PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE FELIX RESTREPO (IED) (SANTA ANA SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA**
3. FECHA:	2023-02-21	4. HORA:	Martes,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Combina movimientos con uso de elementos.

COGNITIVA :
Propone secuencias de movimientos, que se ajusten a las necesidades de la actividad o del juego.

PSICOSOCIAL :
Reconoce sus potencialidades para realizar actividad física orientada hacia la salud.

LUDICA :
Establece relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.

TEMA :
• Coordinación General • Coordinación Especial

SUBTEMAS :
Ritmo Anticipación Orientación

IMPLEMENTACION :
Balones y Conos

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Verificación de las normas de seguridad del escenario Registro de asistencia ,Presentación de la actividad , Socialización de los objetivos , explicación del tema Psicosocial (La autoestima corresponde a la valoración posi- tiva o negativa que uno hace de sí mismo) ,Movilidad Articular , Calentamiento , Estiramiento

TIEMPO
80 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Hacemos rodar el balón por el suelo alrededor de nuestro cuerpo, impulsándolo con la yema de los dedos. Hacemos rodar el balón por el suelo entre las dos piernas (sin mover los pies, impulsándolo con la yema de los dedos. Lanzamos el balón hacia arriba e intentamos cogerlo con las dos manos y sin mover los pies. Lanzamos el balón hacia arriba y lo recogemos por detrás de la espalda con las dos manos sin girarnos y sin mover los pies

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Lanzamos el balón desde la parte de atrás hacia delante y lo cogemos con las dos manos sin mover los pies

TIEMPO
10 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma , control y relajación de la respiración, Retroalimentacion de la actividad, Estiramiento , despedida

TIEMPO
15 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SANTA ANA SUR			Nombre Instructor: GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA	
2. Fecha:	2023-02-21	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023970801	JUAN DAVID CAMPOS	Asistio
1073718680	YEISON ANDRES BARRANTES	Asistio
1023972736	CRISTIAN JULIAN PARRA	Asistio