PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ESTRELLA DEL SUR (IED) (ESTRELLA DEL SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OLGA ESPITIA VIVEROS**
3. FECHA:	2021-10-22	4. HORA:	Viernes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	36
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. Nº DE SEMANA:	19
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3 ,4

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo lanzamientos desde posición estática a diferentes distancias y con movimientos alrededor del cesto.

COGNITIVA :
Explorar el aspecto del fundamento del lanzamiento, sus formas y características en la ejecución para lograr encestar.

PSICOSOCIAL :
Adapta las normas sociales, mediante modelos de reglas que se implementan para que las pautas de crianza sean efectivas, a través de las diferentes relaciones en vínculos sociales de formación a NNAJ.

LUDICA :
Participa en los encuentros en el parque de la sesión de clase, en el disfrute en las actividades del centro de interés Baloncesto.

TEMA :
Exploro el fundamento del lanzamiento, sus formas y características en su ejecución buscando encestar el elemento.

SUBTEMAS :
Manejo del elemento lanzando con mano dominante, realizando la técnica con el balón y haciendo trabajo en equipo logrando la mayor cantidad de cestos.

IMPLEMENTACION :
Ropa deportiva Tapabocas Botella de agua Balón de plástico, de baloncesto “pelota que rebote” Conos, platillos o elementos puestos en el espacio a trabajar, plásticos “tarros, balde u otro

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Llamado a lista Desplazamientos en la cancha con y sin elementos de frente y de espaldas Desplazamientos en la cancha con elemento realizadas con un par, buscando dominar el elemento sin dejarlo caer. Trote rápido a máxima velocidad por grupo ida y vuelta Trote rápido a máxima velocidad por grupo ida y vuelta de espaldas Desplazamientos en diagonal en toda la cancha Movilidad articular.

TIEMPO
30 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Lanzar el balón hacia arriba, aplaudir y dar 5 aplausos, estático. (10 veces). Lanzar el balón hacia arriba, aplaudir y dar 5 aplausos, avanzando haciendo ayoguas. En parejas, lanzar balón hacia arriba atraparlo, driblar y pasar, desplazándose por toda la cancha, ida y vuelta (3 veces) Lanzar el balón hacia arriba y atraparlo saltando. Pasar y cortar hacia el aro y lanzar. Lanzar desde los puntos referentes hasta hacer el cesto. Con 3 balones, hacer la mayor cantidad de cestos, compitiendo entre grupos. Pasar y cortar hacia el aro y lanzar, (entre todo el grupo harán cierto número de cestos). En parejas pasar y encestar desde los 3 puntos marcados con conos, hasta realizar 4 cestos desde cada uno de los puntos de referencia. Con 3 balones hacer la mayor cantidad de cestos lanzando desde 3 puntos de referencia en 1 minuto. Juego

TIEMPO
50 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Lanzar hasta realizar 3 cestos.

TIEMPO
20 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Camina la cancha y realiza cada uno de los ejercicios de estiramiento por 20 segundos ¿Qué norma se sigue en tu hogar? ¿Cúal regla de casa es la más difícil cumplir, escribe por qué?

TIEMPO
20 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ESTRELLA DEL SUR			Nombre Instructor: OLGA ESPITIA VIVEROS	
2. Fecha:	2021-10-22	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 36	9. Nº de Semana: 19	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1024490325	WENDY LORENA PINTO	Asistio
1028783687	NATALIA CARDENAS	Asistio
1028783656	HEILY TATIANA CONEJO	Asistio
1014662012	HELEN DAYAN DUQUE	No asistio
1021396738	LEIDY LORENA MARTINEZ	Asistio
1024486413	JELVER STYWAR SAAVEDRA	Asistio
32295156	YORGELIS BRIDIANNIS BRICEÑO	Asistio
1011202980	ANGEL DAVID GUTIERREZ	Asistio
1110174641	MARLON DUCUARA	No asistio
1028680755	JOEL SANTIAGO CASTILLO	No asistio
1029281442	SANTIAGO STIVEN VALERO	No asistio
1001052592	BLANCA CECILIA MARTINEZ	No asistio
1034401105	JUAN CAMILO MONTILLA	Asistio
1033706770	YENIFER LOPEZ	No asistio
1027525267	LIZETH NATALIA SUESCA	No asistio
1027524644	HUITHAN ANDREY GOMEZ	No asistio
1032443260	KAREN TATIANA RAMIREZ	Asistio
1053327208	LEONEL ALFONSO PARRA	No asistio
N37664424784	EILYMAR EDERLIANA BENAVIDEZ	Asistio
1016594821	OSCAR MIGUEL GARCIA	No asistio
1026558338	JHONATAN JAVIER BUITRAGO	Asistio