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:	2021-10-07	4. HORA:	Jueves,14:00:00,16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	10
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 :
Cada semana se proyectaran los videos enfocados de como ser un buen ciudadano, derechos y deberes de los NNJA y al finalizar cada video generamos una conversación con niños y niñas sobre el video, resaltando lo mas importante y aspectos a mejorar que nos deje el video

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 :
identifica técnicas de desplazamiento, a través de juegos, para mejorar las bases del baloncesto

SUBTEMAS :
Exploro formas de desplazamientos en posición media, por medio de juegos posturales, para fortalecer la técnica básica especifica.

IMPLEMENTACION :
conos, botellas, medias, cojines, bastones, palo de escoba, aros

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
llamado de lista, calentamiento muscular movimientos articulares trabajo abdominal, 15 repeticiones de cada serie trabajo de flexibilidad

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
desplazamientos en zigzag detencion en uno y dos tiempos desplazamientos en zigzag con detencion en uno y dos tiempos ejercicios de doble ritmo realizacion del gesto tecnico del doble ritmo sin y con balon

TIEMPO
80 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
triqui desplazamientos dominando el balon por equipos gana el que primero complete 5 triquis

TIEMPO
15 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
retroalimentacion de la sesion trabajo de respiracion elasticidad vuelta a la calma

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ENRIQUE OLAYA HERRERA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	
2. Fecha:	2021-10-07	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Jueves,14:00:00,16:00:00	6. Nº de Sesion: 17	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	BALONCESTO 4		10. Edades:	
TI	**NOMBRE**			**ASISTENCIA**
1188218515	GABRIELA CASTELLANOS			Asistio

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria