PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ASUNCION SILVA			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-03-26	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. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	Fortalecer y afianzar el dominio de manos y piernas de manera coordinada y dinámica donde juegue un papel importante e la visión
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	- Drible estático - Ejercicios de lateridad - Técnica de drible	75 minutos	- Sentados en el piso, driblamos el balón en medio de las piernas con mano derecha e izquierda. - Sentados en el piso abrimos las piernas y debemos driblar dentro y fuera de ellas con derecha y con izquierda - Sentados en el piso driblamos el balón abriendo y cerrando las piernas - Realizamos ochos en las piernas - Realiza dribling en círculos permaneciendo sentado con izquierda y con derecha - Partido	
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:	2019-03-26	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. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	Fortalecer y afianzar el dominio de manos y piernas de manera coordinada y dinámica donde juegue un papel importante e la visión
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	No 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	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	Asistio
1141116588	OSCAR STIVE FORERO	Asistio

DORIS PAOLA ROA NIÑO

Firma del Instructor