PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SAN PABLO BOSA			Nombre Instructor: RICHARD ARTURO VARGAS PULIDO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-05-24	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Bosa	fomentar las buenas relaciones en el grupo desde el reconocimiento de las virtudes propias y del otro en el desarrollo de la sesión y el juego
3. Hora:	Viernes,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 5	mejorar el ajuste corporal de acuerdo a la situación de juego
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10.	implementar la postura adecuada para la defensa y el ataque en el baloncesto
12.PART	**E 13. TEMA/CONTENIDOS**	**14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD**	**15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES**	**16. OBSERVACIONES**
17. INICIAL	desplazamiento, toma de asistencia, explicación del trabajo, calentamiento	30 minutos. Desplazamiento 5m toma de asistencia 5m explicación del trabajo 5m calentamiento 15m	llegada al escenario, verificación de los estudiantes, socialización del trabajo y ejercicios de calentamiento (actividad del trabajo psico social y juego dirigido por un estudiante del grupo)	
18. CENTRAL	ajuste corporal, defensa y ataque	14. 60 minutos. 14.1 posición básica 15 minutos 14.2 dirbling y defensa por parejas (estático) 15 14.3 enfrentamientos aplicando el ajuste postural trabajado 30 minutos	se realizan desplazamientos y correcciones sobre la posición básica en los estudiantes para mejorar su postura en el juego,, luego se realiza el ajuste postural para enfrentamientos estáticos donde uno dribla y el otro hace el papel de defensa, por ultimo se realizan enfrentamientos aplicando lo trabajado en postura para hacer mas eficaz tanto el dribling como la defensa en los estudiantes	
19. FINAL	juego, recuperación y retroalimentación	30 minutos Juego 20m retroalimentación y recuperación 10m	juego por equipos, recuperación y retro alimentación sobre el trabajo realizado	

RICHARD ARTURO VARGAS PULIDO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO