PLAN DE CLASE
PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO

1. IED: COLEGIO ENRIQUE OLAYA HERRERA (IED) (ENRIQUE OLAYA HERRERA)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**HENRY MOSQUERA BEJARANO**
3. FECHA:	2020-08-28	4. HORA:	Viernes,16:00:00,18:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	Rafael Uribe	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	4	9. CICLO:	3
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Explora las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Controla la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas	CONDICIÓN FÍSICA : Reconoce movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.	LÚDICA MOTRIZ : Comprende a sus compañeros como constructores de juego y es tolerante frente a las situaciones que se presentan en el desarrollo del centro de interés
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Realiza secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Desarrolla las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Reconoce que existen diversas formas de exclusión, discriminación y sigue estrategias para impedir con sus acciones dicha situación a través de los valores respeto y excelencia.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Ejercita habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva.			
TEMA : Coordinación General, Coordinación Especial, flexibilidad, resistencia, Valores olímpicos, Competencias sociales y psicológicas, Deporte Especifico, Desplazamientos, Drible, Giros (sin balón) o pivotes (con balón), Giros (sin balón) o pivotes (con balón).			
SUBTEMAS : Responsabilidad, Hacia delante (avances); Hacia atrás (retrocesos); Hacia los lados (desplazamientos laterales); En diagonal (deslizamientos en zig-zag), Con control visual; Sin control visual; Alto (de velocidad), Por delante de la punta del pie (de 90o, 180o, 360o); Por detrás del talón (de 90o, 180o, 360o)			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Llamado a lista elasticidad flexibilidad movimientos articulares trabajo dorsal calentamiento muscular	Listados de asistencia colchoneta conos	20 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	desplazamientos adelante y atras sin balon driblin adelante y atras driblin dominio de balon pasando cada uno de las obstaculos tecnica pase de pecho lanzamientos del balon al aro	balon aros conos platillos	20 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	vuelta a la calma trabajo de flexibilidad y respiración retroalimentacion area de tres puntos	tablero campo de baloncesto hidratacion	20 minutos

OBSERVACIONES

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO