**PLAN DE CLASE**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 1. IED: COLEGIO ENRIQUE OLAYA HERRERA (IED) (ENRIQUE OLAYA HERRERA) | | 2. NOMBRE INSTRUCTOR: | **HENRY MOSQUERA BEJARANO** |
| 3. FECHA: | 2021-09-23 | 4. HORA: | Jueves,07:00:00,09:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | BALONCESTO | 6. Nº DE SESIÓN: | 14 |
| 7. LOCALIDAD: | Rafael Uribe Uribe | 8. Nº DE SEMANA: | 8 |
| 8. ZONA: | 4 | 9. CICLO: | 2 |

**DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO**

**MOTRÍZ :**
Vivenciar múltiples formas de movimiento con y sin elemento utilizando el juego como mecanismo de enseñanza y aprendizaje para desarrollar habilidades motrices coordinativas desde las destrezas básicas del baloncesto.

**COGNITIVA :**
Reconocer las habilidades motrices básicas a través del movimiento, juegos y actividades deportivas que potencialicen el desarrollo técnico del baloncesto y la formación integral del estudiante.

**PSICOSOCIAL :**
En cada sesión realizaremos una actividad que involucre la participación de un familiar de alguno de los niños/niñas para que nos relate cómo su familia motivaba su actividad deportiva

**LUDICA :**
Explorar las habilidades motrices de base aplicadas al baloncesto, por medio del juego y la interacción en el centro de interés contribuyendo en la formación integral desde el deporte.

**TEMA :**
Reconoce las diversas técnicas de desplazamiento en baloncesto, por medio juegos para mejorar las habilidades

**SUBTEMAS :**
Exploro formas de desplazamientos en posición alta, por medio de juegos posturales, para iniciar a la técnica básica en el baloncesto.

**IMPLEMENTACION :**
balon, conos, platillos, colchoneta

**FASES**

**FASE INICIAL :**
ACTIVIDADES
verificacion de asistencia trabajo de flexibilidad movimientos articulares calentamiento muscular

TIEMPO
15 minutos

**FASE CENTRAL :**
ACTIVIDADES
dominio de balon mano derecha e izquierda desplazamiento en zigzag dominio de balon cambio de direccion dominio de balon, desplazamientos, realizar los diferentes movimientos (sentarse, acostarse, arrodillarse) desarrollo del gesto de lanzamiento al aro pase picado a la pared

TIEMPO
80 minutos

**RETO :**
ACTIVIDADES
dominio del balon driblando a la pared a la altura del hombro durante 1 minuto con mano derecha e izquierda

TIEMPO
15 minutos

**FASE FINAL :**
ACTIVIDADES
vuelta a la calma trabajo de respiracion retro alimentacion de lo hecho en la sesion trabajo de flexibilidad

TIEMPO
10 minutos

**ASISTENCIA**

**PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. ENRIQUE OLAYA HERRERA | | | Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO | |
| 2. Fecha: | 2021-09-23 | 5. Centro de Interes BALONCESTO | 8. Localidad: Rafael Uribe Uribe | |
| 3. Hora: | Jueves,07:00:00,09:00:00 | 6. Nº de Sesion: 14 | 9. Nº de Semana: 8 | |
| 4. Grupo: | BALONCESTO 3 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1023925259** | DANNA CAMILA CELIS | Asistio |
| **1016722431** | LAURA VALENTINA GUTIERREZ | Asistio |