PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE FELIX RESTREPO (IED) (CARLOS ALBAN HOLGUIN)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA**
3. FECHA:	2020-11-06	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	4	9. CICLO:	2
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Controla la respiración y la relajación en situaciones de actividad física.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Comprende las exigencias técnicas y tácticas en la práctica y el juego.	CONDICIÓN FÍSICA : Comprende la importancia de la actividad física para una vida saludable.	LÚDICA MOTRIZ : Establezce relaciones de empatía con los compañeros para preservar el momento de juego.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Participa en la ejecución y organización de esquemas de movimiento creativos.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Reconoce el estado de su propia condición física, interpretando los resultados de las mismas.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Busca generar mecanismos de solución en la ejecución de las actividades planteadas.			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Construye relaciones sociales con base en la amistad y el reconocimiento a la diferencia y la dignidad.			
TEMA : Actividades Rítmicas Y Juego, usando la música como vehiculo socio-participativo			
SUBTEMAS : Equilibrio Ritmo			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Bienvenida, Saludo , Presentación de la actividades, socializacion de los objetivos, Movilidad Articular ,Calentamiento , estiramiento	Ninguno	25 Minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	Ejercicios de acondicionamiento fisico , Carreras en el puesto y paradas; Paradas y giros; Carreras y saltos; Manejo del balón (malabares); Agarre y toma de balón (clásico); Rodillas talones 1-Desplazamientos laterales , lanzando el globo hacia arriba y cogerla antes de que caiga el suelo 2-Jumping Jacks , cogiendo el globo sobre la cabeza 3-Dribling con el globo mano derecha e izquierda 4-cangrejos con el globo 5-Lanzar el globo hacia arriba , dar un giro y cogerlo	Ninguno	25 Minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Vuelta a la calma , Recuperación , Estiramiento , feedback sobre la actividad aspectos importantes ,Cultura Deportiva: Reglamentación, Normatividad, Actividad Física, Recreación, Deporte, Tiempo Libre, Reto.	Ninguno	25 Minutos

OBSERVACIONES

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. CARLOS ALBAN HOLGUIN			Nombre Instructor: GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-11-06	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 9	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1091887060	SOFIA AGUDELO	Asistio
1021677826	SANTIAGO ANDRADES	Asistio
1023391435	GADIEL DAVID GARCIA	Asistio
1023913755	BRANDON STEVEN BARRERA	Asistio
1023935089	BELKIN LINLLIN ANGEL	Asistio
1033766058	EMELY SARAHY CARDENAS	Asistio
1013136577	EVELYN SOFIA CEDEÑO	Asistio
1033719179	ANDREA PAOLA CARVAJAL	Asistio
1025067745	MARIA ALEJANDRA LUNA	Asistio
1073166654	SARAI CATALINA MALAVER	Asistio