PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE JOAQUIN CASAS (IED) (JOSE JOAQUIN CASAS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**EDWIN OCHOA CRUZ**
3. FECHA:	2021-07-19	4. HORA:	Lunes,10:20:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	2	9. CICLO:	1

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Ejecutar un dominio básico del bote del balón, lanzamientos a canasta a través de la realización de un circuito físico.

COGNITIVA :
Comprendo las razones biológicas del calentamiento y recuperación y las aplico.

PSICOSOCIAL :
El estudiantes deberá realizar un dibujo en donde evidencie como ayudaría a la sociedad a que practique un deporte como habito saludable.

LUDICA :
Apropio las reglas de juego y las modifico, si es necesario.

TEMA :
Control de movimientos frontales con balón.

SUBTEMAS :
Irradiación con el balón Juego baloncesto dirigido aplicando patrones básicos de movimiento.

IMPLEMENTACION :
Balón

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista. Explicación normas de clase. Calentamiento general Calentamiento Especifico. Intervienen todos los segmentos corporales Se colocan en circulo y se realizan diferentes ejercicios brazos arriba y empinandonos, agachados y estirando las piernas hacia diferentes direcciones

TIEMPO
15

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1ª estación: bote con cambios de dirección entre conos. Al acabar se pasa el balón al compañero. 2º estación: pases por parejas en movimiento intentando finalizar con una entrada a canasta. Cada alumno deberá realizar una entrada. estación: juego de 2 VS 2 de ataque y defensa. Se juega al que meta antes 2 canastas. 4º estación: cada jugador efectuará 3 lanzamientos a canasta desde diferentes posiciones: tiro de 2, tiro libre.

TIEMPO
35

RETO :
ACTIVIDADES
Lanzamiento a canasta de plástico a dos metros el que mas cestas realice en l menor tiempo posible.

TIEMPO
10

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Dirigirse al centro de la sala o en un punto determinado por el formador. realizar estiramiento pasivo. retroalimentación comportamiento y normas de clase

TIEMPO
10

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE JOAQUIN CASAS			Nombre Instructor: EDWIN OCHOA CRUZ	
2. Fecha:	2021-07-19	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Lunes,10:20:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1035002798	ANDRES JERONIMO BARRERA	Asistio
1018477467	MELANY BRAVO	Asistio
N37664467935	JALFRED ALEJANDRA FERNANDEZ	Asistio
1121928885	FELIPE ALEJANDRO PELLATON	Asistio
1118027371	NEYMAR STEFAN ZABALA	Asistio
1012426162	ANGEL DAVID FORERO	Asistio
1011232698	MARIA SALOME GUEVARA	Asistio
1031835101	JUAN CARLOS MENDOZA	Asistio