PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE FELIX RESTREPO (IED) (SANTA ANA SUR)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA**
3. FECHA:	2020-11-11	4. HORA:	Miercoles,11:00:00,13:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	13
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	4	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Selecciona movimientos de desplazamiento y manipulación.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento de diferentes prácticas motrices y deportivas.	CONDICIÓN FÍSICA : Identifica métodos para el desarrollo de cada una de las capacidades físicas y los aplica.	LÚDICA MOTRIZ : Decide las acciones más efectivas para resolver las diversas situaciones del juego.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Selecciona técnicas de expresión corporal para la manifestación y el control de sus emociones, en situaciones de juego y actividad física.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Reconoce el valor que tiene el juego y la actividad física como parte de su formación.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Promueve la responsabilidad en el desarrollo de las actividades trabajadas.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Inspiración			
TEMA : Manejo del Balon			
SUBTEMAS : Generalidades del baloncesto			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Saludo del formador Gabriel Enrique fuentes y bienvenida a todos los niños, niñas jóvenes y adultos que nos acompañan ,Se dan las respectivas recomendaciones de auto-cuidado para tener en el hogar: Lavado constante de manos, uso del tapabocas, limpieza y desinfección de alimentos, compras, ropa y demás elementos que entren a casa. Explicación de los objetivos , Calentamiento , Estiramiento , Actividad Rompe Hielo	Ninguno	25 Minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	1.Ceros por detrás de la cabeza, la cintura y entre los pies (primero lo podemos hacer por separado). 2.Ceros en una pierna mientras la otra esta levantada, trabajo de equilibrio. 3.Ceros, botando con la mano derecha, alrededor de la pierna izquierda. 4.Ceros, botando con la mano derecha, alrededor de la pierna derecha. 5.En equilibrio sobre un solo pie, se realizan ceros a su alrededor. 6.Idem, pero se hacen cambios de mano por delante. 7.Idem, pero se hacen cambios de mano por detrás. 8.Idem, pero se bota con una mano, en un lado del cuerpo, de delante hacia atrás. 9.“8” sin botar entre las piernas. 10. “8” haciendo rodar el balón por el suelo, lo impulsamos con la yemas de los dedos. 11. “8” con el bote: alto / bajo. 12. Se lanza el balón hacia arriba y se recoge con las dos manos por detrás de la espalda. 13. Balón cogido con las dos manos detrás de la nuca; se deja caer, se aplaude delante del cuerpo, y se recoge con las dos manos detrás de la espalda antes de que toque el suelo (al principio se puede realizar sin aplaudir).	Globos , Balón de Goma o Pelota de Caucho	70 Minutos

FASE FINAL : (CIERRE)	Vuelta a la calma , control de la respiración , énfasis en valor de la amistad y la excelencia deportiva , estiramiento , feedback de la actividad	Vuelta a la calma , control de la respiración , énfasis en valor de la amistad y la excelencia deportiva , estiramiento , feedback de la actividad	25 Minutos
OBSERVACIONES			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. SANTA ANA SUR			Nombre Instructor: GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-11-11	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Miercoles,11:00:00,13:00:00	6. Nº de Sesion: 13	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1021685598	JUAN JOSE GUEVARA	Asistio
1021316284	JULIAN FELIPE SUAREZ	Asistio
1010217835	CRISTIAN DAVID VINASCO	Asistio
1010212820	NICOLLE XIMENA RUIZ	Asistio
1016728829	JOEL SANTIAGO OSORNO	Asistio
1016728494	SEBASTIAN FONSECA	Asistio
1016728627	EMILY DIAZ	Asistio
1023937527	JUAN FELIPE MILLAN	Asistio
1010208509	LESLY DANIELA AMORTEGUI	Asistio
1016729513	THOMAS MATIAS RODRIGUEZ	Asistio
1021685276	EIDER JULIAN MUÑOZ	Asistio
1016729777	JULIAN ANDRES GUAMAN	Asistio