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:	2022-10-20	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	61
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	36
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Utilizar las capacidades físicas básicas y destrezas motoras en el desarrollo de distintas actividades que requieren comprender el funcionamiento de la estructura corporal y su movimiento.

COGNITIVA :
Conocer y valorar las posibilidades del cuerpo y la actividad física como medio de dominio y desarrollos de sus habilidades motrices, de interacción con el medio y como recurso para organizar el tiempo libre y posibilitar una mejor calidad de vida, fomentándose el respeto y la aceptación de la propia identidad física.

PSICOSOCIAL :
FORTALECER MEDIANTE EL DISFRUTE DE SUS POSIBILIDADES MOTRICES Y DOMINIO DE HABILIDADES ESPECIFICAS, Y COMPETENCIAS CIUDADANAS QUE GENEREN UN PENSAMIENTO CRÍTICO Y SE APLIQUEN MEDIANTE EL DESARROLLO DE LA DISCIPLINA DEPORTIVA DEL BALONCESTO

LUDICA :
Participar en juegos y actividades deportivas estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, reconociendo las capacidades físicas (fuerza, resistencia, velocidad). como una parte importante de su desarrollo personal.

TEMA :
RECONOCE LA IMPORTANCIA DE UNA BUENA POSTURA Y MOVIMIENTO A LA HORA DE REALIZAR TECNICAS DE DESPLAZAMIENTO CON EL BALÓN.

SUBTEMAS :
PRACTICA Y RECONOCE LOS MOVIMIENTOS DE ADAPTACIÓN AL MOVIMIENTO EN POSICIÓN ACTIVA CON BALÓN.

IMPLEMENTACION :
Balones y conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
verificación de las condiciones de seguridad del escenario , Presentación de la actividad , llamado de lista , socializacion de los objetivos , calentamiento , estiramiento

TIEMPO
15 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
tema 03.- el pase • Su importancia • Manejo de balón • Virtudes del pasador • Características comunes de los pases • Clases de pases

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Pase entre jugadores estáticos y en movimiento

TIEMPO
10 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Control y relajación de la respiración , trote suave , vuelta a la calma , se realizaran algunas actividades donde los estudiantes pueden representar sus territorios desde los diferentes puntos de vista retroaliemntacion de la actividad , sugerencias

TIEMPO
15 minutos