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:	2021-10-27	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	11
8. ZONA:	4	9. CICLO:	2 ,3

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 :
Se realizara un conversatorio entre estudiantes y alumnos que nos permitan evidenciar si se genero comprensión del tema tratado desde el enfoque psicosocial de ciudadanía, construcción de ciudadanía y valores éticos y comprensión de temáticas abordadas desde el centro de interés de baloncesto.

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 :
Reconozco las habilidades y capacidades de los demás integrantes, por medio de juegos de retos, que permitan identificar las diferencias y características propias y de grupo.

IMPLEMENTACION :
balones, conos, platillos, bastones, aros

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
llamado y verificacion de asistencia trabajo de flexibilidad movimientos articulares trabajo abdominal 3 series de 15 repeticiones calentamiento muscular 10 minutos con cambios de direccion y ritmo

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
desplazamientos con balon, doble ritmo desplazamientos con balon, dominio del driblin elaboro cada uno de los ejercicios nombrados por el formador (sentarse, arrodillarse, acostarse, levantarse) dominio del driblin pasando cada uno de los obstaculos colocados en una pista por parejas desarrollo de la tecnica de pase de pecho trabajo de espejos por parejas desplazamientos de un extremo la otro con pases de pecho desplazamientos detencion en un tiempo pase de pecho desplazamientos detencion en dos tiempos pase de pecho desplazamientos detencion, movimiento pie de pivot pase de pecho

TIEMPO
80 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
por equipos se realizan lanzamientos al aro lanzando, el balon desde el pecho se lanza gana el equipo que primero convierta 10 cestos

TIEMPO
15 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
vuelta a la calma retro alimentacion de lo visto en la sesion trabajo de respiracion trabajo de flexibilidad

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ENRIQUE OLAYA HERRERA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	
2. Fecha:	2021-10-27	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 11	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013010377	SERGIO ANDRES GRAJALES	Asistio
1078461767	YANILSON ESTIWAR LONDOÑO	Asistio
1016720828	ANGELY MARIANA SUAREZ	Asistio
1206214281	DANIEL ESTEBAN VARGAS	Asistio
1027529720	JHOAN SEBASTIAN OSSA	Asistio
1013132362	JOEL CAMILO AMADOR	Asistio
1021681501	EDDY JULIAN AREVALO	Asistio
1023917597	JOSEHT STID AVILA	Asistio
1010203563	LUIS MANUEL FLOREZ	Asistio
1140922756	NICOLAS ALEXANDER GALEANO	Asistio
1012920938	SANTIAGO ALEJANDRO LARA	Asistio
1021315944	KEVIN ALEJANDRO MORENO	Asistio
1010842794	MANOLO SABOGAL	Asistio
1016722606	JHOSEP MIGUEL TAMAYO	Asistio
32201696	JIOVANNY MANUEL SILVA	Asistio
1028665479	DYLAN JAVIER HERNANDEZ	Asistio
1028870111	ANDRES JULIAN ALBA	Asistio
1011205465	SAMUEL STIVEN BUSTOS	Asistio
1027531133	JULIAN FELIPE GUZMAN	Asistio
1016722777	RICARDO STIVEN JIMENEZ	Asistio
1023921281	JUAN CAMILO PINEDA	Asistio
1031142481	DANA VALENTINA ROMERO	Asistio
1016721177	ANGEL IVAN OJEDA	Asistio
1023905633	DILAN SANTIAGO FLECHAS	Asistio