

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:	2024-11-14	4. HORA:	Jueves,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	18
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 :

Participo de actividades lúdico deportivas, por medio de juegos de posiciones y posturas, para mejorar las técnica de desplazamientos en posición media.

IMPLEMENTACION :

balones, conos, platillos, balon medicinal, bastones, lazos

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
llamado a lista, verificacion de asistencia, trabajo abdominal 3 series de 15 repeticiones de acuerdo a las indicaciones del formador, trabajo articular rotacion de las extremidades, calentamiento muscular juego la lleva en la espalda

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
desplazamientos adelante, atras, diagonales, paso por los abstaculos, paso en zigzag corto y largo, desplazamientos con dominio de balon driblin en zigzag corto y largo, dominio de balon mano derecha, mano izquierda, alternadas, desplazamientos driblando el balon a la indicacion del formador realizar el ejercicio (sentarse, arrodillarse, acostarse), posicion defensiva dominio del driblin, pases rodado, trabajo por parejas, desplazamientos de un extremo al otro a una distancia de 2 metros se realiza un pase rodado

TIEMPO
70 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
triqui por equipos se desplazaran de un extremo al otro armado el triqui

TIEMPO
20 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
retroalimentacion correccion de los gestos deportivos, hidratacion, vuelta a la calma trabajo de respiracion, trabajo de elasticidad

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO GARCIA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	
2. Fecha:	2024-11-14	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Jueves,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 18	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			No asistio
1034309213	EVELIN VALERIA SOTELO			Asistio
1024591017	ANGIE XIOMARA ACEVEDO			No asistio
1033814832	melanie michelle barreto			No 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			No asistio
1025559196	ERICK SANTIAGO SOTO			No asistio
N37665461727	SAUL DAVID YORES			Asistio
1033809757	DANNA CAMILA TAPIERO			Asistio
1019767336	NICOLAS LONDOÑO			No asistio
N37665159661	Jhosua Augusto Añanguren			Asistio