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:	2022-11-17	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	71
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	40
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Cuida de su postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.

COGNITIVA :
Logra manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.

PSICOSOCIAL :
Reconoce la importancia de la formación de hábitos de postura e higiene corporal.

LUDICA :
Comprende las características del juego y las pone en práctica para su realización.

TEMA :
Juego de Control 5 VS 5

SUBTEMAS :
Trabajo en equipo ,

IMPLEMENTACION :
Balones

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
"Saludo y Bienvenida - 5 minutos: Saludo del formador Gabriel Enrique Fuentes Pitalua y bienvenida a todos los niños, jóvenes que participan en nuestro centro de interés Baloncesto.Se dan las respectivas recomendaciones de autocuidado para el desarrollo de la sesion : Se da una explicación breve del contenido de la sesión y los objetivos que vamos a trabajar , luego realizaremos llamado de listas , registro de asistencias ,el calentamiento y paso seguido el estiramiento "

TIEMPO
15 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Juego de control 5 VS 5 corregir errores mas frecuentes , teniendo en cuenta la participación de todos y todas de forma equitativa e igualitaria

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Habilidades en el Dribling

TIEMPO
10 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
vuelta a la calma , trote suave Control y Relajación de la respiración estiramiento , Feedback de la actividad , saludo de despedida

TIEMPO
15 Minutos