**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: | 2022-07-22 | 4. HORA: | Viernes,12:00:00,14:00:00 |
| 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.

**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