PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. SIDAUTO			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,12:30:00,14:30:00	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 2		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. SIDAUTO			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,12:30:00,14:30:00	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 2		10. Edades:	Realizar ejercicios que trabajen el fundamento del drible y de esta manera lograr una adecuada realización

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1010843916	PAULA ANDREA SAAVEDRA	Asistio
1014265793	MILAN THOMAS MALDONADO	Asistio
1028499814	JOHAN SEBASTIAN GARCIA	Asistio
1028948638	LAURA PITA	Asistio
1028948639	SOFIA PITA	Asistio
1028949771	JUAN ESTEBAN MONTERROSA	Asistio
1031828810	DANIEL ESTEBAN ARCOS	Asistio
1031829868	ISABELLA TORRES	No asistio
1042589927	LEONELA CABANA	Asistio
1082496067	JUAN SEBASTIAN SARABIA	Asistio
1139836457	JHOSED ANDRES ROJAS	Asistio
1141124866	VIVIAN ZAMARA PEREZ	Asistio
1118123680	MARIA LUCIANA MORA	Asistio
1016959477	RONALD SANTIAGO CAMACHO	Asistio
1016599596	ANDERSON JOSE CHALA	Asistio
1071789944	YOJAN SANTIAGO GIRALDO	Asistio
1145226457	SARA VALENTINA PAEZ	Asistio

DORIS PAOLA ROA NIÑO

Firma del Instructor