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:	2021-10-08	4. HORA:	Viernes,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 :
Lograr una cohesión con el centro de interés y las normas en varios escenarios, especialmente en el impacto dado y en el entorno de 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, aros, 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. El juego que se desarrolla para la lúdica del calentamiento tiene que ver directamente con un juego basado en el baloncesto, en el cual no driblan, solo se pasan la pelota sin dejarla caer al piso, no se permiten desplazamientos con balón, es decir, el jugador/a que tiene la pelota no se puede desplazar por ningún motivo, finalmente podrán tomar el tiro al aro desde cualquier sitio y además tendrán que tumbar un cono con el mismo balón pero lanzado siempre desde fuera del área, es decir desde donde se anota de tres puntos

TIEMPO
15 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: Cada grupo deberá realizar el pase, con diferentes orientaciones del cuerpo desplazandose en otras direcciones, de espaldas y de lado.

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:	2021-10-08	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Viernes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 2	9. Nº de Semana: 1	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013116821	TIFFANY XIMENA LOSADA	Asistio
1021313131	SEBASTIAN HERNANDEZ	Asistio
1028942837	KENER DAVID DIAZ	Asistio
1028944539	LAURA DANIELA HERRERA	Asistio
1031841469	DANNA VALENTINA MASS	Asistio
1033105136	MARIA CAMILA CLAVIJO	Asistio
1097190711	FREDERICK ALEXANDER GARCIA	No asistio
1147486801	MAICOL ANDRES JIMENEZ	Asistio
1031654913	ANA SOFIA CONTRERAS	Asistio