PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ASUNCION SILVA			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2019-03-27	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. 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 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	- 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:	2019-03-27	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. 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 4		10. Edades:	Realizar ejercicios que trabajen el fundamento del drible y de esta manera lograr una adecuada realización

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1011323311	EVELIN ALEXANDRA THEVENING	Asistio
1014186689	FABIAN ERNESTO GARCIA	Asistio
1014199069	ANA SOFIA MORENO	Asistio
1016945084	IVAN ORLANDO GODOY	Asistio
1019101140	JUAN ANDRES TEHERAN	Asistio
1023371150	BRAYAN ALEXANDER RODRIGUEZ	Asistio
1028480646	BRAYAN STIVEN GOMEZ	Asistio
1028940734	ASHLYN HALIYAN MONSALVE	Asistio
1029142225	ANDRES FELIPE DAZA	Asistio
1031807432	ALISON TATIANA BARRIOS	Asistio
1032938711	JUAN DAVID MOGOLLON	Asistio
1032939286	EDWARD FERNANDO AVILES	Asistio
1032939375	NILLIRETH NATALIA CASTILLO	Asistio
1033101632	JOHAN DAVID MURILLO	Asistio
1034286430	JACOBO DURAN	Asistio
1034396820	LUIS FABIO ARIAS	Asistio
1057545180	DIANA VALENTINA BLANCO	Asistio
1110060840	STIVEN ANDRES SANCHEZ	Asistio
1141115490	JUAN CARLOS MONTOYA	Asistio
1141116727	KAREN LIZETH RINCON	Asistio
1141715179	MOISES DAVID PEÑALOZA	Asistio
1011085654	NICOLAS MARTINEZ	Asistio
1051662929	LUIS JOSE OSPINO	Asistio

DORIS PAOLA ROA NIÑO

Firma del Instructor