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:	2023-11-16	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	62
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	23
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
11) “El juego del rabo” (pañuelo): los jugadores sin pañuelo botan por todo el campo y por un cierto periodo de tíempo tienen que intentar quitar el pañuelo a los jugadores que lo tienen. El jugador que consigue tener después del tiempo señalado más pañuelos gana. 12) Botar libremente por la pista de juego, y a la señal, parada y giro saliendo hacia la canasta, usar las líneas laterales, líneas de fondo (según las instrucciones del Instructor). Este ejercicio es prático para aprender el uso de los pies de pivote. 13) “Auto-pase”, paradas y salidas botando (en todas direcciones)

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 , despedida15 Minutos

TIEMPO
15 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SANTA ANA SUR			Nombre Instructor: GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA	
2. Fecha:	2023-11-16	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:30:00	6. Nº de Sesion: 62	9. Nº de Semana: 23	
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	Asistio
1054289955	MILAN LEONARDO OCHOA	Asistio
1021691271	LUIS CARLOS RAMIREZ	Asistio
1042863782	SAMUEL DAVID SALAS	Asistio
1206220745	ERICK MATEO SANCHES	Asistio
1206220995	DANIEL SANTIAGO PERDOMO	Asistio
1032800702	ANGEL TOBHIAS GUACAS	Asistio
1141723958	MATHIAS SILVA	Asistio