanzar los objetivos y cumplir con las tareas asignadas. En la dimensión psicosocial, se promoverá el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales, favoreciendo la sana convivencia, el trabajo en equipo y el respeto por los demás. Objetivo general Desarrollar la habilidad del golpeo suave del balón mediante la ejecución de pases cortos precisos entre compañeros, promoviendo el reconocimiento de fortalezas y aspectos a mejorar en cada estudiante, y favoreciendo el desarrollo integral en las dimensiones motriz, lúdica, cognitiva y psicosocial. Objetivos específicos Ejecutar pases cortos con precisión utilizando la técnica adecuada del golpeo suave del balón. Identificar y aplicar las superficies del pie más adecuadas para realizar pases efectivos a corta distancia. Fortalecer la coordinación, el control y la precisión en situaciones de juego con compañeros cercanos. Registrar y analizar el desempeño individual en la ejecución de pases, reconociendo fortalezas y aspectos a mejorar.							
FASES							
FASE INICIAL : ACTIVIDADES La sesión de clase inicia con el llamado a lista de los estudiantes, con el fin de llevar un control y registro de la asistencia. Posteriormente, se refuerzan las normas de la clase, lo que permite garantizar el buen desarrollo de las actividades y evitar dificultades durante la sesión. Luego, se inician los ejercicios de calentamiento, de tipo cefalocaudal, en los cuales cada actividad se realiza de manera dinámica y es dirigida por el formador. Este tipo de calentamiento contribuye a la preparación del cuerpo, favoreciendo un mejor desempeño y reduciendo el riesgo de lesiones durante la realización de las actividades físicas. jugo de pases Los estudiantes se organizan en grupos de 4 o 5 integrantes. Cada grupo contará con un balón y se ubicará dentro de un espacio previamente delimitado con platillos asegurando que todos tengan suficiente espacio para moverse sin chocar con otros grupos. Al iniciar el juego, todos los integrantes del grupo deben desplazarse de manera continua dentro del espacio asignado, caminando o trotando suavemente. Durante el movimiento, deberán realizar pases cortos entre ellos, procurando que el balón se mantenga siempre en circulación. El estudiante que recibe el balón deberá controlarlo de manera adecuada (preferiblemente con la parte interna del pie) y realizar un pase rápido y preciso a otro compañero que se encuentre en una mejor posición. Después de pasar el balón, el jugador debe moverse inmediatamente para desmarcarse y ofrecer una nueva opción de pase.							
TIEMPO 20 minutos							
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Los estudiantes se organizan en grupos de cinco integrantes. Cada grupo formará una figura en forma de diamante, donde cada estudiante se ubicará en una de las puntas. En una de estas puntas se ubicarán dos estudiantes, quienes darán inicio al juego. El estudiante que tiene el balón realizará un pase hacia otra punta del diamante, desplazándose luego hacia la posición a la que envió el balón. La actividad consiste en mantener la circulación constante del balón mediante pases cortos y precisos entre los compañeros. A medida que avanza la actividad, el tamaño del diamante irá aumentando progresivamente durante un tiempo determinado, con el fin de mejorar el control, la precisión y la fuerza en los pases. Los estudiantes se organizan en grupos de cinco integrantes. Cada grupo formará una figura en forma de diamante, en la cual cada estudiante ocupará una de las puntas. En una de estas puntas se ubicarán dos estudiantes, quienes darán inicio al juego. El estudiante que tiene el balón realizará un pase hacia otra punta del diamante y luego se desplazará hacia la posición a la que envió el balón. La actividad consiste en mantener la circulación constante del balón mediante pases cortos y precisos entre los compañeros. A medida que avanza la actividad, el tamaño del diamante irá aumentando progresivamente durante un tiempo determinado, con el fin de mejorar el control, la precisión y la fuerza en los pases.							
TIEMPO 35 minutos							

<p>RETO :</p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Los estudiantes se organizan en grupos para jugar un partido de fútbol en un espacio previamente delimitado por el docente. Cada equipo tendrá un balón y se ubicará dentro del campo de juego. La principal regla del juego es que los estudiantes no pueden desplazarse con el balón en los pies (no se permite conducir). La única forma de avanzar en el campo será mediante la realización de pases constantes entre los compañeros. El estudiante que recibe el balón deberá controlarlo y pasarlo rápidamente a otro compañero, buscando mantener la posesión y avanzar hacia la zona de anotación. Para lograrlo, los jugadores deberán moverse sin balón, desmarcarse y ubicarse en espacios libres que faciliten la recepción del pase.</p>
<p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>
<p>FASE FINAL :</p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Para finalizar la sesión, se desarrolla una fase de recuperación con el objetivo de favorecer la vuelta a la calma del organismo y facilitar la recuperación física después de la actividad. En este momento, los estudiantes realizan una caminata suave alrededor del espacio, lo que permite disminuir progresivamente la frecuencia cardíaca y relajar el cuerpo de manera controlada. Seguidamente, se llevan a cabo ejercicios de respiración profunda, consistentes en inhalar lentamente por la nariz y exhalar por la boca, contribuyendo a la oxigenación del organismo y a la relajación general. Posteriormente, se realizan estiramientos de los principales grupos musculares, como piernas, brazos y espalda, con el fin de reducir la tensión muscular, mejorar la flexibilidad y prevenir molestias físicas. Una vez finalizada la parte física, se reúne a los estudiantes para desarrollar un espacio de reflexión pedagógica, donde pueden expresar sus aprendizajes y experiencias vividas durante la sesión. Esta reflexión se orienta mediante preguntas como: ¿Por qué es importante controlar bien el balón en el fútbol? ¿Qué parte del pie utilizamos para controlar el balón? ¿Qué actividad les ayudó más a mejorar el control?</p>
<p>TIEMPO</p> <p>10 minutos</p>
<p>Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</p>

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: JORGE LUIS PEREZ IBAÑEZ	
2. Fecha:	2026-04-24	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,14:00:00	6. N° de Sesión: 7	9. N° de Semana: 4	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1140925982	CAROL YULIANA ROMERO			Asistio
1067168030	JUAN JOSE LOPEZ			Asistio
1023397773	JOSERTH DAMIAN VILLAMIL			Asistio
1024556431	MICHAEL SNEIDER ARCE			Asistio
1138087345	LUIS CARLOS BARBA			Asistio
1033738015	DEIVIT ALEJANDRO RIAÑO			Asistio
1071914779	ANDRES CAMILO LOPEZ			Asistio
1023918140	JULIAN DAVID RUIZ			Asistio
1031145488	VICTOR CAMILO RUIZ			Asistio
1033774013	JOSE ALEJANDRO MARQUEZ			Asistio
1027529991	LUIS JOASTICK CRISTANCHO			Asistio
1014484013	DIEGO LEANDRO BENAVIDES			Asistio
1027528940	MAYCOL ALEXANDER PUENTES			Asistio
1023391781	JANY XIOMARA MORA			Asistio
1013134406	SARA SOFIASAHIAN SANCHEZ			Asistio
7446441	RICARDO ANDRES VELASQUEZ			Asistio
1029284091	YESUAR DAVID CABALLERO			Asistio
1027529246	JUAN DAVID CASAMACHIN			Asistio
1024552799	JHOJAN DAVID LOPEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JORGE LUIS PEREZ IBA?EZ
3. FECHA:	2026-04-07	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	2
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Ejecutar y desarrollar acciones para mejorar la velocidad, coordinación, resistencia, flexibilidad y el esquema corporal.

COGNITIVA :

Determinar sus habilidades, destrezas y esforzarse por conseguir o alcanzar objetivos y tareas asignadas.

PSICOSOCIAL :

resolucion de conflictos

LUDICA :

Vivenciar momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial del centro de interés.

TEMA :

Maneja el espacio tiempo y su coordinación viso manual en ejercicios de pases según: potencia (distancia), intención (al pie o espacio), sentido (diagonal y paralelo) y altura.

SUBTEMAS :

Desarrollo acciones motrices generales que me dan herramientas en el manejo de la pelota y en el desarrollo del juego. Domino las diferentes circunstancias de juego en ataque haciéndome a la pelota correctamente. Domino el pase corto del balón por medio de repeticiones y ejercicios en parejas. Acepto las normas básicas, establecidas por el profesor para el buen funcionamiento del grupo.

IMPLEMENTACION :

Por medio de la práctica del fútbol se abarcarán las cuatro dimensiones del desarrollo humano, las cuales son: Dimensión lúdica: posibilitará vivenciar momentos recreativos en el espacio virtual y/o presencial del centro de interés. Dimensión motriz: los estudiantes deberán ejecutar y desarrollar acciones orientadas al mejoramiento de la velocidad, coordinación, resistencia, flexibilidad y esquema corporal. Dimensión cognitiva: deberán reconocer y determinar sus habilidades y destrezas, esforzándose por alcanzar los objetivos y cumplir las tareas asignadas. Dimensión psicosocial: contribuirá al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales, promoviendo el trabajo en equipo, el respeto y la sana convivencia

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES

Se realiza el llamado a lista con el fin de llevar un control de la asistencia y participación en clase. Posteriormente, el grupo se organiza en círculo para proponer las normas de la sesión, permitiendo que los estudiantes expresen sus acuerdos y conozcan también las normas establecidas por el docente. Asimismo, se genera un espacio de presentación para fortalecer el reconocimiento mutuo entre el profesor y los estudiantes. Antes de iniciar la práctica, se consulta si algún estudiante presenta dolor, molestia o lesión que le impida o dificulte el desarrollo normal de la clase. Seguidamente, se realiza la explicación de las actividades y de los temas previstos para la jornada. Como parte del calentamiento, se ejecutan ejercicios de movilidad articular en sentido céfalo-caudal, con el objetivo de activar el cuerpo para las actividades programadas. Juego “Piratas”: Los estudiantes se distribuyen por todo el espacio de juego. Algunos contarán con balón y deberán desplazarse realizando conducción sin utilizar las manos. Aquellos que no tengan balón deberán intentar recuperarlo de sus compañeros. Los estudiantes que pierdan el balón deberán buscar otro participante que lo tenga para intentar recuperarlo nuevamente. La actividad aumentará su nivel de dificultad mediante la conformación de diferentes equipos.

TIEMPO

25 minutos La actividad de calentamiento llevara la mayor parte del tiempo para poder que los estudiantes se encuentren con una óptima atención para las actividades

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES

Los estudiantes se dividirán en varios equipos; cada uno contará con un balón, el cual deberán pasarse entre sí, realizando pases en diferentes direcciones. El estudiante que reciba el balón deberá controlarlo adecuadamente antes de efectuar el pase a otro compañero. Juego de control y reacción: Se continuará el trabajo en parejas, donde se buscará que un estudiante esquive distintos conos ubicados en el terreno de juego, mientras recibe y controla el pase enviado por su compañero. Esta actividad tiene como propósito fortalecer el control del balón, la coordinación y la capacidad de reacción.

TIEMPO

45 minutos Cada actividad tendrá un aproximado de 15 minutos para su ejecución, pero estos tiempos serán relativos dependiendo el animo y disfrute de los estudiantes

RETO :

ACTIVIDADES

Control del balón desde el aire: La actividad consiste en que cada estudiante lance el balón hacia el aire y, antes de que este toque el suelo, deberá controlarlo adecuadamente, evitando que rebote en el piso. El objetivo es fortalecer la coordinación, el dominio del balón y la técnica de recepción.

TIEMPO

10 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

después de haber realizado las actividades anteriores, se procede a la vuelta a la calma mediante ejercicios de respiración consciente, inhalando lentamente por la nariz y exhalando por la boca. Posteriormente, se reúne al grupo para desarrollar la temática de la igualdad, basada en las siguientes preguntas orientadoras: ¿Qué son las emociones? ¿Por qué es importante conocerlas? ¿Qué emociones identificamos durante la clase? A continuación, se realizan ejercicios de estiramiento, ya que estos contribuyen a disminuir la sensación de fatiga, prevenir posibles lesiones musculares y articulares, y mejorar la flexibilidad y elasticidad. Cada estiramiento debe mantenerse durante 20 segundos, contando de manera lenta y controlada. Apertura de piernas, mientras las manos tocan la punta de los pies. Apertura de piernas, tocando el pie izquierdo. Apertura de piernas, tocando el pie derecho. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado y llevado hacia el pecho. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado y llevado hacia el pecho. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado hacia atrás, llevando el talón al glúteo. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado hacia atrás, llevando el talón al glúteo. Para finalizar, se realiza una retroalimentación sobre lo aprendido durante la clase, preguntando a los estudiantes: ¿Qué ejercicio les resultó más fácil de realizar y por qué?

TIEMPO

15 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: JORGE LUIS PEREZ IBAÑEZ	
2. Fecha:	2026-04-07	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesión: 2	9. N° de Semana: 2	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1025551278	DILAN GETZEL BORJA			Asistio
1016736130	BREYNER SANTIAGO OCAMPO			Asistio
1101457440	OSCAR LUIS JULIO			Asistio
7120887	OSMAN EDUARDO BURGOS			Asistio
1023401301	DILAN SMITH GALEANO			Asistio
1033783265	DEINER SANTIAGO SILVA			Asistio
1018472276	SANTIAGO MOLINA			Asistio
1033779271	CHAIRA VALENTINA TORRES			Asistio
5616248	ELIANA NICOL ZAMBRANO			Asistio
1029290661	CAROL ANDREA AGUIRRE			Asistio
1029287188	JOHAN ARTURO BRÍÑEZ			Asistio
1031156514	BREINER ESTEBAN CHACON			Asistio
1033772674	KEVIN ESNEYDER GONZALEZ			Asistio
1103507974	ESTEBAN DEJESUS MEJIA			Asistio
N77956894563	DANIEL ANDRESS MELENDEZ			Asistio
6648040	SAMUEL IBRAHIMOVIC MANZANO			Asistio
1023937534	JUAN SEBASTIAN PERDOMO			Asistio
1041696280	JOSE ANGEL CHICA			Asistio
1016835636	VALERIA RODRIGUEZ			Asistio
1122928608	ZAYRA SOFIA MARTINEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	JORGE LUIS PEREZ IBA?EZ
3. FECHA:	2026-04-21	4. HORA:	Martes,13:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	6
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	4
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ : Promover el desarrollo de habilidades motrices básicas y coordinativas (equilibrio, locomoción, manipulación, percepción espacio–temporal) mediante experiencias libres y guiadas que permitan al niño explorar su cuerpo, el balón y el espacio, favoreciendo la adquisición inicial de patrones motores vinculados al fútbol sin presión por la ejecución técnica correcta.
COGNITIVA : Iniciar el desarrollo de procesos cognitivos básicos relacionados con la percepción, la atención, la memoria y la comprensión del juego, mediante situaciones simples de exploración que permitan al niño reconocer señales del entorno, tomar decisiones espontáneas y comenzar a construir esquemas de pensamiento asociados al juego colectivo.
PSICOSOCIAL : contribuir a la resolucion de conflictos
LUDICA : Fomentar el disfrute, la motivación y la curiosidad por el juego mediante actividades recreativas, creativas y cooperativas que conecten al niño emocionalmente con el fútbol, reforzando la libertad de experimentar, equivocarse, inventar y resolver situaciones simples dentro de entornos seguros y estimulantes.
TEMA : Conducción básica en línea recta
SUBTEMAS : Mantengo el balón cerca mientras avanzo. Regulo mi velocidad para no perder la conducción.
IMPLEMENTACION : Por medio de la práctica del fútbol se abordarán las cuatro dimensiones del desarrollo humano: lúdica, motriz, cognitiva y psicosocial. En la dimensión lúdica, se posibilitará vivenciar momentos recreativos en el espacio, ya sea virtual y/o presencial, del centro de interés. En la dimensión motriz, los estudiantes deberán ejecutar y desarrollar acciones orientadas al mejoramiento de la velocidad, coordinación, resistencia, flexibilidad y el esquema corporal. En la dimensión cognitiva, deberán reconocer sus habilidades y destrezas, así como esforzarse por alcanzar los objetivos y cumplir con las tareas asignadas. En la dimensión psicosocial, se promoverá el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales, favoreciendo la sana convivencia, el trabajo en equipo y el respeto por los demás. Objetivo general Desarrollar la habilidad de conducción básica en línea recta, promoviendo el control del balón durante el desplazamiento, la regulación de la velocidad y la orientación adecuada en el espacio de juego. Objetivos específicos Mantener el balón cercano al pie durante la conducción en línea recta, favoreciendo un mejor control y dominio del mismo. Regular la velocidad de desplazamiento según las condiciones del espacio, evitando la pérdida del balón. Coordinar los movimientos corporales con el manejo del balón para mejorar la eficiencia en la conducción. Aplicar la conducción en situaciones de juego, fortaleciendo la confianza y la seguridad en el desplazamiento con balón.
FASES
FASE INICIAL : ACTIVIDADES La sesión de clase inicia con el llamado a lista de los estudiantes, con el fin de llevar un control y registro de la asistencia. Posteriormente, se refuerzan las normas de la clase, lo que permite garantizar el buen desarrollo de las actividades y evitar dificultades durante la sesión. Luego, se inician los ejercicios de calentamiento, de tipo cefalocaudal, en los cuales cada actividad se realiza de manera dinámica y es dirigida por el formador. Este tipo de calentamiento contribuye a la preparación del cuerpo, favoreciendo un mejor desempeño y reduciendo el riesgo de lesiones durante la realización de las actividades físicas. Juego de ponchados: Consiste en que dos o tres estudiantes cuentan con una pelota de caucho con la cual deberán intentar “ponchar” a sus compañeros en el menor tiempo posible. Para completar el reto, deben lograr tocar a todos los estudiantes del grupo. El estudiante que sea ponchado deberá permanecer en el lugar y esperar a que la pelota esté en el aire para poder atraparla y, de esta manera, reincorporarse al juego y continuar participando. TIEMPO 20 minutos
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Los estudiantes se organizan en grupos de tres. Cada grupo contará con un balón y dos conos. La actividad consiste en que el estudiante que tiene el balón deberá trasladarlo desde la parte inicial hasta el cono, sin perder el control del mismo, y luego entregarlo al compañero siguiente. Esta actividad tiene una duración aproximada de 5 minutos. Posteriormente, se continúa trabajando en grupos. Ahora, el estudiante que transporta el balón debe llevarlo pasando por los platillos, realizando el recorrido en forma de zigzag, y regresar a la parte inicial para entregar el balón a su compañero, quien deberá realizar la misma acción. En otra variante del ejercicio, un estudiante se ubicará en la línea de inicio y el otro a una distancia marcada por los platillos. Cuando el estudiante realice un pase, el compañero que se encuentra en el cono deberá primero dar un giro alrededor del platillo, dirigirse a buscar el balón y devolverlo a su compañero. Este ejercicio se debe realizar de manera rotativa entre los estudiantes. Finalmente, un estudiante lanzará el balón hacia el pecho de su compañero, quien deberá recibirlo y controlarlo con los pies. Luego, deberá trasladar el balón hasta el cono y regresar para devolverlo nuevamente a su compañero, repitiendo así el ejercicio de forma continua. TIEMPO 35 minutos

<p>RETO :</p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Traslado del balón sin ser robado por ningún compañero Un estudiante deberá trasladar el balón desde un punto inicial hasta otro, procurando mantener siempre el control del mismo. Durante el recorrido, debe evitar que el balón se aleje de sus pies y protegerlo de los compañeros que intentan interceptarlo. El objetivo es que el balón permanezca lo más cerca posible del estudiante que lo conduce, utilizando movimientos controlados, cambios de dirección y una adecuada protección del balón. De esta manera, se busca desarrollar el dominio del balón, la agilidad, la toma de decisiones y la capacidad de proteger la posesión en situaciones de presión.</p>
<p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>
<p>FASE FINAL :</p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Para finalizar la sesión, se desarrolla una fase de recuperación con el objetivo de favorecer la vuelta a la calma del organismo y facilitar la recuperación física después de la actividad. En este momento, los estudiantes realizan una caminata suave alrededor del espacio, lo que permite disminuir progresivamente la frecuencia cardíaca y relajar el cuerpo de manera controlada. Seguidamente, se llevan a cabo ejercicios de respiración profunda, consistentes en inhalar lentamente por la nariz y exhalar por la boca, contribuyendo a la oxigenación del organismo y a la relajación general. Posteriormente, se realizan estiramientos de los principales grupos musculares, como piernas, brazos y espalda, con el fin de reducir la tensión muscular, mejorar la flexibilidad y prevenir molestias físicas. Una vez finalizada la parte física, se reúne a los estudiantes para desarrollar un espacio de reflexión pedagógica, donde pueden expresar sus aprendizajes y experiencias vividas durante la sesión. Esta reflexión se orienta mediante preguntas como: ¿Por qué es importante controlar bien el balón en el fútbol? ¿Qué parte del pie utilizamos para controlar el balón? ¿Qué actividad les ayudó más a mejorar el control?</p>
<p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>
<p>Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</p>

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: JORGE LUIS PEREZ IBAÑEZ	
2. Fecha:	2026-04-21	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,13:00:00,14:00:00	6. N° de Sesion: 6	9. N° de Semana: 4	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1029152609	JUAN JOSE GORDILLO			No asistio
1146132701	DILAN CAMILO MATEUS			Asistio
1102861726	MAURY ANDRES BOLAÑO			Asistio
1031160957	JOAN SANTIAGO MARTINEZ			Asistio
1122730488	BREYNER STIVEN HERNANDEZ			Asistio
1029294827	DARWIN SANTIAGO GUERRERO			Asistio
1029294893	JEISSON DAVID MARIN			Asistio
1024574881	SHAIRA PAOLA YARA			Asistio
1030665870	SALOME PABON			No asistio
1069756920	CARLOS SAMUEL MORALES			Asistio
1033797862	ERIK MATIAS ROJAS			Asistio
1013675761	THOMAS ANDRES MARTINEZ			Asistio
1029295187	YIVER ESTEBAN UBAQUE			Asistio
1033805178	PAULA ANDREA DIAZ			Asistio
1031840949	ERIK SANTIAGO GARCIA			No asistio
1012445194	THOMAS SANTHIAGO TOCORA			No asistio
1033806410	HEILLEN LORENA HERRERA			Asistio

