

# **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	2026-05-22 16:19:00		Mes	Mayo			
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	<b>Martes,09:00:00,11:00:00</b> 5-12-19-26 <b>Jueves,09:00:00,11:00:00</b> 7-14-21-28	5-7-12-14-19-21		23	17
	ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR,	2	<b>Martes,13:00:00,15:00:00</b> 5-12-19-26 <b>Jueves,13:00:00,15:00:00</b> 7-14-21-28	5-7-12-14-19-21			
	ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR, ESTRELLA DEL SUR,	4	<b>Miercoles,13:00:00,15:00:00</b> 6-13-20-27 <b>Viernes,13:00:00,15:00:00</b> 15-22-29	6-13-15-20-22			

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 IBAÑEZ
3. FECHA:	2026-05-13	4. HORA:	Miercoles,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	6
8. ZONA:	3	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Favorecer el dominio corporal y la coordinación motriz específica del fútbol mediante la ejecución correcta y fluida de los fundamentos técnicos (control, pase, conducción, remate, recepción y desplazamientos), promoviendo la adaptación del cuerpo a las distintas exigencias del juego.			
COGNITIVA : Desarrollar la comprensión del juego a través del análisis, la toma de decisiones y la anticipación, permitiendo que los participantes identifiquen espacios, interpreten situaciones tácticas y apliquen de manera consciente los principios del fútbol en contextos reales de práctica.			
PSICOSOCIAL : La motivación a través del juego, el deporte y la recreación			
LUDICA : Potenciar el aprendizaje del fútbol desde el disfrute, la creatividad y la exploración del juego, promoviendo la participación activa, la cooperación y la expresión libre a través de actividades recreativas que fortalezcan la motivación y el sentido de pertenencia al grupo.			
TEMA : Control y conducción del balón			
SUBTEMAS : Mantengo el control del balón en desplazamientos rectos y con cambios de dirección.Conduzco el balón manteniendo una distancia adecuada entre el pie y la pelota.			
IMPLEMENTACION : Por medio de la práctica del fútbol se abarcarán las cuatro dimensiones del desarrollo humano, las cuales son: la dimensión lúdica, que posibilitará vivenciar momentos recreativos en el espacio virtual y/o presencial del centro de interés; la dimensión motriz, en la cual los estudiantes deberán ejecutar y desarrollar acciones que les permitan mejorar la velocidad, la coordinación, la resistencia, la flexibilidad y el esquema corporal; la dimensión cognitiva, en la que deberán identificar sus habilidades y destrezas, así como esforzarse por alcanzar los objetivos y tareas asignadas; y la dimensión psicosocial, que contribuirá al fortalecimiento de la autoestima y al desarrollo de habilidades para la vida. Objetivo general: Desarrollar en los estudiantes la habilidad de control y conducción del balón, mediante ejercicios que involucren desplazamientos rectos y cambios de dirección, fortaleciendo la coordinación, el dominio y la precisión en el manejo del balón. Objetivos específicos Mantener el control del balón durante desplazamientos en línea recta, demostrando coordinación y dominio básico. Ejecutar cambios de dirección conduciendo el balón sin perder el control durante el movimiento. Conducir el balón conservando una distancia adecuada entre el pie y la pelota, favoreciendo la precisión y el control en el juego.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Se da inicio saludando a los estudiantes y realizando el llamado a lista para conocer con cuántos estudiantes se cuenta. Luego, se hacen las preguntas de rutina para verificar si alguno presenta alguna dificultad para realizar las actividades del día o si tiene problemas de salud, con el fin de tomar las medidas correspondientes. Posteriormente, se les recuerdan a los estudiantes las normas de la clase para evitar interrupciones durante la sesión. Finalmente, se realiza una movilidad articular con el objetivo de lograr una mejor activación del cuerpo y prevenir lesiones durante la clase Se organiza el grupo en dos equipos con igual número de estudiantes, los cuales se ubican en espacios previamente delimitados dentro de la cancha para garantizar el adecuado desarrollo de la actividad. Uno de los equipos inicia con la posesión del balón. El primer estudiante de cada grupo se sitúa al frente de la fila y realiza un pase con el pie a su compañero. Inmediatamente después de ejecutar el pase, inicia un recorrido técnico que comienza con desplazamientos en zigzag entre conos, favoreciendo el control corporal, la coordinación y la agilidad. Al finalizar este primer tramo, el estudiante continúa el circuito pasando de manera alternada un pie por encima de los platillos ubicados en el suelo, promoviendo la precisión y el dominio motriz. Seguidamente, se desplaza corriendo hacia la siguiente estación, donde realiza nuevamente un recorrido en zigzag a través de conos organizados en línea recta, reforzando los cambios de dirección y el control del movimiento. Finalmente, el estudiante accede a la escalera de coordinación, en la cual ejecuta un ejercicio de cruce de pies apoyándose únicamente en la punta de los mismos, con el objetivo de fortalecer la coordinación, el equilibrio y la velocidad de reacción. Este proceso se repite de manera continua hasta que todos los integrantes de cada grupo completen el recorrido, asegurando la participación activa y el desarrollo de habilidades motrices básicas y específicas.  TIEMPO 25 minutos para toda la actividad			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Actividad 1: Circuito técnico de conducción (Duración: 15 minutos) Organización: Para el desarrollo de esta actividad, se disponen varios conos en el espacio de trabajo formando un circuito que incluye tres tipos de recorrido: un tramo en línea recta, una zona en zigzag y un espacio destinado para realizar cambios de dirección. Este circuito debe estar organizado de manera secuencial, permitiendo un desplazamiento continuo de los estudiantes. Desarrollo: En primer lugar, el estudiante inicia la actividad conduciendo el balón en línea recta, procurando mantener un control cercano y constante con el pie, evitando que el balón se aleje. Posteriormente, continúa hacia la zona de zigzag, donde debe desplazarse entre los conos realizando toques cortos, precisos y controlados, favoreciendo la coordinación y el dominio del balón. Finalmente, al llegar al último tramo del circuito, el estudiante ejecuta un cambio de dirección mediante un giro rápido del cuerpo, controlando el balón en todo momento, y regresa al punto de inicio repitiendo el recorrido según las indicaciones del docente. Actividad 2: Juego “El perseguidor” (Duración: 10 minutos) Organización: Se organizan grupos de 4 a 5 estudiantes dentro de un espacio previamente delimitado. Cada estudiante cuenta con un balón, excepto uno, quien asumirá el rol de perseguidor. Desarrollo: Durante la actividad, los estudiantes que tienen balón deben desplazarse libremente por el espacio asignado, conduciendo el balón de manera controlada y evitando que el perseguidor se los quite. El estudiante que cumple el rol de perseguidor tiene como objetivo recuperar el balón de alguno de sus compañeros mediante acciones de interceptación o robo limpio. Una vez el perseguidor logra recuperar un balón, intercambia su rol con el estudiante que perdió la posesión, quien pasa a ser el nuevo perseguidor, manteniendo así la dinámica activa del juego. Reglas: Los estudiantes no pueden detener completamente el balón por más de tres segundos, con el fin de fomentar el movimiento constante. Es obligatorio realizar cambios de dirección de manera continua, promoviendo el control del balón y la toma de decisiones en situaciones de juego.  TIEMPO 35 minutos en la practica			

<p><b>RETO :</b></p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Realizar el recorrido previamente establecido en el menor tiempo posible, manteniendo el control del balón durante todo el trayecto y ejecutando correctamente cada uno de los movimientos propuestos.</p>
<p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>
<p><b>FASE FINAL :</b></p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Se realiza un juego de fútbol con el fin de poner en práctica los aprendizajes desarrollados durante la clase. Después de haber realizado las actividades anteriores, los estudiantes realizan un proceso de vuelta a la calma, respirando lentamente, tomando aire por la nariz y expulsándolo por la boca. Posteriormente, el grupo se reúne para desarrollar la temática relacionada con la igualdad y el reconocimiento de las emociones, a partir de distintas preguntas orientadoras como: ¿qué son las emociones?, ¿por qué es importante conocerlas? y ¿qué emociones se evidenciaron durante la clase? A continuación, se realizan ejercicios de estiramiento, ya que estos ayudan a disminuir la sensación de fatiga y pueden prevenir lesiones musculares y articulares. Asimismo, contribuyen a mejorar la flexibilidad y la elasticidad del cuerpo. Para cada estiramiento, los estudiantes deben contar lentamente hasta 20 segundos. Los ejercicios realizados son los siguientes: 1. Apertura de piernas mientras las manos tocan la punta de los pies. 2. Apertura de piernas mientras se toca el pie izquierdo. 3. Apertura de piernas mientras se toca el pie derecho. 4. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado y acercado hacia el pecho. 5. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado y acercado hacia el pecho. 6. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado hacia atrás, acercándolo al glúteo. 7. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado hacia atrás, acercándolo al glúteo. Para finalizar, se realiza una retroalimentación sobre lo aprendido durante la clase. Se pregunta a los estudiantes qué ejercicios les resultaron más fáciles de realizar y por qué, con el fin de promover la reflexión sobre su participación y aprendizaje durante la sesión.</p>
<p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>
<p><b>Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</b></p>

ASISTENCIA  
PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: JORGE LUIS PEREZ IBAÑEZ	
2. Fecha:	2026-05-13	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Miercoles,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 12	9. N° de Semana: 6	
4. Grupo:	FÚTBOL 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1138087345	LUIS CARLOS BARBA			Asistio
1033774013	JOSE ALEJANDRO MARQUEZ			Asistio
1031145488	VICTOR CAMILO RUIZ			No asistio
1067168030	JUAN JOSE LOPEZ			Asistio
1024556431	MICHAEL SNEIDER ARCE			Asistio
1029284091	YESUAR DAVID CABALLERO			Asistio
1023397773	JOSERTH DAMIAN VILLAMIL			Asistio
1027528940	MAYCOL ALEXANDER PUENTES			No asistio
1033738015	DEIVIT ALEJANDRO RIAÑO			Asistio
1140925982	CAROL YULIANA ROMERO			No asistio
1014484013	DIEGO LEANDRO BENAVIDES			Asistio
1023391781	JANY XIOMARA MORA			Asistio
1027529991	LUIS JOASTICK CRISTANCHO			No asistio
1071914779	ANDRES CAMILO LOPEZ			Asistio
1023918140	JULIAN DAVID RUIZ			No asistio
1013134406	SARA SOFIASAHIAN SANCHEZ			Asistio
1024552799	JHOJAN DAVID LOPEZ			Asistio
7446441	RICARDO ANDRES VELASQUEZ			Asistio
1023396929	DILAN DAVID GARZON			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:	2026-05-07	4. HORA:	Jueves,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	11
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

**MOTRÍZ :**  
Favorecer el dominio corporal y la coordinación motriz específica del fútbol mediante la ejecución correcta y fluida de los fundamentos técnicos (control, pase, conducción, remate, recepción y desplazamientos), promoviendo la adaptación del cuerpo a las distintas exigencias del juego.

**COGNITIVA :**  
Desarrollar la comprensión del juego a través del análisis, la toma de decisiones y la anticipación, permitiendo que los participantes identifiquen espacios, interpreten situaciones tácticas y apliquen de manera consciente los principios del fútbol en contextos reales de práctica.

**PSICOSOCIAL :**  
La motivación a través del juego, el deporte y la recreación

**LUDICA :**  
Potenciar el aprendizaje del fútbol desde el disfrute, la creatividad y la exploración del juego, promoviendo la participación activa, la cooperación y la expresión libre a través de actividades recreativas que fortalezcan la motivación y el sentido de pertenencia al grupo.

**TEMA :**  
Test: Flexión de Tronco Sentado (Test de Wells Modificado)

**SUBTEMAS :**  
Importancia Fisiológica: Una adecuada flexibilidad contribuye a la prevención de lesiones, mejora el rango de movimiento articular y optimiza la eficiencia mecánica en la ejecución de gestos deportivos.

**IMPLEMENTACION :**  
Por medio de la práctica del fútbol se abarcarán las cuatro dimensiones del desarrollo humano, las cuales son: la dimensión lúdica, que posibilitará vivenciar momentos recreativos en el espacio virtual y/o presencial del centro de interés; la dimensión motriz, en la cual los estudiantes deberán ejecutar y desarrollar acciones que les permitan mejorar la velocidad, la coordinación, la resistencia, la flexibilidad y el esquema corporal; la dimensión cognitiva, en la que deberán identificar sus habilidades y destrezas, así como esforzarse por alcanzar los objetivos y tareas asignadas; y la dimensión psicosocial, que contribuirá al fortalecimiento de la autoestima y al desarrollo de habilidades para la vida. Objetivo general Desarrollar la capacidad de los estudiantes para proteger el balón en espacios reducidos, mediante la aplicación de técnicas adecuadas de control y conducción, favoreciendo la conservación de la posesión frente a la presión del adversario. Objetivos específicos Identificar las diferentes técnicas corporales y posiciones que permiten proteger el balón ante la presión de un oponente. Aplicar la conducción con toques cortos para mantener el control del balón en espacios reducidos. Mejorar la coordinación y el uso del cuerpo para interponerse entre el balón y el rival. Fortalecer la toma de decisiones rápida para conservar la posesión en situaciones de juego con presión.

FASES

**FASE INICIAL :**  
ACTIVIDADES  
Objetivo: Evaluar la flexibilidad de la cadena muscular posterior, incluyendo isquiotibiales, glúteos y zona lumbar. Unidad de Medida: Centímetros (cm).Importancia Fisiológica: Una adecuada flexibilidad contribuye a la prevención de lesiones, mejora el rango de movimiento articular y optimiza la eficiencia mecánica en la ejecución de gestos deportivos. Protocolo de Ejecución: 1. Posición Inicial: El participante se sienta en el suelo con las piernas completamente extendidas y juntas. Los pies deben estar apoyados contra una superficie vertical (cajón, pared, banco) o una línea de referencia. 2. Medición: Se coloca una regla o cinta métrica a lo largo del suelo, con el punto cero (0) a la altura de la planta de los pies. Si el participante supera el punto cero, el registro será positivo (+cm); si no lo alcanza, será negativo (-cm).

TIEMPO  
lo que demore la prueba

**FASE CENTRAL :**  
ACTIVIDADES  
Ejecución: Con los brazos extendidos hacia adelante y las manos superpuestas, el participante realiza una flexión lenta y progresiva del tronco, intentando alcanzar la máxima distancia posible con las puntas de los dedos, sin flexionar las rodillas. 4. Registro: Se mantiene la posición de máxima flexión durante dos (2) segundos para registrar la marca más lejana alcanzada por las puntas de los dedos La actividad psicosocial consiste en que cada estudiante recibirá una hoja en la cual deberá escribir su nombre de manera organizada y clara. Posteriormente, cada participante escribirá una frase con la que se sienta identificado, permitiéndole expresar parte de su personalidad, emociones o forma de pensar. Después de realizar esta primera parte de la actividad, el grupo se organizará en un círculo para fomentar la integración y la participación de todos los estudiantes. A continuación, cada participante pasará su hoja al compañero que se encuentre a su derecha. Cuando reciba la hoja de otro compañero, deberá escribir una frase positiva resaltando alguna cualidad, valor, actitud o aspecto bueno de esa persona. La actividad continuará hasta que todas las hojas hayan pasado por varios compañeros, permitiendo que cada estudiante reciba mensajes positivos y motivadores por parte del grupo. Finalmente, se realizará un espacio de reflexión donde los estudiantes podrán compartir cómo se sintieron durante la actividad y la importancia de reconocer y valorar las cualidades positivas de los demás. 7.3. Criterios de Validez: Las rodillas deben permanecer extendidas durante toda la prueba.La flexión debe ser lenta y controlada, sin rebotes o impulsos bruscos. Los pies deben mantenerse en contacto con la superficie de apoyo. 7.4. Adaptaciones para la Inclusión: Discapacidad Motriz (Movilidad Reducida en Tren Inferior): Si el participante no puede extender completamente las piernas, se puede adaptar la posición inicial buscando la máxima extensión posible sin dolor. El registro se hará desde esa nueva línea de referencia. En casos de silla de ruedas, se puede evaluar la flexibilidad del tronco superior o de los hombros con tests específicos adaptados. Discapacidad Visual: El formador puede guiar las manos del participante para asegurar que sigan la línea de la regla y registrar la marca, describiendo verbalmente el proceso.

TIEMPO  
lo que se demore la prueba

<div><b>RETO :</b> ACTIVIDADES prueba de flexivilidad</div>
<div>TIEMPO maximo 2 horas</div>
<div><b>FASE FINAL :</b> ACTIVIDADES Se realiza un juego de fútbol con el fin de poner en práctica los aprendizajes desarrollados durante la clase. Después de haber realizado las actividades anteriores, los estudiantes realizan un proceso de vuelta a la calma, respirando lentamente, tomando aire por la nariz y expulsándolo por la boca. Posteriormente, el grupo se reúne para desarrollar la temática relacionada con la igualdad y el reconocimiento de las emociones, a partir de distintas preguntas orientadoras como: ¿qué son las emociones?, ¿por qué es importante conocerlas? y ¿qué emociones se evidenciaron durante la clase? A continuación, se realizan ejercicios de estiramiento, ya que estos ayudan a disminuir la sensación de fatiga y pueden prevenir lesiones musculares y articulares. Asimismo, contribuyen a mejorar la flexibilidad y la elasticidad del cuerpo. Para cada estiramiento, los estudiantes deben contar lentamente hasta 20 segundos. Los ejercicios realizados son los siguientes: 1. Apertura de piernas mientras las manos tocan la punta de los pies. 2. Apertura de piernas mientras se toca el pie izquierdo. 3. Apertura de piernas mientras se toca el pie derecho. 4. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado y acercado hacia el pecho. 5. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado y acercado hacia el pecho. 6. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado hacia atrás, acercándolo al glúteo. 7. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado hacia atrás, acercándolo al glúteo. Para finalizar, se realiza una retroalimentación sobre lo aprendido durante la clase. Se pregunta a los estudiantes qué ejercicios les resultaron más fáciles de realizar y por qué, con el fin de promover la reflexión sobre su participación y aprendizaje durante la sesión</div>
<div>TIEMPO 15 minutos</div>
<div>Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</div>

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: JORGE LUIS PEREZ IBAÑEZ	
2. Fecha:	2026-05-07	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 11	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1029152609	JUAN JOSE GORDILLO			Asistio
1146132701	DILAN CAMILO MATEUS			Asistio
1102861726	MAURY ANDRES BOLAÑO			Asistio
1031160957	JOAN SANTIAGO MARTINEZ			No asistio
1122730488	BREYNER STIVEN HERNANDEZ			Asistio
1029294827	DARWIN SANTIAGO GUERRERO			No asistio
1029294893	JEISSON DAVID MARIN			No asistio
1024574881	SHAIRA PAOLA YARA			No asistio
1030665870	SALOME PABON			Asistio
1069756920	CARLOS SAMUEL MORALES			No asistio
1033797862	ERIK MATIAS ROJAS			No asistio
1013675761	THOMAS ANDRES MARTINEZ			No asistio
1029295187	YIVER ESTEBAN UBAQUE			Asistio
1031840949	ERIK SANTIAGO GARCIA			Asistio
1012445194	THOMAS SANTHIAGO TOCORA			No asistio
1033806410	HEILLEN LORENA HERRERA			Asistio
1185715036	ANGEL HARVEY TELLEZ			Asistio
1034786638	JOHAN SANTIAGO AVELLANEDA			No asistio
5947301	YUNIELIS NEIRALI ALVAREZ			Asistio
1023167113	WILSON DAYAN ZAMBRANO			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:	2026-05-05	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. N° DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

**MOTRÍZ :**  
Favorecer el dominio corporal y la coordinación motriz específica del fútbol mediante la ejecución correcta y fluida de los fundamentos técnicos (control, pase, conducción, remate, recepción y desplazamientos), promoviendo la adaptación del cuerpo a las distintas exigencias del juego.

**COGNITIVA :**  
Desarrollar la comprensión del juego a través del análisis, la toma de decisiones y la anticipación, permitiendo que los participantes identifiquen espacios, interpreten situaciones tácticas y apliquen de manera consciente los principios del fútbol en contextos reales de práctica.

**PSICOSOCIAL :**  
La motivación a través del juego, el deporte y la recreación

**LUDICA :**  
Potenciar el aprendizaje del fútbol desde el disfrute, la creatividad y la exploración del juego, promoviendo la participación activa, la cooperación y la expresión libre a través de actividades recreativas que fortalezcan la motivación y el sentido de pertenencia al grupo.

**TEMA :**  
La piedra angular de la Liga JEC es la confiabilidad de la información. La recolección de datos precisos y veraces es crucial para:

**SUBTEMAS :**  
Diagnóstico Objetivo: Permite una evaluación fidedigna de las capacidades físicas de cada participante, identificando fortalezas y áreas de mejora. Toma de Decisiones Estratégicas: Facilita la asignación de talentos a disciplinas deportivas específicas y la formulación de planes de entrenamiento individualizados y grupales. Transparencia y Credibilidad: Otorga legitimidad al proceso de selección y proyección deportiva, garantizando la igualdad de oportunidades.

**IMPLEMENTACION :**  
Por medio de la práctica del fútbol se abarcarán las cuatro dimensiones del desarrollo humano, las cuales son: la dimensión lúdica, que posibilitará vivenciar momentos recreativos en el espacio virtual y/o presencial del centro de interés; la dimensión motriz, en la cual los estudiantes deberán ejecutar y desarrollar acciones que les permitan mejorar la velocidad, la coordinación, la resistencia, la flexibilidad y el esquema corporal; la dimensión cognitiva, en la que deberán identificar sus habilidades y destrezas, así como esforzarse por alcanzar los objetivos y tareas asignadas; y la dimensión psicosocial, que contribuirá al fortalecimiento de la autoestima y al desarrollo de habilidades para la vida. Objetivo general Desarrollar la capacidad de los estudiantes para proteger el balón en espacios reducidos, mediante la aplicación de técnicas adecuadas de control y conducción, favoreciendo la conservación de la posesión frente a la presión del adversario. Objetivos específicos Identificar las diferentes técnicas corporales y posiciones que permiten proteger el balón ante la presión de un oponente. Aplicar la conducción con toques cortos para mantener el control del balón en espacios reducidos. Mejorar la coordinación y el uso del cuerpo para interponerse entre el balón y el rival. Fortalecer la toma de decisiones rápida para conservar la posesión en situaciones de juego con presión

FASES

**FASE INICIAL :**  
ACTIVIDADES  
Se da inicio saludando a los estudiantes y realizando el llamado a lista para conocer con cuántos estudiantes se cuenta. Luego, se hacen las preguntas de rutina para verificar si alguno presenta alguna dificultad para realizar las actividades del día o si tiene problemas de salud, con el fin de tomar las medidas correspondientes. Posteriormente, se les recuerdan a los estudiantes las normas de la clase para evitar interrupciones durante la sesión. Finalmente, se realiza una movilidad articular con el objetivo de lograr una mejor activación del cuerpo y prevenir lesiones durante la clase. Juego: Robo de la bandera (balón) Los estudiantes se organizan en dos grupos con igual número de participantes y se ubican en espacios delimitados del campo de juego. Cada equipo contará con un balón, el cual deberá proteger dentro de su zona asignada. El objetivo principal del juego es que cada grupo intente robar el balón del equipo contrario sin perder el suyo. Durante el desarrollo de la actividad, los estudiantes deberán desplazarse de manera estratégica, combinando habilidades como la velocidad, la agilidad y el trabajo en equipo. Para robar el balón, un jugador deberá ingresar al campo del equipo contrario e intentar tomarlo sin ser tocado por alguno de sus integrantes. Es importante aclarar que no se permite el contacto físico brusco ni sujetar al oponente. La única forma de detener a un jugador es tocándolo. Si un estudiante que ha robado el balón es tocado antes de llegar a su campo, deberá devolver el balón al equipo contrario y regresar a su zona de inicio. El juego finaliza cuando uno de los equipos logra robar el balón del adversario y llevarlo hasta su campo sin ser tocado, o cuando se cumpla el tiempo establecido. Ganará el equipo que demuestre mayor organización, cooperación y eficacia en la defensa y el ataque

TIEMPO  
20 minurtos

**FASE CENTRAL :**  
ACTIVIDADES  
Evaluar la velocidad de reacción, aceleración y la máxima velocidad de desplazamiento en una distancia corta. Unidad de Medida: Segundos (s), con registro de centésimas. Importancia Fisiológica: La velocidad es una capacidad motriz fundamental, determinante en la mayoría de las disciplinas deportivas, especialmente en aquellas de carácter explosivo y acíclico Marcaje: Delimitar una distancia de 30 metros exactos en una superficie plana y antideslizante. Se recomienda el uso de conos o demarcadores visuales claros en la línea de salida y llegada. 2. Posición de Salida: Los participantes adoptarán una posición de salida alta (de pie), con un pie ligeramente adelantado y el tronco inclinado hacia adelante, listos para la acción. 3. Señal de Inicio: El formador emitirá una señal auditiva clara y estandarizada (ej. “Listos... ¡YA!”) para iniciar la prueba y activar el cronómetro. 4. Recorrido: El participante deberá recorrer la distancia de 30 metros a la máxima velocidad posible. 5. Registro: El cronómetro se detendrá en el momento exacto en que el plano del pecho del participante cruce la línea de llegada.

TIEMPO  
los que dure la prueba de estuduante por estudiante

<p><b>RETO :</b></p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>que todos los estudiantes sean evaluados</p>
<p>TIEMPO</p> <p>2 horas</p>
<p><b>FASE FINAL :</b></p> <p>ACTIVIDADES</p> <p>Se realiza un juego de fútbol con el fin de poner en práctica los aprendizajes desarrollados durante la clase. Después de haber realizado las actividades anteriores, los estudiantes realizan un proceso de vuelta a la calma, respirando lentamente, tomando aire por la nariz y expulsándolo por la boca. Posteriormente, el grupo se reúne para desarrollar la temática relacionada con la igualdad y el reconocimiento de las emociones, a partir de distintas preguntas orientadoras como: ¿qué son las emociones?, ¿por qué es importante conocerlas? y ¿qué emociones se evidenciaron durante la clase? A continuación, se realizan ejercicios de estiramiento, ya que estos ayudan a disminuir la sensación de fatiga y pueden prevenir lesiones musculares y articulares. Asimismo, contribuyen a mejorar la flexibilidad y la elasticidad del cuerpo. Para cada estiramiento, los estudiantes deben contar lentamente hasta 20 segundos. Los ejercicios realizados son los siguientes: 1. Apertura de piernas mientras las manos tocan la punta de los pies. 2. Apertura de piernas mientras se toca el pie izquierdo. 3. Apertura de piernas mientras se toca el pie derecho. 4. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado y acercado hacia el pecho. 5. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado y acercado hacia el pecho. 6. Pie izquierdo extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie derecho está flexionado hacia atrás, acercándolo al glúteo. 7. Pie derecho extendido y apoyado en el suelo, mientras el pie izquierdo está flexionado hacia atrás, acercándolo al glúteo. Para finalizar, se realiza una retroalimentación sobre lo aprendido durante la clase. Se pregunta a los estudiantes qué ejercicios les resultaron más fáciles de realizar y por qué, con el fin de promover la reflexión sobre su participación y aprendizaje durante la sesión.</p>
<p>TIEMPO</p> <p>15 minutos</p>
<p><b>Reporte Sesión de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria</b></p>

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

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: JORGE LUIS PEREZ IBAÑEZ	
2. Fecha:	2026-05-05	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesión: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	FÚTBOL 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1025551278	DILAN GETZEL BORJA			No asistio
1016736130	BREYNER SANTIAGO OCAMPO			No asistio
1101457440	OSCAR LUIS JULIO			Asistio
7120887	OSMAN EDUARDO BURGOS			No asistio
1023401301	DILAN SMITH GALEANO			Asistio
1033783265	DEINER SANTIAGO SILVA			Asistio
1018472276	SANTIAGO MOLINA			Asistio
1033779271	CHAIRA VALENTINA TORRES			No asistio
5616248	ELIANA NICOL ZAMBRANO			No asistio
1029290661	CAROL ANDREA AGUIRRE			No asistio
1029287188	JOHAN ARTURO BRÍÑEZ			No 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			No asistio
1023937534	JUAN SEBASTIAN PERDOMO			No asistio
1041696280	JOSE ANGEL CHICA			No asistio
1016835636	VALERIA RODRIGUEZ			No asistio
1122928608	ZAYRA SOFIA MARTINEZ			No asistio
1072708335	JUAN ESTEBAN CASTRO			No asistio
1023393134	JHON DEIVYD JIMENEZ			Asistio
1143247567	SHEILIS PAOLA ORTIZ			No asistio
1029288988	DANIA ESMERALDA CUESTA			No asistio
1029293284	ASLY FERNANDA ARDILA			Asistio
1029292403	DILANY MICHEL HERNANDEZ			No asistio
1029294076	EMILY MARIANA RUIZ			No asistio
1025552623	CRISTIAN JOEL QUIÑONES			No asistio
1137724773	NEZARETH SMITH PAZOS			No asistio
1141331847	JUAN MANUEL SALAMANCA			Asistio
5895281	ANDRES ELIAS VEGAS			Asistio
1024551392	GABRIEL FERNANDO SEGURA			No asistio
5519527	MAIKELL ABDIAS AVILA			Asistio
1033790826	JEAMPAUL DANFHOE TORRES			Asistio