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:	2020-11-18	4. HORA:	Miercoles,11:00:00,13:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. Nº DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	8
8. ZONA:	4	9. CICLO:	1
COMPETENCIA 1. BÁSICAS DE LA EDUCACIÓN FISÍCA, LA RECREACIÓN Y EL DEPORTE **MOTRIZ**			
DESARROLLO MOTOR : Cuida de su postura corporal desde principios anatómicos en la realización de movimientos.	TÉCNICAS DEL CUERPO : Ejercita técnicas de actividades físicas alternativas, en buenas condiciones de seguridad.	CONDICIÓN FÍSICA : Aplica procedimientos de actividad física y pausas de descanso para controlar la fatiga en la realización de actividades físicas.	LÚDICA MOTRIZ : Comprende las características del juego y las pone en práctica para su realización.
EXPRESIVA CORPORAL			
LENGUAJES CORPORALES : Logra manejar los estados de ansiedad, usando técnicas de respiración y relajación.			
AXIOLOGICA CORPORAL			
CUIDADO DE SI MISMO : Reconoce la importancia de la formación de hábitos de postura e higiene corporal.			
COMPETENCIA 2. CIUDADANAS **INTEGRADORA**			
EXCELENCIA, DETERMINACIÓN, RESPETO, IGUALDAD : Busca generar mecanismos de solución en la ejecución de las actividades planteadas(Determinación)			
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 : El juego sin balón			
SUBTEMAS : Habilidades Coordinativas			
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 , centro de interés Baloncesto. 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. Presentación de la actividad , Explicación de los objetivos, Calentamiento General , Estiramiento	Ninguno	25 Minutos
FASE CENTRAL : (DESARROLLO)	• Posición • Arrancadas • Paradas • Pivotes • Cambios de dirección • Cambios de ritmo Retos : la cesta ganadora , Colocamos un recipiente a una distancia de 1.5 metros , Luego en la punta del pie coloca una pelota realizada con un par de medias , y procedemos a realizar la cesta en el recipiente , la lanzamos con el pie e introducimos la media en el recipiente	Pelota de Caucho o de Goma , dado el caso de no poseer la pelota realizamos una con medias	70 Minutos
FASE FINAL : (CIERRE)	Vuelta a la calma , control de la respiración , Feedback de la actividad , Estiramiento	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:	2020-11-18	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Miercoles,11:00:00,13:00:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 8	
4. Grupo:	BALONCESTO 2		10. Edades:	

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