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:	2023-11-09	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	60
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	22
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Cuida de su postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.

COGNITIVA :
Reconoce la importancia de la formación de hábitos de postura e higiene corporal.

PSICOSOCIAL :
Logra manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.

LUDICA :
Comprende las características del juego y las pone en práctica para su realización.

TEMA :
El Dribling

SUBTEMAS :
Aseo, Alimentación, Hidratación, Salud, Calidad de Vida, Higiene postural, Hábitos.

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 (Aceptación social Normas de convivencia , autoestima) ,Movilidad Articular , Calentamiento , Estiramiento

TIEMPO
15 Minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
5) “Juego de la statua”: los jugadores botan por el campo (cada uno con una pelota) y a la señal del Instructor, ellos tienen que pararse inmediatamente (los que no se paran pierden un punto). Este ejercicio enseña como pararse (parada en salto y parada en dos tiempos). 6) “Atrápalo”: los jugadores (cada uno con la pelota) botan por el campo tratando de no ser tocados por el jugador “prenda”. El jugador que es tocado pasa a ser “prenda” en ese turno. De esta forma los jugadores aprenden a cambiar de mano, hacer reversos, cambios de dirección, velocidad mientras juegan a alcanzar un objetivo (no analiticamente). 7) El mismo juego anterior, con la diferencia que el jugador que es “prenda” tiene que intentar tocar al máximo número de jugadores en un tiempo determinado. 8) Los jugadores botan siguiendo las líneas del campo de juego, y cuando se encuentran a otro jugador deben de cambiar de mano, de dirección, reverso

TIEMPO
80 Minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Bote con dos manos

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:	2023-11-09	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 60	9. Nº de Semana: 22	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023975566	CRISTIAN SMITH TORO	Asistio
1023971221	BAYRON VALENCIA	Asistio
1013684621	SEBASTIAN MORENO	Asistio
1206220210	JACOB HERRERA	Asistio
1023953131	BALERI NICOL BUITRAGO	Asistio
N37664666595	MEIMAR JOISE ANGULO	Asistio
1066890650	JESUS MANUEL ASCANIO	Asistio
1145226954	IANN SAMUEL BERNAL	Asistio
1025560256	WILLIAN DAMIAN CARREÑO	Asistio
7015967	KIMBERLY RUBIANNIS COLMENARES	Asistio
1067626352	MARIA JOSE FERNANDEZ	Asistio
N37665417970	JONNEL JOSE RUBIO	Asistio
N37666454257	GABRIEL EXIEL LEIVA	No asistio
1054289955	MILAN LEONARDO OCHOA	Asistio
1021691271	LUIS CARLOS RAMIREZ	Asistio
1042863782	SAMUEL DAVID SALAS	Asistio
1206220745	ERICK MATEO SANCHES	No asistio
1206220995	DANIEL SANTIAGO PERDOMO	Asistio
1032800702	ANGEL TOBHIAS GUACAS	Asistio
1141723958	MATHIAS SILVA	Asistio