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:	2022-10-25	4. HORA:	Martes,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	61
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	35
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
IDENTIFICAR LAS POSIBLES COMBINACIONES DE MOVIMIENTOS Y TECNICAS APLICADAS AL BALONCESTO, QUE PERMITAN RECONOCER DIVERSIDAD DE ACTIVIDADES, LOGRANDO EL DOMINIO DE LOS PATRONES DE MOVIMIENTO EN LOS NIÑOS Y NIÑAS, DENTRO DE LAS ORIENTACIONES DE UNA BUENA PRACTICA DEPORTIVA ENMARCADA EN EL CUIDADODE LA SALUD A TRAVES DE LA HIDRATACIÓN, NUTRICIÓN E HIGIENE.

COGNITIVA :
COLABORAR DE MANERA ACTIVA PARA LE CUMPLIMIENTO DE METAS COMUNES DENTRO DE LAS ACTIVIDADES ENFOCADAS EN EL BALONCESTO, QUE PERMITAN LA CRERACION DE ESTRATEGIAS DE MEJORA, IDENTIFICANDO NORMAS SENCILLAS QUE AYUDEN A PROMOVER EL BUEN TRATO Y LA INTEGRACION EN EL JUEGO DE EQUIPO.

PSICOSOCIAL :
Conoce qué es y cómo poner en práctica la participación ciudadana.

LUDICA :
EXPLORAR EL JUEGO COMO UN MOMENTO IMPORTANTE DENTRO DE LA PRACTICA DEL BALONCESTO, EN DONDE PUEDE DEMOSTRAS LAS EXPERIENCIAS APRENDIDAS DURANTE LA SESION DE CLASE.

TEMA :
DEMUESTRA DESTREZA CON BALÓN EN ACCIONES OFENSIVAS DE FORMA INDIVIDUAL

SUBTEMAS :
tema 03.- el pase Coordinacion Viso-Manual

IMPLEMENTACION :
Balones

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
• Posición • Recepción del balón • Sujeción del balón • Protección del balón

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
8 entre las piernas

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