PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO DELIA ZAPATA OLIVELLA (IED) (DELIA ZAPATA OLIVELLA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**VIVIANA GARZON MARTINEZ**
3. FECHA:	2021-07-13	4. HORA:	Martes,07:00:00,09:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	TENIS DE CAMPO	6. Nº DE SESIÓN:	30
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	17
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Ejecuta con precisión el gesto de los golpes de piso y aéreos del tenis con la raqueta.

COGNITIVA :
Discrimina los diferentes movimientos que se realizan en cada golpe básico del tenis.

PSICOSOCIAL :
Propone nuevas actividades en familia para desarrollar los golpes de piso.

LUDICA :
Propone nuevos juegos con un reglamento especifico.

TEMA :
TEMA: Domino los movimientos específicos para los golpes básicos de piso en el juego del tenis de campo.

SUBTEMAS :
Conozco los términos específicos del tenis de Campo. Analizo los cambios de reglas propuestas en clase.

IMPLEMENTACION :
gobba. medias, zapatos, hidratacion

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
• inicia realizando movimiento articular de cada una de las articulaciones de nuestro cuerpo • Corre de un extremo a otro hacia delante de frente y hacia atrás de espalda durante 40 segundos • Utiliza diferentes objetos (zapatos, tenis, medias, raquetas, pelotas) para colocar en el suelo de tal forma que ahora puedas esquivarlos cada vez más rápido y también utilizando diferentes direcciones Coloca un objeto al frente tuyo (medias), uno a la derecha (zapato), otro atrás (tenis) y otro a tu izquierda (gorra). Desplázate 20 veces de las medias a los tenis y 20 veces del zapato a la gorra.

TIEMPO
30 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Propón 3 formas diferentes de golpear la pelota. Escríbelas en tu cuaderno. Realiza en tu cuaderno un dibujo de un tenista realizando un golpe de derecha (drive). Realiza en tu cuaderno un dibujo de un tenista realizando un golpe de revés. Describe cual es la posición básica del tenis de campo.

TIEMPO
60 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Controla una bomba con todas las superficies de la raqueta que te sea posible con el fin de no dejarla caer. Durante un minuto.

TIEMPO
15 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
estiramiento con ayuda de un palo de escoba y retroalimentación

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. DELIA ZAPATA OLIVELLA			Nombre Instructor: VIVIANA GARZON MARTINEZ	
2. Fecha:	2021-07-13	5. Centro de Interes TENIS DE CAMPO	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Martes,07:00:00,09:00:00	6. Nº de Sesion: 30	9. Nº de Semana: 17	
4. Grupo:	TENIS DE CAMPO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1015428227	SARA MARIANA CARDENAS	Asistio
1031820628	MARTIN ESTEBAN MORALES	Asistio
1014871335	MARIANA PRIETO	Asistio
1028945245	SAMUEL SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1019060504	SHARITH NICOL HERRERA	Asistio
1148213824	SEBASTIAN ENRIQUE ROSSEL	Asistio
1103758479	LUIS FELIPE CONTRERAS	Asistio