PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO LA CHUCUA (IED) (LA CHUCUA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA**
3. FECHA:	2019-10-22	4. HORA:	Martes,11:00:00,13:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	48
7. LOCALIDAD:	Kennedy	8. Nº DE SEMANA:	26
8. ZONA:	3	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Cuida de su postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Ejercita técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.	CONDICIÓN FÍSICA : Aplica procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.	LÚDICA MOTRIZ : Comprende las características del juego y las pone en práctica para su realización.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Logra manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Reconoce la importancia de la formación de hábitos de postura e higiene corporal.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Promueve el cumplimiento de las normas y acuerdos para la generación de un clima agradable y de respeto."			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Conoce y utiliza mecanismos para la resolución de conflictos.			
TEMA : Respeto			
SUBTEMAS : Igualdad de géneros			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Llamado de listados , presentación de la actividad , explicación de los objetivos , Calentamiento General, Calentamiento Especifico , Estiramiento	N/A	20 Minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Conos en zig-zag. Los jugadores irán botando con las dos manos (alternativamente), en forma de zig-zag. Cuerda. Desde un lateral de la cuerda, los jugadores tendrán que botar una vez en cada lado de la cuerda, con una sola mano. Vallas. En esta tercera parte, tienen que pasar la pelota rodando por debajo de la valla con la mano no dominante. Aros. Los niños y niñas tienen que avanzar realizando paradas en un tiempo dentro de los aros, encarando los pies y el cuerpo hacia nuestro inminente destino y realizando un bote entre medio. Hace falta que se coloquen en posición de triple amenaza en cada parada. Escaleras. Para adaptarnos al nivel del circuito, decidiremos uno de los ejercicios difíciles que previamente hemos mencionado en el apartado de ejercicios de coordinación. Por ejemplo, la simulación de entrada o el zig-zag complicado. Entrada. El circuito finalizará con un lanzamiento a canasta, que en este caso, será una entrada. 2- Juego de control 1vs1 , 2 vs,2 , 3vs , 4vs 4 , hasta llegar 5 vs 5 , (4 periodos de 10 minutos)	Balones , Aros , conos	80 Minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Vuelta a la calma ,trote suave alrededor de la cancha , estiramiento , feedback, de la actividad , sugerencias	N/A	20 Minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO