

PLAN DE CLASE  
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|             |                                                                                                                          |                                 |                                       |                                                                                                                                                                                                              |                       |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| 1. SEDE C   |                                                                                                                          |                                 | Nombre Instructor: OSCAR MARIN OLARTE |                                                                                                                                                                                                              | 11. OBJETIVO DE CLASE |
| 2. Fecha:   | 2019-07-18                                                                                                               | 5. Centro de Interes BALONCESTO | 8. Localidad: Bosa                    | Reconocer la importancia del liderazgo, trabajo en equipo, libertad de opinión, convivencia, respeto, honestidad, solidaridad y demás valores para una sana convivencia de todas las personas a su alrededor |                       |
| 3. Hora:    | Jueves,07:00:00,09:00:00                                                                                                 | 6. N° de Sesion: 15             | 9. N° de Semana: 12                   | Utilizar con gran fluidez las habilidades motrices y patrones de movimiento necesarios para el desarrollo de una práctica deportiva satisfactoria y exitosa                                                  |                       |
| 4. Grupo:   | BALONCESTO 3                                                                                                             |                                 | 10.                                   | mediante la practica especifica de los ejercicios lograr una buena tecnica y tactica                                                                                                                         |                       |
| 12.PART     | E                                                                                                                        | 13. TEMA/CONTENIDOS             | 14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD        | 15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES                                                                                                                                                                          | 16. OBSERVACIONES     |
| 17. INICIAL | llamado alista estiramiento inicial articular , muscular , dentro de lo social se esta trabajando exprecion de emociones |                                 | 30 minutos                            | ELASTICIDAD JUEGOS DE APLICACIÓN PEQUEÑA CHARLA SOBRE LOS VALORES DE LA CLASE Y SU IMPORTANCIA EN EL DEPORTE                                                                                                 |                       |
| 18. CENTRAL | trabajo lanzamientos al aro poniendo en practica los diferestes pases ataque contra ataque y convinaciones               |                                 | 60 minutos                            | ejercicios de aplicacion y practica                                                                                                                                                                          |                       |
| 19. FINAL   | VUELTA A LA CALMA ESTIRAMIENTO FINAL                                                                                     |                                 | 30 minutos                            | EXTIRAMIENTO FINAL RETRO ALIMENTACION                                                                                                                                                                        |                       |

OSCAR MARIN OLARTE

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO