PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OLGA ESPITIA OLIVEROS**
3. FECHA:	2021-08-03	4. HORA:	Martes,08:00:00,10:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3 ,4

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identificar los diversos tipos de desplazamientos en diferentes superficies, dentro y fuera de la cancha, por las líneas reglamentarias

COGNITIVA :
Exploro mi cuerpo a través de los desplazamientos propios del baloncesto, en las actividades del centro de interés

PSICOSOCIAL :
Reconozco a mi familia como centro de mi entorno, y la identifico por la diversidad que la caracteriza dentro de la sociedad.

LUDICA :
Realizo en las actividades del centro de interés, los juegos propuestos en equipo, incluyendo la participación de todos sus miembros

TEMA :
Experimento desplazamientos frontales y laterales discriminando derecha e izquierda a diferentes velocidades y distancias

SUBTEMAS :
Experimento desplazamientos por los 2 hemisferios, a diferentes ritmos con y sin elementos.

IMPLEMENTACION :
Ropa deportiva Tapabocas Botella de agua Balón de plástico, de baloncesto “pelota que rebote” Conos, platillos o elementos puestos en el espacio a trabajar, plásticos “tarros, balde u otro

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista; Trote desplazándose por el espacio indicado, Desplazamientos elevando la rodilla y pasando un objeto por debajo de la rodilla que elevas 10 desplazamientos; Desplazamientos por el espacio dispuesto; Salto de lazo; Movilidad articular

TIEMPO
30 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Mantener el equilibrio en pica y pala por la línea blanca. Mantener el equilibrio en pie derecho, después en pie izquierdo con los ojos cerrados. Saltar hacia adelante en 1 pie 10 veces, cambiar de pie. Saltos a pies 1 a 1 en los aros. Saltos a pies unidos por los aros. Seguir el esquema establecido de un pie, pies juntos y sus combinaciones. Driblar y avanzar cuando se les de la señal.

TIEMPO
40 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
En este reto intentaremos desplazarnos lo más rápido posible de un punto a otro, en competencia con un par. En este reto intentaremos desplazarnos lo más rápido posible de un punto a otro, en 4 apoyos en competencia con un par.

TIEMPO
20 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Camina durante 1 minuto, y realiza cada uno de los ejercicios por 15 segundos De pies inclinas la cabeza hacia atrás lo más elongado posible. De pies, con pies juntos y sin flexionan rodillas tocar la punta de los pies o hasta donde alcance. De pies, con pies abiertos lo más que puedan y sin flexionan rodillas tocar la punta de los pies o hasta donde alcance. Sobre el piso boca abajo levantar la parte superior, con las manos sobre el piso y brazos estirados. Abrir brazos y piernas lo más que se pueda, como si estuvieran halándolo de las 4 extremidades. Qué es para ti familia?

TIEMPO
30 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: OLGA ESPITIA OLIVEROS	
2. Fecha:	2021-08-03	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,08:00:00,10:00:00	6. Nº de Sesion: 19	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1032428760	MAYLIN CENELY BOLAÑOS	Asistio
1014481490	DAJANNA MARCELA PINZON	Asistio
1016596211	DAVID FELIPE RAMIREZ	Asistio
1033699497	JAROL SEBASTIAN VILLAGRAN	Asistio
1033717373	ALEXIS VILLAGRAN	Asistio
1050278505	CRISTIAN JAVIER ALMARIO	Asistio
1019985565	CRISTIAN MATEO BOSSA	Asistio
1104774807	HEIDY LEANDRA CAICEDO	Asistio
1023893548	NICOL LORENA GARAY	Asistio
1012918734	DANGELY XIMENA GONZALEZ	Asistio
1033709087	DANIA VALENTINA GONZALEZ	Asistio
1013114557	LAURA VALENTINA MARTINEZ	Asistio
1033715417	KAREN GERALDINE MOYANO	Asistio
1115575329	DIDIER EDUARDO NIÑO	Asistio
1025527219	KAREN JIRETH DUQUE	Asistio
1021676595	LOREND SOFIA ORTIZ	Asistio
1109520067	JUAN PABLO OSORIO	Asistio
1033712831	VIVIAN XIMENA PINEDA	Asistio
1140915543	JHERSON STICK ROMERO	Asistio
1022949847	LAUREN SOFIA RUIZ	Asistio
1033709032	KEVIN JESUS VALBUENA	Asistio
1021394549	HEIDY NATALIA YANDUN	Asistio
1033733418	KEVIN SANTIAGO CONEJO	Asistio
1028886132	JEIMY TATIANA MENDEZ	Asistio