PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO FRANCISCO PRIMERO S.S. (IED) (SEDE PRINCIPAL)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**JOHN JAIRO SANCHEZ SANCHEZ**
3. FECHA:	2021-03-25	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	FÚTBOL	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Barrios Unidos	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3 ,7

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Perfecciono la técnica aplicada en las secuencias motrices enfocadas en la coordinación viso-pedica y viso-manual.

COGNITIVA :
Fortalezco la técnica aplicada en el control de balón y pase.

PSICOSOCIAL :
Reflexiono sobre como el futbol lleva implícito el derecho a la libre expresión y participación.

LUDICA :
Ejecuto distintas formas jugadas durante la sesión para comprender los fundamentos técnicos propios del deporte

TEMA :
Técnica de control de balón.

SUBTEMAS :
El terreno de juego.

IMPLEMENTACION :
Materiales disponibles en casa y que cumplan la función de los platillos y conos (Zapatos, medias, recipientes de plástico, pelotas de distintos materiales y tamaños, cojines y otros).

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
a. Saludo: De acuerdo a los lineamientos entregados se realizará saludo y bienvenida a los participantes (Nombre del programa-cuidados generales COVID -indicaciones de plataforma). b. Recomendaciones generales: Posteriormente se expondrá de manera simple la secuencia para la sesión del día y su relación con los aprendizajes esperados adicionalmente se harán recomendaciones sobre el equipamiento que se utilizara durante la sesión, preferiblemente ropa y zapatos cómodos y materiales a utilizar. En cuanto al escenario se aconsejará que tenga un espacio que permita un buen rango de movimiento y en lo posible que no tenga elementos que representen un riesgo o que se puedan caer, finalmente mantener líquido para hidratar cada vez que sea necesario, preferiblemente agua. c. Invitación: Se hará la invitación a un familiar o habitante de la casa del niño para que participe de la sesión. d. Entrada en calor: Inicialmente se realizará movimiento articular desde los pies a la cabeza. Posteriormente se realizarán desplazamientos en distintas direcciones aplicando cambios de ritmo con elemento según la disponibilidad del espacio.

TIEMPO
a. Saludo: 2 minuto aproximadamente. b. Recomendaciones generales: 5 minutos aproximadamente. c. Invitación: 1 minuto aproximadamente. d. Entrada en calor: 12 minutos aproximadamente. Tiempo total aproximado para esta fase: 20 minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
a. Actividad 1: Utilizando un elemento esférico liviano, se deberá patear el balón con borde interno en una superficie plana para que rebote y posteriormente controlar con planta de pie y conducir el balón según las indicaciones. Se deberán hacer 4 series de 10 ejercicios. Se realizarán variaciones de acuerdo al pie hábil. b. Hidratación y Feed-back: Los participantes tomarán un breve descanso y aprovecharán para hidratar, mientras se hacen preguntas al azar sobre la relación de los objetivos y la práctica hasta ahora. c. Actividad 2: Siguiendo la dinámica anterior, se deberán realizar 4 series pateando el balón contra la pared a dos toques.

TIEMPO
a. Actividad 1: 30 minuto aprox. b. Hidratación: 05 minutos aprox. c. Actividad 2: 30 minutos aprox. d. Hidratación: 05 minutos aprox. Tiempo total aproximado para esta fase: 70 minutos.

RETO :
ACTIVIDADES
a. Reto: Se les retará a los niños y niñas participantes mediante un juego de preguntas sobre reglas de juego y temáticas vistas durante la sesión.

TIEMPO
a. Reto: 10minuto aprox. Tiempo total aproximado para esta fase: 10 minutos.

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
a. Vuelta a la calma: A continuación, se realizarán caminatas por todas las habitaciones de la casa para saludar a todos los habitantes y se retornará al espacio de trabajo inicial. Posteriormente se hará trabajó de estiramiento iniciando desde el tronco inferior al superior. b. Retroalimentación: Se les pedirá a los participantes que nos compartan sus sensaciones de la sesión en la sección de comentarios del SIM, como momentos divertidos, dificultades y mejoras, así mismo que les gustaría hacer para una próxima ocasión.

TIEMPO
a. Vuelta a la calma: 15 minuto aprox. b. Retroalimentación 05 minutos aprox. Tiempo total aproximado para esta fase: 20 minutos.

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria