PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ENRIQUE OLAYA HERRERA (IED) (ENRIQUE OLAYA HERRERA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ**
3. FECHA:	2021-03-23	4. HORA:	Martes,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo ejercicios y movimientos de naturaleza física acoplados al centro de interés manejando mis segmentos corporales de forma global y segmentaria.

COGNITIVA :
Exploro técnicas de expresión corporal identificadas en el centro de interés, que ayudaran a mejorar y exteriorizar mis emociones en situaciones de juego y competencia.

PSICOSOCIAL :
reconozco mis derechos

LUDICA :
Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés.

TEMA :
Identificar las CAPACIDADES COORDINATIVAS en el fútbol y el trabajo en equipo.

SUBTEMAS :
Repaso de SUPERFICIES DE CONTACTO y fortalezco mi TREN INFERIOR.

IMPLEMENTACION :
LLAMADO A LISTA CHARLA ACERCA DE LOS EJERCICIOS QUE SE REALIZARAN EN ESTA SESION. CALENTAMIENTO GENERAL CALENTAMIENTO ESPECIFICO Verificar la asistencia de los alumnos inscritos para este centro de interés y grupo determinado. Conversación con los alumnos acerca de la importancia de las diferentes superficies de contacto del (Tren Inferior) y como aplicarlas a la practica del futbol. Trote suave alrededor de la cancha, ejercicios específicos de calentamiento, empezando por el tren inferior y posteriormente el tren superior, luego se realizo un estiramiento de cada una de los segmentos involucrados en la practica de futbol

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
LLAMADO A LISTA CHARLA ACERCA DE LOS EJERCICIOS QUE SE REALIZARAN EN ESTA SESION. CALENTAMIENTO GENERAL CALENTAMIENTO ESPECIFICO

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
SUPERFICIES DE CONTACTO. SUPERFICIES TREN INFERIOR. PIE;INTERNO, EXTERNO, EMPEINE, PLANTA.MUSLO. EJERCICIOS SUPERFICIES DE CONTACTO TREN INFERIOR:Ejercicios por filas en los que se utilicen las superficies de contacto explicadas (Empeine, borne interno Y/O externo, planta de pie, muslo), luego en filas la persona encargada de pasar el balon indica que superfice de contacto utilizar y la persona que viene en la fila obedecera en el menos tiempo posible. Practica de futbol teniendo en cuenta las utilizacion de las superficies de contacto del tren inferior para poder asimilar y poner en practica lo aprendido.

TIEMPO
55 MINUTOS 30 MINUTOS

RETO :
ACTIVIDADES
n.a

TIEMPO
n.a

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
VUELTA A LA CALMA Feedback Trote suave alrededor de la cancha y estiramiento final. Correcciones y/o sugerencias de las actividades realizadas

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ENRIQUE OLAYA HERRERA			Nombre Instructor: ANGEL LEONARDO PATARROLLO GOMEZ	
2. Fecha:	2021-03-23	5. Centro de Interes FÚTBOL	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Martes,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	FÚTBOL 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1028664244	SHARON ESTEFANY HERRERA	Asistio
1016717234	KAREN LIZETTE BARRERO	Asistio
1021679867	AMY LEE NATALIA AGUILAR	Asistio
1021674345	DAVID SANTIAGO PENARANDA	Asistio
1021676452	EINSTEINS SANTIAGO ROMAN	Asistio
1012344304	ANDRES FELIPE GUTIERREZ	Asistio
1022957834	KAREN SOFIA HERNANDEZ	Asistio
1013116510	JUAN PABLO SUSA	Asistio
1029626910	MHELLANNIE SOFIA GONZALEZ	Asistio
1013115372	DILAN FELIPE OTALORA	Asistio
1030559252	DANNA VALERIA SANCHEZ	Asistio
1011102685	TOMAS CAMILO PARRA	Asistio