PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE FELIX RESTREPO (IED) (SANTA ANA SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA**
3. FECHA:	2022-07-29	4. HORA:	Viernes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	42
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 :
Identifica y comprende los prejuicios y estereotipos en mi entorno social."

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

TEMA :
el pase

SUBTEMAS :
Coordinacio Viso-manual

IMPLEMENTACION :
Balones

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
• Su importancia • Manejo de balón • Virtudes del pasador • Características comunes de los pases • Clases de pases • Ángulo de pase • Pase entre jugadores estáticos y en movimiento • Técnica de los pases • Pase de pecho con dos manos • Pase picado con dos manos • Pase de pecho con una mano • Pase picado con una mano

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
mayor Numero de pases por encima de la cabeza

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