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:	2022-11-01	4. HORA:	Martes,14:15:00,16:15:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	9
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: Afianzamiento y práctica de las detenciones en un tiempo.

IMPLEMENTACION :
Espacio libre de obstáculos, ropa adecuada, tenis, hidratación, platillos y conos señalizadores, escalera de coordinación, cuerda individual, 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. 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. *Trote continuo por las líneas de campo dirigido por un compañero asignado. *Repeticiones de desplazamientos específicos iowa para baloncesto con manejo de balón. 3. Juego persecución por equipos en medio campo; al rededor del campo con dribling, persecución por equipos. "todos contra todos" cada jugador del equipo manejando dos balones debe tocar y hacer perder el drible a los demás jugadores.

TIEMPO
20 Minutos.

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. Circuito aplicado al manejo y juego de pies con uso de cuerda individual, secuencia (pie derecho, pie izquierdo, pies simultáneos), escalera de coordinación. 2. Realización de tareas motrices enfocadas a la práctica y afianzamiento de la habilidad; uso de aros y conos como obstáculo para diferenciar el manejo y coordinación de los pies al ejecutar las paradas o detenciones. Variantes: sin y con balón. 3. realización de combinaciones entre: dribling de avance, saltos para recepcionar el balón que viene del aire, giros y pases. 4. formas jugadas: Combinación de acciones de manejo de balón con dribling, detención 1 tiempo, pase - recepción. *Pase - recepción - detención; el jugador con balón estático, el compañero en movimiento para recibir con DT 1 tiempo y devolver. *Pase - detención- lanzamiento. 5. Juego balón aro 2 vs 2 aplicación dt 1 tiempo.

TIEMPO
65 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Juego de baloncesto 4 vs 4 baloncesto aplicado a las detenciones en un tiempo mini torneo eliminación sencilla.

TIEMPO
15 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Manejos respiratorios suaves y profundos (inhalar y exhalar) Estiramientos dirigidos y manejos respiratorios. Retroalimentacion; dialogo frente a que avances Individuales observo que beneficiaran el trabajo del grupo. *autoevaluación del desempeño en clase.

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:	2022-11-01	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Martes,14:15:00,16:15:00	6. Nº de Sesion: 17	9. Nº de Semana: 9	
4. Grupo:	BALONCESTO 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1108759756	DAREN DAYANA CONTRERAS	Asistio
1013609363	DARWIN ALEJANDRO HERNANDEZ	Asistio
1014863489	KAROL VIVIANA ALDANA	No asistio
1012337349	JUAN ESTEBAN GALINDO	Asistio
1011099754	NATALIA STEFANY GUTIERREZ	Asistio
1033688168	JUAN CAMILO NAVARRETE	Asistio
1141316318	KEVIN SANTIAGO REYES	Asistio
1022362363	NATALIA ALEXANDRA WALTERO	Asistio
1014665777	KAROL VALENTINA ALVIS	Asistio
1029144884	JOAN NICOLAS ANGARITA	Asistio
1029280789	LUIS ANGEL GONZALES	Asistio
1033714099	LUISA MARIA MARTINEZ	Asistio
1027525380	OMAR ABDEL RIAÑO	Asistio
1025535436	VALERY SOFIA RODRIGUEZ	Asistio
1025531459	MIGUEL ANGEL SOTELO	Asistio
1028480698	JUAN CAMILO TINJACA	Asistio
1021674056	DANNA ISABELLA ROA	Asistio
1016716026	EDWIN SANTIAGO PINEDA	Asistio
1011093428	JUAN SEBASTIAN PIRA	No asistio
1025534884	JUAN PABLO SUESCA	Asistio
1026557597	JUAN EBASTIAN CHALARCA	Asistio
1021313835	ANDRES FELIPE SIERRA	Asistio