

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:	2025-06-04	4. HORA:	Miercoles,12:30:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	28
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. N° DE SEMANA:	14
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Mejorar la coordinación, agilidad y técnica individual (pases, dribles y lanzamientos).			
COGNITIVA : Reconocer y aplicar conceptos tácticos básicos como el desmarque y la ocupación de espacios.			
PSICOSOCIAL : Fomentar el trabajo en equipo, el respeto y la cooperación durante los juegos y actividades grupales.			
LUDICA : Disfrutar de actividades recreativas y dinámicas que promuevan el gusto por el baloncesto.			
TEMA : Desplazamientos, pases y lanzamientos en situaciones reales de juego			
SUBTEMAS : Desplazamientos ofensivos sin balón (desmarques) Tipos de pases (picado, pecho y béisbol) Lanzamientos a canasta en movimiento Juegos reducidos con reglas básicas			
IMPLEMENTACION : Balones de baloncesto, conos, aros, petos y tableros			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Objetivo: Activar física y mentalmente al grupo, preparar el cuerpo para la sesión. Actividades: Juego lúdico: “El cazador de balones” (estilo atrapa-conos con balones). Movilidad articular y calentamiento general: trote, saltos, skipping. Calentamiento específico: pases en parejas en movimiento (3 tipos de pase). TIEMPO 15 MINUTOS			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Objetivo: Desarrollar habilidades técnico-tácticas individuales y grupales. Actividades: Circuito técnico en estaciones: Estación 1: Drible zigzag con conos (ambas manos). Estación 2: Pase y desmarque (pared o compañero). Estación 3: Lanzamiento a canasta en movimiento. Ejercicio táctico grupal: Juego de 3 vs 3 en media cancha con énfasis en pases y desmarques. Variación: obligación de hacer mínimo 3 pases antes de lanzar. TIEMPO 60 MINUTOS			
RETO : ACTIVIDADES Objetivo: Aplicar lo aprendido en una situación lúdica competitiva. Actividad: “Minitorneo relámpago”: partidos rápidos de 4-5 minutos entre equipos rotativos. Condición: Cada equipo debe usar al menos 2 tipos de pase distintos en cada jugada de ataque. TIEMPO 30 MINUTOS			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Objetivo: Relajación y reflexión sobre lo aprendido. Actividades: Estiramientos dirigidos. Círculo de cierre: retroalimentación entre compañeros y del docente. Pregunta reflexiva: ¿Cómo ayudaste a tu equipo hoy? TIEMPO 15 MIN UTOS			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE JOAQUIN CASAS			Nombre Instructor: RAFAEL ENRIQUE ROBLES BERNAL	
2. Fecha:	2025-06-04	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Miercoles,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 28	9. N° de Semana: 14	
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