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,12:15:00,14:15:00
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,12:15:00,14:15:00	6. Nº de Sesion: 20	9. Nº de Semana: 10	
4. Grupo:	BALONCESTO 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1108759756	DAREN DAYANA CONTRERAS	No asistio
1013609363	DARWIN ALEJANDRO HERNANDEZ	Asistio
1014863489	KAROL VIVIANA ALDANA	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	No asistio
1021674056	DANNA ISABELLA ROA	No asistio
1016716026	EDWIN SANTIAGO PINEDA	Asistio
1011093428	JUAN SEBASTIAN PIRA	Asistio
1025534884	JUAN PABLO SUESCA	Asistio
1026557597	JUAN EBASTIAN CHALARCA	Asistio
1021313835	ANDRES FELIPE SIERRA	Asistio
1014667050	LUNA MICHELLE NIÑO	Asistio