PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO LA GAITANA (IED) (LA GAITANA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DUVAN HARLEY AGUDELO GONZALEZ**
3. FECHA:	2021-10-06	4. HORA:	Miercoles,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	2
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	1
8. ZONA:	1	9. CICLO:	3

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Reconocer diversas técnicas del baloncesto que permitan mejorar las capacidades coordinativas, generando un compromiso por las actividades que fomenten la disciplina y el desarrollo de habilidades para el cumplimiento de tareas en tiempos determinados.

COGNITIVA :
Valorar las habilidades físicas y técnicas del baloncesto, reconociendo los conceptos del deporte y su reglamento con el fin de , aceptar, respetar, y apreciar las cualidades del centro de interés a nivel básico y ejecutar las técnicas de la mejor manera posible, para fomentar la práctica física como un reflejo de la calidad de vida de cada estudiante.

PSICOSOCIAL :
Relacionar el centro de interés con la concepción de las normas en los diferentes escenarios que concurren los escolares, ya sea la institución educativa, el transporte público, su hogar y etcétera. Por supuesto se hace énfasis en un escenario trascendente en la vida del escolar y es la familia.

LUDICA :
Vivenciar diversas prácticas deportivas y lúdicas, que permitan expresar las emociones a través de dinámicas en espacios de convivencia seguros aplicados al baloncesto fomentando un adecuado uso del tiempo y el cuidado de su entorno y de sí mismo.

TEMA :
Evalúa las habilidades técnicas aplicadas al baloncesto

SUBTEMAS :
Diagnostica las habilidades técnicas básicas, necesarias para la práctica del baloncesto por medio de pruebas con el balón, que permitan conocer las capacidades que se tienen en el deporte

IMPLEMENTACION :
balones de Baloncesto, conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Inicialmente se da la bienvenida al grupo de escolares a los NNAJ de séptimo grado de la IED GAITANA, adentrándose a la metodología pedagógica, lúdica del centro de interés, conducida por el docente a cargo, planteando objetivos generales y específicos del impacto en relación a las dimensiones desarrolladas por el programa JEC con lenguaje, sencillo y agradable promoviendo los buenos hábitos y el desarrollo de habilidades por medio principalmente del juego. Se realiza para empezar el impacto, un juego de “La lleva” adaptado con el balón de baloncesto, que consiste básicamente en ir driblando o rebotando el balón con la intención de tocar a los demás con el brazo libre sin dejar de tener control sobre el balón y esquivando conos se dará continuidad a los que se toquen para que tomen un nuevo balón y se vayan sumando hasta que sean muchos teniendo la intención de toca con su brazo libre a los que quedan libres. Siguiente a ello se realizará una movilidad articular y elongación de los músculos de manera caudocefalica

TIEMPO
20 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
En esta sesión nos corresponde trabajar en el espacio del patio por esto se trabajarán ejercicios con demasiada técnica enfatizando especialmente en el pase y sus 5 tipos. Se realizan 3 grupos, formados en círculos con 1 balón y todos prestando atención a la manera adecuada en que se efectúan los 5 tipos de pase. Pase de pecho Pase Picado Pase de béisbol Pase Sobre la cabeza Pase de espaldas El formador será el ejemplo claro de como se debe realizar el pase atendiendo y detallando desde la manera en que se colocan los dedos en el balón hasta la propia orientación del cuerpo, siguiente a ello todos los escolares pondrán en práctica lo aprendido inmediatamente en sus propios grupos y pasando al compañero/a con tres condiciones siempre debe haber contacto visual para el pase solo se puede hacer el pase que indique el formador el pase va siempre con una fuerza moderada Variable: Para la variable en los estilos de pase se intentará realizar en los grupos que están formados en círculos realizar los pases con dos balones al mismo tiempo, esto llevara una mayor intensidad tanto de concentraciòn como de técnica y control del mismo, teniendo siempre muy en cuenta las tres condiciones para el pase bien ejecutado. Variable: Cada grupo elegirá el pase que más se les haya facilitado y lo realizarán en el menor tiempo posible Variable: El grupo contrario al propio elegirá el tipo de pase que debe realizar, se espera que en esta dinámica se elijan entre ellos los más complejos para cada uno… y esto aumentará el sentido de dificultad y competencia.

TIEMPO
70 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
En nuestro reto se colocará a prueba la efectividad de cada pase visto en el impacto y además la virtud del trabajo en equipo será vital para el correcto desarrollo del reto, pues habrá que lograr que todos los integrantes del grupo realicen los 5 tipos de pase a cada compañero y si en algún momento se equivoca pues tendrá que corregirlo hasta lograr una efectividad media o un buen intento. habrá grupo ganador y perdedor, pero más importante cada escolar estará dando lo mejor de sí, en cuanto a concentración y técnica para ayudar a su equipo a no retrasarse en la consecución del logro.

TIEMPO
20 Minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

La vuelta a la calma representará las actividades más ligeras después de la sesión de trabajo, aquí el objetivo es el de favorecer la vuelta a la normalidad, acelerar la recuperación promoviendo el reposo y valorar los resultados, errores, aprendizajes obtenidos en el impacto, se realizarán ejercicios de elongación de algunos músculos enfatizando el tren superior y las zonas más cargas en la sesión, se realizan tambien desplazamientos lentos y cercanos para facilitar el feedback del formador, además se procurará llevar al escolar a problematizar y reflexionar acerca de situaciones del juego y cómo las lleva a su vida cotidiana, esto permitirá una reflexión activa e instantánea de todo lo aprendido.

TIEMPO

10 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LA GAITANA			Nombre Instructor: DUVAN HARLEY AGUDELO GONZALEZ	
2. Fecha:	2021-10-06	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Miercoles,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	BALONCESTO 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031652272	DILAN JOHAN JIMENEZ	No asistio
1128848740	YAZMIN SOFIA MOSQUERA	No asistio
1085181915	YESENIA ANDREA ZAMBRANO	Asistio
1069260091	JESSICA FERNANDA VARGAS	Asistio
1141119557	NATALY LIZETH TULA	Asistio
1032510720	ANGELO JOSE ORTIZ	Asistio
1127619259	NOELY VALERIA ROJAS	Asistio
N37664450887	VALERY ANDREINA PATRIZ	No asistio
1030060140	CARMEN MARCELA USCATEGUI	Asistio