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:	2020-11-04	4. HORA:	Miercoles,11:00:00,13:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	6
8. ZONA:	4	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Combina movimientos con uso de elementos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Realiza esquemas de movimiento con diferentes fundamentos o movimientos fijados.	CONDICIÓN FÍSICA : Comprende las razones biológicas del calentamiento y recuperación, de modo que las aplique en el campo.	LÚDICA MOTRIZ : Apropia las reglas de juego y las modifica, si es necesario.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Propone secuencias de movimientoa, que se ajusten a las necesidades de la actividad o del juego.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Reconoce sus potencialidades para realizar actividad física orientada hacia la salud.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Expresa su posición ante situaciones de discriminación y exclusión." Respeto e Igualdad			
COMPETENCIA 3. SOCIOEMOCIONALES **INTERPERSONAL**			
AMISTAD, INSPIRACIÓN, VALOR : Expresa emociones y opiniones en contextos adecuados, preocupándose por respetar al otro.			
TEMA : Actividades Rítmicas Y Coordinativas, usando la música como vehiculo socio-participativo			
SUBTEMAS : Coordinación			
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- Levantando las rodillas y Luego golpear el globo con las mismas y recibirlo realizar desplazamientos hacia el frente 2-Colocar el globo en los tobillos y realizar un salto hacia el frente , luego coger el globo y llevarlo sobre la cabeza, 3-Dejar caer el globo , y golpearlo con los pies y recibirlo en la parte alta con las manos 4-lanzarlo y cogerlo en la parte alta con un salto	Balón de goma , Cuerda, Globo , En caso de no contar el globo lo realizaremos con una bolsa plastica	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. SANTA ANA SUR			Nombre Instructor: GABRILEL ENRIQUE FUENTES PITALUA	**11. OBJETIVO DE CLASE**
2. Fecha:	2020-11-04	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Miercoles,11:00:00,13:00:00	6. Nº de Sesion: 10	9. Nº de Semana: 6	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016728829	JOEL SANTIAGO OSORNO	Asistio
1010212820	NICOLLE XIMENA RUIZ	Asistio
1021316284	JULIAN FELIPE SUAREZ	Asistio
1016728627	EMILY DIAZ	Asistio
1021685598	JUAN JOSE GUEVARA	Asistio
1016728494	SEBASTIAN FONSECA	Asistio
1023937527	JUAN FELIPE MILLAN	Asistio
1010217835	CRISTIAN DAVID VINASCO	Asistio
1010208509	LESLY DANIELA AMORTEGUI	Asistio