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:	2022-08-11	4. HORA:	Jueves,15:00:00,17:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	8
7. LOCALIDAD:	Tunjuelito	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	6	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Exploro posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario en el medio acuático

COGNITIVA :
Identifico las posibilidades que dan los movimientos y combinaciones con elementos y sin ellos para adaptarme a un medio acuático.

PSICOSOCIAL :
Reconocer la importancia de utilizar un lenguaje adecuado con sus compañeros y docente.

LUDICA :
Identifico a mis compañeros como integrantes fundamentales de las actividades recreativas, 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 :
Tabla gusano aros colchonetas

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
• Inicio Actividad • Bienvenida • Himnos – Nacional y Bogotá • Palabras Gerente Proyecto Alejandro Gonzales • Paso estudiantes piscina recreativa – calentamiento acua rumba • Distribución por estaciones

TIEMPO
25 minutos

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
1. El arco del triunfo Ingresar saltando desde el borde de la piscina. Desplazarse realizando patada alterna en posición dorsal torpedo llevando un gusano de espuma en las manos formando un arco sobre el cuerpo hasta el punto indicado por el formador. Variantes del formador. 2. Buceador Ingresar saltando a la piscna. Pasar por los aros sumergibles Manteniendo el control respiratorio. 3. Barcos piratas Sentados sobre colchonetas, los estudiantes deben llevar un elemento de un lado al otro de la piscina realizando remadas y patada alterna. 4. Avanzo sin parar Desplazarse realizando cambios de posición de ventral a dorsal con apoyo móvil, gusano o tabla, luego pasar por la escalera de agilidad según indicaciones del formador

TIEMPO
75 minutos

RETO :
ACTIVIDADES
Se organizan dos equipos, cada uno con una colchoneta. Deberán llevar de un lado a otro sobre la colchoneta, uno a uno los integrantes del equipo

TIEMPO
15 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:	2022-08-11	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Tunjuelito	
3. Hora:	Jueves,15:00:00,17:00:00	6. Nº de Sesion: 8	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	NATACIÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1025544110	BRAYAN ANDRES RIOS	No asistio
1029284930	BREINER DANIEL VILLABONA	No asistio
1033736194	MARLON SANTIAGO AGUILLON	No asistio
1044643060	YALENA BILBAO	No asistio