SESIÓN DE FOR							
PLAN DE SESIÓN							
JORNADA ESCOLAR CO							
2021							
NOMBRE DE	**LINA ALEJANDRA MARIÑO MUÑOZ**			**CENTRO DE IN**			
IED (SEDE)	**SIMON RODRIGUEZ**			**LOCALIDAD**	**CHAPINERO**	**UPZ:**	
CICCLO	**1 Y 2**			**GRUPO**	**1**		
ESTRATEGIA D	**VIRTUAL**		**PRESENCIAL**	**x**	**GUÍA**		
HORA							
DIMENSIONES DEL DESAR							
MOTRÍZ:	Controlo de forma global y segment						
COGNITIVA:	Vivencio los fundamentos basico						
PSICOSOCIAL:	Identifico los errores cometidos una vez recibe						
LÚDICA:	Analizo diversas situaciones						
TEMA GENER	MANEJO DE BALÓN, COORDIN/						
SUBTEMA:	Familiarización y manejo de balon, Co						
IMPLEMENTA							
ACTIVIDADES A DESARROLLAR							
FASE INICIAL:	1. Se realizara un llamado a lista y explicacion del trabajo a realizar en la clase del dia, sobre la importancia de los habitos de vida saludables y la hidratación antes, durante y física. general, juego de congelados, donde un estudiante debera coger a sus demás compañ estudiantes corren por el terreno de juego, cuando un estudiante es cogido por el com debe quedar quieto mientras es ayudado por uno de los que no estan congelados. Mo rodillas cintura muñecas hombros y cabeza						
FASE CENTRAL	3. Familiarización con el elemento propio del deporte, lanzar y atrapar, caminando y fa elemento, realizaremos dribling bajo y alto, con mano derecha e ziquierda, por adelan flexionada, y con el balon en las dos manos cogido por delante, lo pasamos por entre l las dos manos por detras, sin que pegue el balon en el piso. lo mismo con una mano a cambiando las manos al soltar el balon, dribling adoptando diversas posiciones: de pie rodilla al frente, sentados, tumbados. 4. trabajo de coordinacion , movimiento dr dribling con m intentando no mirar el balon y caminar por una linea que se encuentra demarcada en cambio de mano por delante, por entre las piernas y por la espalda.						
RETO:	5. el estudiante debera girar el balon primero sobre la palma de la mano y luego sobr debera sostenerlo por 30 segundos.						
FASE FINAL :	6. Baloncesto introductorio, se jugara baloncesto por parejas 2 contra 2, donde se har a las reglas y fundamentos especiales en la practica deportiva del baloncesto. grandes grupos musculares, desde los pies hasta la cabeza, estiramientos con las pier la palma de la mano el piso, luego se cambia a pie derecho y luego a pie izquierdo, est elevandolas al pecho y luego atras primero con derecha y luego con izquierda, estiram brazos y cabeza; cada estiramiento tendra una duración de 40 segundos, se realizara u						

	trabajado en la clase.

MACIÓN
DE CLASE
MPLEMENTARIA

BALONCESTO			
CHAPINERO		ZONA	1
Nº DE SEMAN	3	Nº DE SESIÓN:	7

RROLLO HUMANO:
aria la realización de movimientos técnicos.
s del baloncesto y los aplico en el juego
retroalimentación y hace el esfuerzo para corregirlos
s de juego y doy res- puesta a ellas
ACIÓN GENERAL, DERECHOS SOCIALES
ordinación Viso manual y derecho a la salud
Balones

	TIEMPO
se le hablara al estudiante y despues de la actividad 2. Calentamiento ieros, mientras los otros npañero que congela, se vilidad articular de tobillos	30
amiliarizandose con este te y por atras, en posicion las piernas cogiendolo con delante y la otra atras , , de rodillas, con una iradas al frente, el terreno de juego,	50
e la punta de sus dedos,	20
a enfasis en la introduccion 7. Estiramientos de nas abiertas se tocara con iramiento de rodillas iento de cadera y espalda, una retroaliemntación de lo	

	20