**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: | 2020-08-14 | 4. HORA: | Viernes,16:00:00,18:00:00 |
| 5. CENTRO INTERÉS: | BALONCESTO | 6. Nº DE SESIÓN: | 6 |
| 7. LOCALIDAD: | Rafael Uribe | 8. Nº DE SEMANA: | 4 |
| 8. ZONA: | 4 | 9. CICLO: | 3 |
| **COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE**<br>**MOTRIZ** | | | |
| DESARROLLO MOTOR :<br>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 :<br>Controla la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas | CONDICIÓN FÍSICA :<br>Reconoce movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física. | LÚDICA MOTRIZ :<br>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 :<br>Realiza secuencias de movimientos con pequeños elementos y ritmos de forma individual y grupal. | | | |
| **AXIOLOGICA CORPORAL** | | | |
| CUIDADO DE SI MISMO :<br>Desarrolla las diferentes condiciones físicas en las diversas prácticas corporales. | | | |
| **COMPETENCIA 2. CIUDADANAS**<br>**INTEGRADORA** | | | |
| EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD :<br>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**<br>**INTERPERSONAL** | | | |
| AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR :<br>Ejercita habilidades para manejar pacifica, constructiva y creativamente los conflictos a través de la amistad, cooperación y comunicación asertiva. | | | |
| **TEMA :**<br>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 :**<br>Equilibrio, Ritmo, Diferenciación Motriz (Coordinación inter e intramuscular), Pasiva, Facilitación Neuromuscular Propioceptiva, Aeróbica, Amistad, Autoconfianza, 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 Calentamiento muscular trabajo abdominal | Listas de asistencia Colchoneta Platillos | 20 minutos |
| FASE CENTRAL : (DESARROLLO) | Dominio del espacio Dominio del balon (Driblin) mano derecha mano izquierda Posicion defensiva Desplazamientos en zigzag sin y con balon Tecnica de lanzamientos | platillo conos aros | 80 minutos |
| FASE FINAL : (CIERRE) | Vuelta a la calma Retro alimentacion zonas del campo de Baloncesto (ofensiva y defensiva) | Tablero de baloncesto, Hidratacion | 20 minutos |

**OBSERVACIONES**

**Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

**ASISTENCIA**
**PROGRAMA TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO**

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1. ENRIQUE OLAYA HERRERA | | | Nombre Instructor: HENRY MOSQUERA BEJARANO | **11. OBJETIVO DE CLASE** |
| 2. Fecha: | 2020-08-14 | 5. Centro de Interes BALONCESTO | 8. Localidad: Rafael Uribe | |
| 3. Hora: | Viernes,16:00:00,18:00:00 | 6. Nº de Sesion: 6 | 9. Nº de Semana: 4 | |
| 4. Grupo: | BALONCESTO 4 | | 10. Edades: | |

| TI | NOMBRE | ASISTENCIA |
|---|---|---|
| **1141717747** | DANA BRIYITH ACERO | Asistio |
| **1022960807** | PABLO EMILIANO CASTIBLANCO | Asistio |
| **1034289901** | SANTIAGO GUTIERREZ | Asistio |
| **1032680016** | LIZ MADELINE LOPEZ | Asistio |
| **1014669577** | HAROLD SANTIAGO MARTINEZ | Asistio |
| **1028664397** | CAMILO ANDRES NARANJO | Asistio |
| **1028865210** | OSCAR DAVID PEÑA | Asistio |
| **1011103049** | NICOLAS MAURICIO SANABRIA | Asistio |
| **1023902449** | GISEL NATALIA SOLANO | Asistio |
| **1013115952** | SARA VALENTINA ARANDA | Asistio |
| **1011103280** | VALERI STEFANY FONSECA | Asistio |
| **1140920446** | SOFIA PERDOMO | Asistio |
| **1031423640** | VALENTINA TRUJILLO | Asistio |
| **1034293639** | HALLY MICHALLE VASQUEZ | Asistio |