

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO ANTONIO GARCIA (IED) (ANTONIO GARCIA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HENRY MOSQUERA BEJARANO
3. FECHA:	2024-11-12	4. HORA:	Martes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	17
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	3	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Vivenciar múltiples formas de movimiento con y sin elemento utilizando el juego como mecanismo de enseñanza y aprendizaje para desarrollar habilidades motrices coordinativas desde las destrezas básicas del baloncesto.

COGNITIVA :

Reconocer las habilidades motrices básicas a través del movimiento, juegos y actividades deportivas que potencialicen el desarrollo técnico del baloncesto y la formación integral del estudiante.

PSICOSOCIAL :

En cada sesión realizaremos una actividad que involucre la participación de un familiar de alguno de los niños/niñas para que nos relate cómo su familia motivaba su actividad deportiva

LUDICA :

Explorar las habilidades motrices de base aplicadas al baloncesto, por medio del juego y la interacción en el centro de interés contribuyendo en la formación integral desde el deporte.

TEMA :

identifica técnicas de desplazamiento, a través de juegos, para mejorar las bases del baloncesto

SUBTEMAS :

Exploro formas de desplazamientos en posición media, por medio de juegos posturales, para fortalecer la técnica básica específica.

IMPLEMENTACION :

Balones, conos, platillos, aros, lazos, bastones, balon medicinal

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
llamado a lista verificación de asistencia, calentamiento muscular trote con cambio de dirección y ritmo, trabajo de fuerza de las extremidades inferiores, flexión y extensión de rodillas 3 series de 15 repeticiones, trabajo de fuerza con balon medicinal, movimientos articulares,

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
trabajo ubicación en el espacio, desplazamientos con dominio de balón, detención en un tiempo sin balón, detención en un tiempo con balón, detención en un tiempo e inicio de driblin, gesto sin balón iniciar el driblin, gesto con balón inicio de driblin, paso por los diferentes conos dominando el driblin, paso en zigzag, trabajo por parejas, desplazamientos de extremo a extremo con dominio de balón pasando cada obstáculos, con pase a su compañero

TIEMPO
70 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
desplazamientos con dominio de balón, en el campo de juego cada uno de los jugadores tendrá una cinta en su cintura la cual sus compañeros deberán quitarle gana el jugador que quede con la cinta

TIEMPO
20 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
vuelta a la calma trabajo de respiración, elasticidad, retroalimentación corrección de posturas y movimientos deportivos, hidratación

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO GARCIA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	
2. Fecha:	2024-11-12	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Martes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 17	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1025328562	Michelle Carreño			Asistio
1028792777	LUZ ADRIANA CIFUENTES			Asistio
1027299226	Paula Yalena Perez			Asistio
1083577303	Anyela Patricia Moreno			Asistio
1029295225	EVELYN MARIANA OLARTE			Asistio
1027537908	Juan Martin Novoa			Asistio
1033806532	Paula Salome Buitrago			Asistio
1034309213	EVELIN VALERIA SOTELO			Asistio
1024591017	ANGIE XIOMARA ACEVEDO			Asistio
1033814832	melanie michelle barreto			Asistio
1025558602	aly sofia romero			Asistio
1025559521	JERONIMO PINEDA			Asistio
1140931222	DYLAN JAVIER CASTILLO			Asistio
1215713615	Geraldin Xiomara Araque			Asistio
1016105871	JHOJAN SEBASTIAN GOMEZ			Asistio
1146137450	JUAN FELIPE GARCIA			Asistio
1029295041	Edwin Samuel Arango			Asistio
1025559196	ERICK SANTIAGO SOTO			Asistio
N37665461727	SAUL DAVID YORES			Asistio
1033809757	DANNA CAMILA TAPIERO			Asistio
1019767336	NICOLAS LONDOÑO			Asistio
N37665159661	Jhosua Augusto Añanguren			Asistio