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:	2021-09-21	4. HORA:	Martes,07:00:00,09:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	4	9. CICLO:	2 ,3

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:	2021-09-21	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Martes,07:00:00,09:00:00	6. Nº de Sesion: 14	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013010377	SERGIO ANDRES GRAJALES	Asistio
1078461767	YANILSON ESTIWAR LONDOÑO	Asistio
1023917597	JOSEHT STID AVILA	Asistio
1010203563	LUIS MANUEL FLOREZ	Asistio
1140922756	NICOLAS ALEXANDER GALEANO	Asistio
1023921281	JUAN CAMILO PINEDA	Asistio
1031142481	DANA VALENTINA ROMERO	Asistio
1016721177	ANGEL IVAN OJEDA	Asistio