PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO COMPARTIR RECUERDO (IED) (COMPARTIR LUCERO ALTO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**Cesar Yesid Rodriguez Diaz**
3. FECHA:	2021-09-21	4. HORA:	Martes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BEISBOL	6. Nº DE SESIÓN:	28
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	18
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Combíno las técnicas y tácticas de movimiento en diversas situaciones y contextos.

COGNITIVA :
Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés

PSICOSOCIAL :
reconozco los tipos de familia que se pueden formar

LUDICA :
Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés

TEMA :
1. Coordinación General 2. Coordinación Especia. 3. Flexibilidad. 4. Resistencia. 5. Fuerza. 6. Velocidad 7. Responsabilidad. 9. Ciudadanas y socio-emocionales. 10. Individual

SUBTEMAS :
1. Ritmo, anticipación, orientación, diferenciación. 2. Agilidad, Diferenciación motriz. 3. Balistica, Pasiva. 4. Resistencia Anaerobica. 5. Fuerza explosiva. 6. Velocidad Traslación., 7. asistencia, puntualidad, participación, atención, indicación, comportamiento 9. Liderazgo, Comunicación acertiva. 10. recepcion, lanzamiento y bateo

IMPLEMENTACION :
pelota que rebote y dibujo de guante pegado a la pared

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Realizaras trote en el puesto primero bajo por 30 segundos, luego altura media por 30 segundos y finalmente el alto por los últimos 30 segundos y estiramos.

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Deberás agarras la pelota que rebota con los dedos unidos para aprender a lanzar curva, dándole un efecto enroscado a la pared, 20 veces

TIEMPO
50 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Ahora deberás lanzar la curva como todo un lanzador pero deberá caer en el dibujo del guante 6 veces y atrapar el rebote.

TIEMPO
30 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Estiramiento estático lo repetiremos 8 veces durante 15 segundos.

TIEMPO
20 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. COMPARTIR LUCERO ALTO			Nombre Instructor: Cesar Yesid Rodriguez Diaz	
2. Fecha:	2021-09-21	5. Centro de Interes BEISBOL	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 28	9. Nº de Semana: 18	
4. Grupo:	BEISBOL 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1102638060	JOHAN ALEJANDRO ALMEIDA	Asistio
1011208718	LINDA ISABELLA PARAMO	Asistio
1032496633	SAID ALEJANDRO CENTENO	Asistio
1033735107	WEISTHLER YEFRITH VILLAMARIN	Asistio
1027531011	NICOLAS LEONARDO GAMEZ	Asistio
1027528600	EMILY MARIANA FIGUEROA	Asistio
1029286066	LUCIANA DANIELA CASTAÑEDA	Asistio
1024607743	ANA ALEXANDRA DEY	Asistio
1031138609	PAULA ANDREA ZULUAGA	Asistio
1031135002	KEVIN SMITH ROBLES	Asistio
1029285529	LEIDY YULIETH SCARPETTA	Asistio
1023924128	ZHARICK XIOMARA ROJAS	Asistio
1029284259	JULIAN ESTEBAN ROJAS	Asistio