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:	2020-11-13	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	12
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	4	9. CICLO:	2
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. (Excelencia)			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Promueve la responsabilidad en el desarrollo de las actividades trabajadas. (Excelencia)			
TEMA : Manejo del Balon			
SUBTEMAS : tema 01.- El juego sin balón • Posición • Arrancadas • Paradas • Pivotes • Cambios de dirección • Cambios de ritmo			
FASE	**ACTIVIDADES**	**RECURSOS**	**TIEMPO (MIN)**
FASE INICIAL : (APERTURA)	Saludo del formador Gabriel Enrique fuentes y bienvenida a todos los niños, 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)	Orígenes del baloncesto , Reglas basicas tema 01.- El juego sin balón • Posición • Arrancadas • Paradas • Pivotes • Cambios de dirección • Cambios de ritmo Orígenes del baloncesto , Reglas basicas 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). 14. Una mano agarra el balón detrás de la nuca; se deja caer, se aplaude de manos delante del cuerpo y, antes de que toque el suelo, se coge por detrás de la espalda con la mano opuesta que agarrábamos el balón. 15. Se coloca el balón debajo de la barbilla; se deja caer, se aplaude detrás de la espalda y se coge antes de que caiga a tierra. 16. Efectos: experimentar con cualquier tipo de efecto que se pueda dar al balón. 17. Se lanza el balón hacia delante con una altura y un efecto tal que permita pasar por debajo del bote del balón y cogerlo detrás del cuerpo. 18. Se lanza el balón hacia arriba y se pasa, el máximo de veces posibles, por debajo de cada bote que realice el balón. 19. Se lanza el balón hacia arriba y, antes de volver a cogerlo, se aplaude el máximo de veces posibles. 20. Se lanza el balón hacia arriba y, antes de volver a cogerla, se realiza un giro de 360º. 21. Se lanza el balón hacia arriba, se toca el suelo con las dos manos, y se vuelve a coger antes de que toque el suelo.	Balón o pelota de Goma	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	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:	2020-11-13	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 12	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	BALONCESTO 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1023391435	GADIEL DAVID GARCIA	Asistio
1021677826	SANTIAGO ANDRADES	Asistio
1114547266	MARIA PAULA USCATEGUI	Asistio
1021316509	MARIANA ACOSTA	Asistio
1016724515	GABRIELLA MOJICA	Asistio
1091887060	SOFIA AGUDELO	Asistio
1023913755	BRANDON STEVEN BARRERA	Asistio
1021683346	LINA MARIANA SABOGAL	Asistio
1033766058	EMELY SARAHY CARDENAS	Asistio
1013136577	EVELYN SOFIA CEDEÑO	Asistio
1025067745	MARIA ALEJANDRA LUNA	Asistio
1073166654	SARAI CATALINA MALAVER	Asistio