

**PLAN DE CLASE**  
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

|                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. IED: COLEGIO SIMON RODRIGUEZ (IED) (SIMON RODRIGUEZ)                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2. NOMBRE INSTRUCTOR:     | <b>LINA ALEJANDRA MARIÑO MUÑOZ</b>                                                                                               |
| 3. FECHA:                                                                                                                         | 2019-11-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 4. HORA:                  | Viernes,07:00:00,09:00:00                                                                                                        |
| 5. CENTRO INTERÉS:                                                                                                                | BALONCESTO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 6. N° DE SESIÓN:          | 68                                                                                                                               |
| 7. LOCALIDAD:                                                                                                                     | Chapinero                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 8. N° DE SEMANA:          | 34                                                                                                                               |
| 8. ZONA:                                                                                                                          | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 9. CICLO:                 | 3                                                                                                                                |
| <b>COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE</b>                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>MOTRIZ</b>                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| DESARROLLO MOTOR :<br>N/A                                                                                                         | TÉCNICAS DEL CUERPO :<br>Afianzar los fundamentos básicos del baloncesto, pases lanzamientos y manejo de balón a través de actividades propias del deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | CONDICIÓN FÍSICA :<br>N/A | LÚDICA MOTRIZ :<br>Proponer espacios donde el estudiante utilice los juegos pre deportivos como medio de aprendizaje del deporte |
| <b>EXPRESIVA CORPORAL</b>                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| LENGUAJES CORPORALES :<br>N/A                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>AXIOLOGICA CORPORAL</b>                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>N/A                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>COMPETENCIA 2. CIUDADANAS</b>                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>INTEGRADORA</b>                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>Fomentar el trabajo en equipo como medio fundamental para la práctica deportiva |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES</b>                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>INTERPERSONAL</b>                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Trabajar el respeto por si mismo y por los demás a través del juego propio del deporte           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>TEMA :</b><br>FUNDAMENTOS IGUALDAD AMISTAD                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>SUBTEMAS :</b><br>DEFENSA LANZAMIENTOS TRABAJO EN EQUIPO RELACIONES INTERPERSONALES                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                  |
| <b>FASE</b>                                                                                                                       | <b>ACTIVIDADES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>RECURSOS</b>           | <b>TIEMPO (MIN)</b>                                                                                                              |
| FASE INICIAL : (APERTURA)                                                                                                         | Llamado a lista y explicación del trabajo a realizar en la clase del día. Charla sobre la importancia del trabajo en equipo en la práctica deportiva Juego de la lleva en cadena, un estudiante saldrá a coger a sus demás compañeros quienes correrán por todo el campo de juego intentando no ser cogido por la lleva, el estudiante que sea cogido deberá tomarse de la mano con la lleva y salir a coger a sus demás compañeros, hasta que quede el ultimo                            | BALONES DE BALONCESTO     | 40                                                                                                                               |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO)                                                                                                       | Trabajo de pases por grupos, se ubicaran tres estudiantes en el medio del campo y realizan una trenza hasta el lado contrario donde los estudiantes que queden a los extremos recibirán el pase de los dos compañeros que se encuentran en la linea final, mientras que el tercer jugador que quedo con el balón después de realizar la trenza, realizara un doble rito y saldrá hacia el otro lado con los dos compañeros que realizan el pase juego de 2 vs 2 en todo el campo de juego | BALONES DE BALONCESTO     | 50                                                                                                                               |
| FASE FINAL : (CIERRE)                                                                                                             | Baloncesto por grupos donde se hará énfasis en la corrección de los fundamentos según el reglamento y lo visto en la clase del día, trabajo por grupos de 5 estudiantes, juego corregido Estiramientos grandes grupos musculares de forma ascendente y descendente según el trabajo realizado, movimientos de las articulaciones                                                                                                                                                          | BALONES DE BALONCESTO     | 40                                                                                                                               |

OBSERVACIONES

ASISTENCIA  
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

|                    |                           |                                 |                                                |                       |
|--------------------|---------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------|
| 1. SIMON RODRIGUEZ |                           |                                 | Nombre Instructor: LINA ALEJANDRA MARINO MUÑOZ | 11. OBJETIVO DE CLASE |
| 2. Fecha:          | 2019-11-08                | 5. Centro de Interes BALONCESTO | 8. Localidad: Chapinero                        |                       |
| 3. Hora:           | Viernes,07:00:00,09:00:00 | 6. N° de Sesion: 68             | 9. N° de Semana: 34                            |                       |
| 4. Grupo:          | BALONCESTO 3              |                                 | 10. Edades:                                    |                       |
| TI                 | NOMBRE                    |                                 |                                                | ASISTENCIA            |
| 1034401341         | PAULA ALEJANDRA GRANADOS  |                                 |                                                | Asistio               |
| 1023895729         | LOREN SOFIA NIÑO          |                                 |                                                | Asistio               |
| 1067717771         | HASLY MICHELL CUELLAR     |                                 |                                                | Asistio               |
| 1014863904         | MAXIMILIANO VILLAMIL      |                                 |                                                | Asistio               |
| 1110485076         | NICOLE TATIANA MARIN      |                                 |                                                | Asistio               |
| 1120955115         | JUAN SEBASTIAN JARAMILLO  |                                 |                                                | Asistio               |
| 1025535934         | SAMUEL ROJAS              |                                 |                                                | No asistio            |
| 1021397861         | NICOL MERA                |                                 |                                                | Asistio               |
| 1014864736         | JOSE DANIEL CONTRERAS     |                                 |                                                | Asistio               |
| 1141715308         | EXODOS DAVID MOSCOSO      |                                 |                                                | Asistio               |
| 1031813707         | ANA SOFIA MOLINA          |                                 |                                                | Asistio               |
| 1018237843         | SAMUEL DIAZ               |                                 |                                                | Asistio               |
| 1067900572         | EMELY BUSTAMANTE          |                                 |                                                | Asistio               |
| 1018515301         | GABRIEL ALEJANDRO PARIS   |                                 |                                                | Asistio               |
| 1025535706         | MATEO GALVIS              |                                 |                                                | Asistio               |