PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO JOSE ASUNCION SILVA (IED) (JOSE ASUNCION SILVA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**DORIS PAOLA ROA NIÑO**
3. FECHA:	2020-03-03	4. HORA:	Martes,10:30:00,12:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	7
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	4
8. ZONA:	2	9. CICLO:	2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Afianzar progresivamente la propia lateralidad ejercitándola en varios ejercicios.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Realizar el drible de manera fluida y eficaz con mano izquierda y derecha.	CONDICIÓN FÍSICA : NO APLICA	LÚDICA MOTRIZ : NO APLICA
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : NO APLICA			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : NO APLICA			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : El estudiante realizara cada uno de los ejercicios propuestos en clase con un compañero generando trabajo en equipo y comunicación.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Se realizan ejercicios en parejas y grupos fomentando			
TEMA : Esquema Corporal, Igualdad, Amistad			
SUBTEMAS : Lateralidad, Relaciones Interpersonales			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	- Toma de lista y explicación de los temas a desarrollar en la clase - Movilidad Articular de todo el esquema corporal - Trote suave de ida y vuelta hacia adelante con balòn, realizamos ejercicios de manejo de balòn (ochos, cambios de mano, giros, detenciones) con izquierda y derecha. - Realizan estiramiento tren superior e inferior	NO APLICA	25 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	- Se realiza dribling estático y en movimiento. Se inicia con drible sentado, driblando con cada uno de los deditos con mano derecha e izquierda, buscando de igual manera mano dominante. - Después se realiza dribling arrodillado y por ultimo de pie. En esta ultima parte se explica de manera reiterativa la manera adecuada y cómoda de driblar para mayor manejo y fluidez. - Por ultimo se realizan unas pruebas de manejo de balón que el estudiante ira desarrollando para quitar miedo al balón, mayor seguridad cuando se maneja el balón. Los ejercicios son: - lanza el balón hacia arriba y toca el suelo - Lanza el balón y aplaude - Lanza el balón aplaude y toca suelo - Lanza el balón recibe sentado - Lanza el balón sentado recibe de pie.	balones, conos y aros	75 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Hidrataciòn - Se realiza retroalimentacion de todo lo visto en clase, aclaramos dudas y corregimos errores. - Estiramiento tren superior e inferior. individual y por parejas	NO APLICA	20 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

ASISTENCIA

PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. JOSE ASUNCION SILVA			Nombre Instructor: DORIS PAOLA ROA NIÑO	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-03-03	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Martes,10:30:00,12:30:00	6. Nº de Sesion: 7	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1011210957	JUAN ESTEBAN OTALORA	Asistio
1014878589	JUNIOR JAVIER DE LA HOZ	Asistio
1013272341	MARIA CAMILA PITA	Asistio
1028947689	SERGIO ANDRES PEÑA	Asistio
1033107416	SAMUEL VICENTE BAENA	Asistio
1031829711	JUAN PABLO ESPITIA	Asistio
1145226093	OMARIS PALACIOS	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO