PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE FELIX RESTREPO (IED) (CARLOS ALBAN HOLGUIN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA**
3. FECHA:	2022-07-26	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	39
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	30
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Selecciona movimientos de desplazamiento y manipulación.

COGNITIVA :
Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.

PSICOSOCIAL :
"Promueve la responsabilidad en el desarrollo de las actividades trabajadas. Identifica y comprende los prejuicios y estereotipos en mi entorno sociaBalones Y Conosl."

LUDICA :
Identifica métodos para el desarrollo de cada una de las capacidades físicas y los aplica.

TEMA :
El juego sin balón

SUBTEMAS :
Dribling

IMPLEMENTACION :
Balones Y Conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Verificación de las condiciones de seguridad del escenario . llamado de listas y registro de asistencia . Presentación de la actividad . socializacion de los objetivos. socializacion del tema psicosocial. Calentamiento General . Calentamiento especifico .Estiramiento

TIEMPO
15 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
• Posición • Arrancadas • Paradas • Pivotes • Cambios de dirección • Cambios de ritmo

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Botar con dos balones, sobre el mismo terreno y en movimiento

TIEMPO
10 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma , trote suave , control de la respiración. Retroalimentacion de la actividad , estiramiento . despedida

TIEMPO
15 Minutos