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:	2020-08-15	4. HORA:	Sabado,10:05:00,12:00:00
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 **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 Movimientos articulares trabajo abdominal fuerza tren inferior trabajo dorsal calentamiento muscular cambios de ritmo	Listas de asistencia colchoneta conos	20 minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	desplazamientos sin balon desplazamientos con balon (driblin) con mano derecha, mano izquierda, alternados desplazamientos en zig zag sin balon desplazamientos en zig zag con balon mano derecha, mano izquierda, alternados giros sin y con balon pie de pivop tecnica lanzamiento al aro	balon conos aros platillos	80 minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Vuelta a la calma (trabajo de elasticidad y respiracion) retro alimentacion área de no carga	trablero con la cancha de baloncesto demarcada 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:	2020-08-15	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Rafael Uribe	
3. Hora:	Sabado,10:05:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 6	9. Nº de Semana: 4	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021670181	CARLOS ALBERTO DIAZ	Asistio
1028681326	LUIS ANGEL HERNANDEZ	Asistio
1023891597	DANNA SOFIA MURILLO	Asistio
1031541803	DANNA CAROLINA PRADA	Asistio
1028680919	JUAN DIEGO ZABALA	Asistio
1028486583	SAMUEL DAVID MEJIA	Asistio
1013599805	NICOLL JULIETH HIGUERA	Asistio

Reporte Sesion de Clase TIEMPO ESCOLAR COMPLEMENTARIO