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:	2021-11-10	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	26
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe Uribe	8. Nº DE SEMANA:	13
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 :
Invitar a la familia a realizar actividades de dialogo, comunicación y participación entre el núcleo familiar y relacionarse con las temáticas psicosociales enseñadas.

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 :
Explora desplazamientos laterales desde ejercicios específicos, para mejorar mi motricidad

SUBTEMAS :
Realizo desplazamientos propios del deporte, por medio de ejercicios físicos laterales a pies cruzados y en diferentes direcciones, que permitan mejorar mis habilidades motrices básicas y específicas en el Baloncesto.

IMPLEMENTACION :
Balones, conos, aros, platillos, bastones

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
verificacion de asistencia, trabajo articular trabajo de elasticidad calentamiento muscular cambios de ritmo

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
trabajo de resistencia paso por la pista desarrollando zigzag corto, zigzag largo, driblin, dominio de balon, pase de obstaculos detencion en un tiempo, detencion en dos tiempos, desarrollo de pie de pivot, doble ritmo, pase de pecho y pase picado lanzamientos al aro

TIEMPO
80 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
por equipos el primero que realice 10 cestos colocara penitencia

TIEMPO
15 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
retro alimentacion trabajo de flexibilidad trabajo de respiracion 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:	2021-11-10	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 26	9. Nº de Semana: 13	
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