PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RAFAEL URIBE URIBE (IED) (RAFAEL URIBE URIBE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**OLGA LUCIA SANABRIA DUEÑAS**
3. FECHA:	2022-11-10	4. HORA:	Jueves,14:15:00,16:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	20
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	10
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Identifica las capacidades físicas y las habilidades motoras necesarias para la práctica del baloncesto. Afianza el manejo del cuerpo y la lateralidad con relación a un objetivo.

COGNITIVA :
Identifica sus habilidades y el estado actual de sus capacidades.

PSICOSOCIAL :
Toma consciencia de sus aciertos y valora a sus compañeros en sus diferentes habilidades. Gana mayor confianza en sus capacidades y consciencia en sus debilidades.

LUDICA :
Demuestra satisfacción frente a la consecución de nuevas habilidades y a la interacción con nuevos compañeros.

TEMA :
Vivencia el cuerpo y su entorno de juego. Vivencia las capacidades físicas y deportivas desde el CI. Baloncesto.

SUBTEMAS :
vivencia su cuerpo por medio de movimientos, actividades y juegos sensoriales que permitan reconocer el espacio de juego que se utiliza en el baloncesto. Avanzar en el proceso de aprendizaje: Practica detenciones en un, dos tiempos y pases a dos manos.

IMPLEMENTACION :
Espacio libre de obstáculos, ropa adecuada, tenis, hidratación, platillos y conos señalizadores, pelotas de goma, balones de Baloncesto, aros, cronometro.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1. Bienvenida, llamado de asistencia, presentación de la sesión y las actividades. Explicación de las actividades de Nivelación que se realizan en las semanas del 1 al 10 de noviembre para los estudiantes que han presentados dificultades en el proceso del año escolar. 2. Actividad Componente psicosocial “El encuentro con el Otro como oportunidad para vivenciar la ciudadanía. Actividad en grupos de ¾ en octavo de papel para plasmar (palabras, dibujos, frases, collage) “cuando construimos ciudad, cuando NO construimos ciudad” Dialogo de grupo Socialización. 3. Calentamiento general y específico; activación de todo el cuerpo al tiempo que movemos partes para prepararnos elevando la temperatura corporal y la frecuencia cardiaca. Juego de motivación. * General: Rutina de movilidad, estiramientos y combinaciones con desplazamientos especiales enfocados al baloncesto con uso de balón. *Juego de motivación para subir temperatura corporal "Captura el Balón". “Quemados”

TIEMPO
30 Minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. Práctica de las detenciones en 2 tiempos y de pases. Explicación y demostraciones. 2. Práctica con aros para diferenciar el manejo alterno y coordinación de los pies al ejecutar las paradas o detenciones en dos tiempos. 3. Juego 1 Vs 1, ejercicios de espejo en pareja para afianzamiento detención dos tiempos y corrección mutua del gesto. 4. Formas jugadas en grupos pequeños; pases a dos manos combinados con detenciones. Realización de las actividades de Nivelación para los estudiantes con dificultades en el proceso durante el año escolar.

TIEMPO
40 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Juego de baloncesto Mini torneo aplicado al manejo de los pies para marcar al para las detenciones.

TIEMPO
20 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Manejos respiratorios suaves y profundos (inhalar y exhalar) Estiramientos dirigidos en pareja. (cada posición se mantiene durante 20 segundos) Autoevaluacion y Coevaluación destacando las habilidades observadas el grupo de juego.

TIEMPO
10 Minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: OLGA LUCIA SANABRIA DUEÑAS	
2. Fecha:	2022-11-10	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,14:15:00,16:15:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1031819690	PAULA SOFIA RUIZ	Asistio
1033732346	LAURA DANIELA LIEVANO	Asistio
1025540775	MADELEHIN LORAIN MALDONADO	Asistio
1031131967	SARA XIMENA ZEA	Asistio
1019764939	ANGEL SEBASTIAN MOJICA	Asistio
1027528935	KEVIN NICOLAS PEÑA	Asistio
1028493830	JUAN SEBASTIAN ORTIZ	Asistio
1034783180	DANNA SOFIA CASTILLO	Asistio
1027527894	HELLEN JULIETH ARANGO	Asistio
1024500135	DILAN SANTIAGO ROJAS	Asistio
1033718859	KIMBERLY CHARID SÁENZ	Asistio
1025544041	VALERY ALEXANDRA TELLEZ	Asistio