

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE JOAQUIN CASAS (IED) (JOSE JOAQUIN CASAS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	RAFAEL ENRIQUE ROBLES BERNAL
3. FECHA:	2025-04-23	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	18
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. N° DE SEMANA:	8
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :

Mejorar la coordinación óculo-manual y los desplazamientos aplicados al dribbling, pase y lanzamiento en el baloncesto.

COGNITIVA :

Reconocer y aplicar conceptos básicos del juego colectivo como el pase y corte, y el juego en equipo.

PSICOSOCIAL :

Fomentar la comunicación, el respeto y la toma de decisiones en equipo.

LUDICA :

Disfrutar del proceso de aprendizaje a través de juegos y dinámicas relacionadas con el baloncesto.

TEMA :

Fundamentos ofensivos del baloncesto

SUBTEMAS :

Subtema 1: Pase y corte (give and go) Subtema 2: Dribbling en movimiento y controlado Subtema 3: Lanzamiento en movimiento

IMPLEMENTACION :

Balones de baloncesto, conos, aros, petos y tableros.

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES

Calentamiento general: trote con cambios de dirección y ritmo (5 min) Juego de activación: “El rey del drible” Todos con balón, deben mantener su drible mientras intentan sacar el balón de los demás. Pierde quien deja de controlar el suyo. Mejora la atención, coordinación y dominio del balón.

TIEMPO

15 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES

Estaciones rotativas: Estación 1: Dribbling en zig-zag entre conos Estación 2: Pase y corte con compañero y tiro Estación 3: 1 vs 1 en espacio reducido Situación táctica (10 min) Juego en parejas (2 vs 2) aplicando el pase y corte. Énfasis en la toma de decisiones y la movilidad sin balón. Juego aplicado (10 min) Partido reducido 4 vs 4 (o según número de estudiantes), reglas adaptadas: Solo se puede lanzar tras pase y corte efectivo. Puntos extra si se logra una asistencia.

TIEMPO

60 minutos

RETO :

ACTIVIDADES

Reto “3 pases y canasta” Equipos deben dar mínimo 3 pases consecutivos antes de intentar lanzar. Fomenta trabajo en equipo y aplicación de lo aprendido.

TIEMPO

30 minutos

FASE FINAL :

ACTIVIDADES

Vuelta a la calma: caminata suave y estiramientos guiados (5 min) Círculo de reflexión (5 min): ¿Qué aprendimos hoy? ¿Cómo me sentí al jugar en equipo? ¿Qué puedo mejorar?

TIEMPO

15 minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE JOAQUIN CASAS			Nombre Instructor: RAFAEL ENRIQUE ROBLES BERNAL	
2. Fecha:	2025-04-23	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 18	9. N° de Semana: 8	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016602219	ALEJANDRO ACERO			Asistio
1016733983	SAMANTHA ALDANA			Asistio
1096671826	TOMAS ALZATE			Asistio
1010763160	SARA CAMILA ANGEL			Asistio
1123974198	MILATH AFMETH BARGUIL			Asistio
1201242259	ALBERTO JOSE BUENDIA			Asistio
1034788178	LUISA FERNANDA CAÑAS			Asistio
1141340315	DANNA VALERIA GUERRERO			Asistio
1034786147	ANDRES FELIPE HIGUA			Asistio
1018488452	ANDRES FELIPE JIMENEZ			Asistio
1117539974	MICHELL DAYANA MARTINEZ			Asistio
1034788114	CARLOS ANDRES MARTINEZ			Asistio
1082999561	JOYLIZ THALIANA MONTENEGRO			Asistio
1033787012	CRISTIAN ALEJANDRO PARRA			Asistio