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:	2021-11-03	4. HORA:	Miercoles,12:05:00,14:05:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	24
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 :
Practica desplazamientos por medio de ejercicios físicos, que fortalecen mi esquema corporal

SUBTEMAS :
Mejoro las habilidades y capacidades en desplazamiento, por medio de carreras de espalda en distintas direcciones, y posturas propias del baloncesto, para afianzar en mis condiciones motrices básicas y específicas.

IMPLEMENTACION :
conos, platillos, bastones, balones,

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
verificacion de asistencia movimientos articulares trabajo abdominal calentamiento muscular trote por 10 minutos con cambio de ritmo

TIEMPO
15 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
desplazamientos en zigzag dominio de balon sobre pasando la pista de obstaculos pase de pecho pase picado pase por detras pase de gancho lanzamientos al aro desplazamientos dominio de balon detencion en uno y dos tiempos

TIEMPO
80 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
dominio de balon driblando el balon y realizando cada una de las actividades (arrodillado, sentado, acostado)

TIEMPO
15 minutos

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

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ENRIQUE OLAYA HERRERA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	
2. Fecha:	2021-11-03	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe Uribe	
3. Hora:	Miercoles,12:05:00,14:05:00	6. Nº de Sesion: 24	9. Nº de Semana: 12	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1027285257	DAMIAN ANDRES AHUMADA	Asistio
1014483998	MATEO ESTUPIÑAN	Asistio
1023901977	NICOLAS AYURE	Asistio
1027527871	HEIDER JOHANNES BALLEN	Asistio
1016723215	BRAYAN STIVEN CARDENAS	Asistio
1122522507	ANGEL DAVID DONCEL	Asistio
1025538347	EMANUEL ALEJANDRO ESPITIA	Asistio
1016723114	JUAN DIEGO FUENTES	Asistio
1028620127	JUSTIN THOMAS GARAVITO	Asistio
1033730141	KEVIN SANTIAGO GONZALEZ	Asistio
1142718917	JUAN JOSE GUAYASAN	Asistio
1021316225	JOSEPH SEBASTIAN GUERRERO	Asistio
1025544583	JUAN FELIPE HERNANDEZ	Asistio
1016722830	MARIANA LEON	Asistio
1021680924	SARA SOFIA LONDOÑO	Asistio
1031423764	SAMUEL DAVID TALERO	Asistio
1015436974	ALAN SMITH HERNANDEZ	Asistio
1014875345	JESUS DAVID PALACIOS	Asistio
1033740753	JOEL SEBASTIAN PEREZ	Asistio