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:	2021-11-05	4. HORA:	Viernes,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	22
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	12
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 :
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:	2021-11-05	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Viernes,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 22	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023925259	DANNA CAMILA CELIS	Asistio
1016726194	JOSE GABRIEL CASTRO	Asistio
1016722756	KEVIN SANTIAGO CEPEDA	Asistio
1016727887	KAROL YULIANA DIAZ	Asistio
1016726629	JUAN CAMILO FLOREZ	Asistio
1016727581	STEFANY GIRALDO	Asistio
1016722431	LAURA VALENTINA GUTIERREZ	Asistio
1028495900	JULIAN ESTEBAN JIMENEZ	Asistio
1027532402	CRISTIAN CAMILO LATORRE	Asistio
1021684261	MARIA JOSE MARTIN	Asistio
1013651991	SAMUEL ANDREY MUÑOZ	Asistio
1016725965	SALOME NUÑEZ	Asistio
1031150706	SANTIAGO ORDOÑEZ	Asistio
1206213321	NICOLE MANUELA PREGONERO	Asistio
1013139474	HANNA GABRIELA PUERTA	Asistio
1013642122	DOMINIK SEBASTIAN ROA	Asistio
1023931872	ASHLEY SAMANTHA ROMAN	Asistio
1013273143	GERSON GABRIEL ROMERO	Asistio
1021684158	LUIS FELIPE RUIZ	Asistio
1016726713	JUAN JOSE SANCHEZ	Asistio
1016724970	DANIEL STIVEL SANTANA	Asistio
1140925356	SHARIT TALIANA SANTOS	Asistio
1016723942	ANGEL MATIAS VEGA	Asistio
1023912806	SOL EVELIN CORREA	Asistio
1013635209	JOSTIN SANTIAGO CARRION	Asistio
1016726413	DAVID ANDRES GONZALEZ	Asistio