

PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ASUNCION SILVA			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO		11. OBJETIVO DE CLASE
2. Fecha:	2019-04-03	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:	Miercoles,10:30:00,12:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	Realizar ejercicios de coordinación dinámica buscando que el estudiante adapte movimientos a situaciones variables	
4. Grupo:	BALONCESTO 4		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	Promover la responsabilidad en los estudiantes por medio de tareas sencillas de cumplimiento como uniforme, hidratación, presentación personal e higiene	
18. CENTRAL	- Ejercicios de manejo de balón y dribling		75 minutos	Realizar ejercicios de coordinación dinámica buscando que el estudiante adapte movimientos a situaciones variables	
19. FINAL	- Vuelta a la calma - Retroalimentación - Estiramiento		20 minutos	Realizar ejercicios que trabajen el fundamento del drible y de esta manera lograr una adecuada realización	

DORIS PAOLA ROA NIÑO

Firma del Instructor
Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO