

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:	2024-11-18	4. HORA:	Lunes,09:00:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	16
7. LOCALIDAD:	Ciudad Bolívar	8. N° DE SEMANA:	8
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 :

Reconoce las diversas técnicas de desplazamiento en baloncesto, por medio juegos para mejorar las habilidades

SUBTEMAS :

Identifico la técnica de desplazamiento en posición alta, durante juegos con carreras, lateralidad y giro a dos pies, para mejorar mis habilidades básicas motrices y específicas en el Baloncesto.

IMPLEMENTACION :

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

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
llamado a lista verificacion de asistencia, trabajo articular movimientos articulares de las extremidades, trabajo de fuerza de brazos, trabajo de elasticidad y flexibilidad calentamiento muscular trote durante 10 minutos con cambios de ritmo

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
desplazamientos por parejas de un extremo a otro de acuerdo a las indicaciones del formador, (trabajo de fuerza por parejas, caballito, carretilla), pase desplazamiento de espalda, se delimitara con conos el espacio de trabajo 1. dominio de balon dando la vuelta por detras del compañero a una distancia de 2 metros realizara un pase y vuelve al lugar de origen, el compañero hara el ejercicio, trabajo de a 3 personas, uno de los integrantes flotara sus dos compañeros estaran ubicados en los extremos del campo, quien flota debera dominar el driblin del balon hasta uno de los extremos dara una vuelta y a la distancia de 2 metros realizara un pase quien recibe el pase dominara el driblin y se dirige hasta donde su compañero y realizara el ejercicio, dominio de balon a la pared, iniciacion de doble ritmo trote con dominio de balon (driblin) detencion de driblin y brinco en dos tiempos sobre los aros

TIEMPO
70 minutos

RETO :

ACTIVIDADES
pista de obstáculos, aros, conos, bastones, el estudiante debera pasar la pista en el tiempo menos posible con dominio de balon

TIEMPO
20 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES
retroalimentacion, hidratacion, vuelta a la calma trabajo de respiracion y elasticidad

TIEMPO
10 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. ANTONIO GARCIA			Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO	
2. Fecha:	2024-11-18	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Ciudad Bolívar	
3. Hora:	Lunes,09:00:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 16	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1023402417	Michell Dayana Rodriguez			Asistio
1028790401	Karen Dayan Cardenas			No asistio
1023405296	Ana Maria Guzman			No asistio
1215713379	Damian Cortes			Asistio
1029290519	MARIANA SANABRIA			No asistio
1337771	JESUS ALEJANDRO GOMEZ			Asistio
1064720646	SARAY BALENTINA PADILLA			No asistio
1011235317	DYLAN SANTIAGO ARANGO			No asistio
1029290338	Evelyn Jasbleidy Fajardo			Asistio
1018491544	JEAN PIERRE RIVEROS			No asistio
1021317213	Samantha Bonilla			Asistio
1021400690	EMMANUEL JERONIMO ORTIZ			No asistio
1023006360	ANDERSON STIVEN BELTRAN			No asistio
1023015074	MARIANA SOFIA RIAÑO			No asistio
1023403525	HEINER MATEO RICO			Asistio
1023404380	JHONNIER SLEYDER MARQUEZ			No asistio
1024563210	BAYRON DARIO SANCHEZ			No asistio
1024572018	Nicolas Esmid Nieves			No asistio
1025152459	Saray Sofia Peraza			No asistio
1025328419	SALOME HERNANDEZ			No asistio
1025554536	SALOME RODRIGUEZ			No asistio
1025556217	NIKOLAS SNEIDER RIZO			No asistio