PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO RAFAEL URIBE URIBE (IED) (RAFAEL URIBE URIBE)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**BRAYAN SNEYDER SANTOS NIÑO**
3. FECHA:	2022-06-02	4. HORA:	Jueves,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	11
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	5
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro las diferentes posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario.

COGNITIVA :
Identifico las posibilidades que dan los movimientos y combinaciones con elementos y sin ellos para el desarrollo de actividades en el medio.

PSICOSOCIAL :
El cuerpo como primer territorio de derechos. • El deporte y los limites (con el cuerpo me relaciono) las normas, las penalidades y los aprendizajes. • El deporte y la gestión de las emociones (con el cuerpo me emociono) El deporte y la ansiedad, la agresividad y las dinámicas del grupo. Emociones positivas. • El deporte y la tramitación de conflictos (con el cuerpo me enfrento) El deporte y los intereses. Ganar y perder. • El deporte y el fortalecimiento de las capacidades mentales (con el cuerpo aprendo) – Procesos cognitivos básicos.

LUDICA :
Identifico a mis compañeros y al docente como integrantes fundamentales de las actividades propuestas en el centro de interés.

TEMA :
Potenciar los patrones básicos de movimiento. Exploro opciones de movimiento en el medio.

SUBTEMAS :
Evidencio el esquema e imagen corporal que tengo con mis experiencias previas, identifico y desarrollo las capacidades físicas como la velocidad, además de fortalecer habilidades básicas de movimiento y la capacidad coordinativa.

IMPLEMENTACION :
Tubalus

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
1. Saludo inicial por parte del docente a los estudiantes, indicación del buen uso del camerino y agilidad al momento de cambiarse y guardar los objetos personales. 2. Llamado a lista. 3. Explicación de las dinámicas y el objetivo de la sesión de clase. 4. Movimiento articular y estiramiento.

TIEMPO
25 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. Burbujas, en esta actividad los estudiantes cogidos del borde de la piscina, deberán realizar inmersiones procurando tocar el piso de la piscina, teniendo un control respiratorio de inhalación por la boca y exhalación por la nariz. Este ejercicio será repetitivo y consecutivo. 2. Perrito. En la piscina de familiarización los estudiantes deberán realizar . Los estudiantes utilizando el elemento de apoyo “gusano” debajo de los brazos, deberán buscar una posición horizontal mostrando estabilidad y seguridad, realizara propulsión con patada alterna, y brazada de vadeo dinámico, a la vez. 3. Vadeo dinámico. En la piscina de familiarización el estudiante deberá realizar propulsión de patada alterna y brazada de vadeo dinámico a lo largo de la piscina sin utilizar material de apoyo. 4. Burbujas, en esta actividad los estudiantes realizaran las burbujas como medio de recuperación de la actividad realizada.

TIEMPO
75 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
En el reto los estudiantes deberán estar en la piscina olímpica, cogidos del borde uno por uno y con el apoyo del profe los estudiantes realizarán vadeo dinámico desde el borde hasta el separador realizando un desplazamiento a lo ancho del carril.

TIEMPO
10 minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
1. interacción con los estudiantes de su percepción y gusto por las actividades. 2. Retroalimentación de los conceptos vistos en clase. 3. Paso a los camerinos para el cambio.

TIEMPO
15 minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. RAFAEL URIBE URIBE			Nombre Instructor: BRAYAN SNEYDER SANTOS NIÑO	
2. Fecha:	2022-06-02	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,13:00:00,15:00:00	6. Nº de Sesion: 11	9. Nº de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1014484260	EDWIN JESIT ATENCIO	Asistio
1220214436	ANA VALENTINA CIFUENTES	Asistio
1140925675	MARIA JOSE CADENA	Asistio
1023398982	CHRISTOPHER MATEO DURAN	Asistio
1014484261	MIGUEL ANGEL ATENCIO	Asistio
1025547859	ANGEL DANIEL ARENAS	Asistio
1031143645	HANNA MICHELL QUINTERO	Asistio
1031155465	SHARIK SOFIA FLOREZ	Asistio
1140926048	JULIAN MATIAS FORERO	Asistio
1025551793	SAMUEL MAHECHA	No asistio
1010844269	ANA SOFIA PINILLA	Asistio
1102868021	JULIAN ANDRES BERTEL	No asistio
1029291823	NICOLAS STIVEN BERNAL	Asistio