

PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ASUNCION SILVA			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO		11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-04-02	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Engativa	Promover la responsabilidad en los estudiantes por medio de tareas sencillas de cumplimiento como uniforme, hidratación, presentación personal e higiene	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 4	Realizar ejercicios de coordinación dinámica buscando que el estudiante adapte movimientos a situaciones variables	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10.	Realizar ejercicios que trabajen el fundamento del drible y de esta manera lograr una adecuada realización	
12.PART	E	13. TEMA/CONTENIDOS	14. DURACIÓN TIEMPO Y CANTIDAD	15. ORGANIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES	16. OBSERVACIONES
17. INICIAL	- Introducción - Movilidad Articular - Calentamiento general y especifico - Estiramiento		25 minutos	- Toma de lista y explicación de los objetivos de la clase. - Movilidad articular de todo el esquema corporal - Trote suave de ida y vuelta hacia adelante y hacia atras,desplazamientos laterales izquierda y derecha, rodillas hasta el pecho y taloneo hasta mitad de cancha y velocidad hasta linea final. - Realizan estiramiento tren superior e inferior	
18. CENTRAL	- Ejercicios de manejo de balón y dribling		75 minutos	Individualmente cada estudiante realizara una serie de ejercicios donde pondrá a prueba su manejo de balón. - Lanzar el balón adelante hacia atrás, recibéndolo con las manos y sin que el balón caiga al suelo. - Pasar el balón en medio de las piernas con un limite de rebotes establecidos. - Caminar de una linea lateral a la otra mientras pasa el balón en medio de las piernas máximo con 2 dribling. - Driblar 2 balones de manera simultanea y realizar cierta cantidad de cambios de mano. El estudiante debe practicar de manera autónoma y la profesora hará las correcciones y ayudas necesarias para que logre cada uno de los ejercicios teniendo en cuenta el proceso.	
19. FINAL	- Vuelta a la calma - Retroalimentación - Estiramiento		20 minutos	- Hidratacion - Se realiza retroalimentacion de todo lo visto en clase, aclaramos dudas y corregimos errores. - Estiramiento tren superior e inferior: individual y por parejas	

DORIS PAOLA ROA NIÑO

Firma del Instructor

ASISTENCIA
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ASUNCION SILVA			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO	11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-04-02	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Engativa	Promover la responsabilidad en los estudiantes por medio de tareas sencillas de cumplimiento como uniforme, hidratación, presentación personal e higiene
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 4	Realizar ejercicios de coordinación dinámica buscando que el estudiante adapte movimientos a situaciones variables
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	Realizar ejercicios que trabajen el fundamento del drible y de esta manera lograr una adecuada realización
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1013121335	NALLARA VALENTINA CARDONA			Asistio
1014202791	DENIS VANESSA RODRIGUEZ			Asistio
1014669083	DAVID SANTIAGO MOLINA			Asistio
1019607340	MICHELLE VALENTINA URIBE			Asistio
1031814950	MICHAEL ANDRES RODRIGUEZ			Asistio
1032942236	SEBASTIAN BARRERA			Asistio
1120569524	CRISTIAN ANDRWEY DONATO			No asistio
1141116766	DUVAN CAMILO HIGUERA			Asistio
1141116847	LAURA ESTEFANY NAVARRO			Asistio
1141117250	MARIAN DANIELA BLANCO			Asistio
1141118780	JARBEY SANTIAGO RUIZ			Asistio
1141118854	NICOLAS DAMIAN MELO			Asistio
1141716702	JUAN DIEGO GARNICA			Asistio
1147487071	SHERYL YULIETH ROJANO			Asistio
1145225376	YUCEF AMIN CASALLAS			No asistio
1141116588	OSCAR STIVE FORERO			Asistio

DORIS PAOLA ROA NIÑO

Firma del Instructor

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO