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,12:00:00,14:00:00
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,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 60	9. Nº de Semana: 22	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023970801	JUAN DAVID CAMPOS	Asistio
1073718680	YEISON ANDRES BARRANTES	Asistio
1023972736	CRISTIAN JULIAN PARRA	Asistio
1023973068	SANTIAGO RODRIGUEZ	Asistio
1233904454	SAMUEL PEÑA	No asistio
1021690744	MATIAS CRUZ	Asistio
1021691537	EMANUEL DAVID RODRIGUEZ	Asistio
1016742104	DILAN SAMUEL CORREA	Asistio
1023967276	LIAM JOSHUA CELIS	Asistio
1220221139	JOSEPH SAID ROJAS	Asistio
1010239103	ETHAN SEBASTIAN CABUYA	No asistio
N37666480128	SANTIAGO JESUS ESPINOZA	Asistio
1012923220	DILAN ANDRES GOMEZ	Asistio
1021691220	SANTIAGO GOMEZ	No asistio
N37666445708	JORGE ANDRES MARIN	Asistio
1023975147	ERICK DUVAN MORENO	Asistio
1222212861	GABRIEL GERONIMO PARRA	No asistio
3931834	ENOS JESUS RIVERO	Asistio
1021692513	SAMUEL ALEJANDRO RODRIQUEZ	No asistio
1018519927	DIEGO JOSE TARACHE	Asistio
1012923495	SAID FELIPE TORREZ	Asistio
1023971154	IAN SANTIAGO VEGA	No asistio