

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:	2025-04-01	4. HORA:	Martes,14:30:00,16:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. N° DE SEMANA:	7
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Mejorar la coordinación, agilidad y control del balón.			
COGNITIVA : Comprender la importancia de los fundamentos técnicos en el juego.			
PSICOSOCIAL : Fomentar el trabajo en equipo, la comunicación y el respeto.			
LUDICA : Generar un ambiente dinámico y motivador mediante juegos y retos.			
TEMA : Fundamentos básicos del baloncesto			
SUBTEMAS : 1.Dribbling (manejo del balón), 2-Pase y recepción 3- Lanzamiento y mecánica de tiro 4-Defensa y posicionamiento.			
IMPLEMENTACION : Balones de baloncesto, conos, aros, petos y tableros.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES 1.Movilidad articular: Rotaciones de muñecas, codos, hombros, cadera, rodillas y tobillos. 2. Ejercicios dinámicos: Carrera suave, cambios de dirección, desplazamientos laterales. 3. Juego de activación: “Reloj de pases” (los estudiantes deben pasar el balón rápido sin que el equipo contrario lo intercepte). TIEMPO 15 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES - Dribbling: Circuito con conos para mejorar el control del balón. - Pases: Práctica de pase de pecho, picado y por encima de la cabeza. - Lanzamientos: Tiros desde diferentes posiciones con corrección de postura. -Defensa: Ejercicio 1vs1 para mejorar la marca individual. TIEMPO 60 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES Juego reducido 3vs3: Se aplican los fundamentos trabajados en clase con reglas adaptadas (máximo 3 botes antes de pasar, tiros en movimiento, etc.). TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE FINAL : ACTIVIDADES 1. Vuelta a la calma y aleonbgacion muscular 2.Objetivo:Reflexión grupal: Comentarios sobre el aprendizaje y experiencia en la clase. TIEMPO 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:	2025-04-01	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Martes,14:30:00,16:30:00	6. N° de Sesion: 14	9. N° de Semana: 7	
4. Grupo:	BALONCESTO 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1029402564	ANJE TATIANA AVENDAÑO			No asistio
1033732236	VALERIN DAYANA PARRA			Asistio
1073691693	IVONNE NATALIA PERDOMO			Asistio
1024533798	ANDREY ESTEBAN PEREA			Asistio
1014993773	MARIA ISABEL PULIDO			Asistio
1023388519	KAROL NATALY RUBIO			Asistio
1034782982	SARA DANIELA SEGURA			Asistio
6419464	FIORELLA SARAYS SEIJAS			Asistio
1034783487	YENLI NAELA SUAREZ			Asistio
1013461810	JERONIMO TRUJILLO			Asistio
1034784173	ALISON VARGAS			Asistio
1029148282	CRISTIAN CAMILO VILLALBA			No asistio
1022428889	LINA SOFIA GENES			Asistio
1034788817	BRAYAN ALEXANDER GIL			Asistio
1117941222	KIMBERLLY DAHIANA LOPEZ			Asistio
1021317439	NICOLL YULIANA NOSSA			No asistio
1020003309	DILAN ANDREY PAVA			Asistio
1016087271	ALAN DAVID QUINTERO			Asistio
36671159	CRISTIHIAN SEBASTIAN TORREALBA			Asistio
1206220432	LUISA MARIANA VANEGAS			No asistio
1034788659	SARA NATHALIA ZAMUDIO			Asistio
1222215595	MIGUEL SANTIAGO ALFONSO			Asistio