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,12:00:00,14:00:00
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,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 62	9. Nº de Semana: 23	
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	Asistio
N37666480128	SANTIAGO JESUS ESPINOZA	Asistio
1012923220	DILAN ANDRES GOMEZ	Asistio
1021691220	SANTIAGO GOMEZ	Asistio
N37666445708	JORGE ANDRES MARIN	Asistio
1023975147	ERICK DUVAN MORENO	Asistio
1222212861	GABRIEL GERONIMO PARRA	Asistio
3931834	ENOS JESUS RIVERO	Asistio
1021692513	SAMUEL ALEJANDRO RODRIQUEZ	Asistio
1018519927	DIEGO JOSE TARACHE	Asistio
1012923495	SAID FELIPE TORREZ	Asistio
1023971154	IAN SANTIAGO VEGA	Asistio