PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MONTEBELLO (IED) (MONTEBELLO)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**KATHERYN LIZETH DIAZ ROJAS**
3. FECHA:	2024-04-02	4. HORA:	Martes,13:30:00,15:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	14
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. Nº DE SEMANA:	9
8. ZONA:	4	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Manejo múltiples formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, en el centro de interés natacion.

COGNITIVA :
Respeto las normas y acuerdos para mejorar el trabajo en clase en el centro de interés natación.

PSICOSOCIAL :
Contempló, el deporte como herramienta base para mi proyecto personal, formando disciplina, hábitos de vida saludable y habilidades para la vida.

LUDICA :
Muestro interés por interaccionar con mis compañeros y fortalecer el trabajo en equipo.

TEMA :
Desplazamientos y propulsiones.

SUBTEMAS :
Cambio de posicion ventral a dorsal.

IMPLEMENTACION :
TABLAS

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Recibimiento (Cambio de indumentaria y preparación adecuada para entrar al agua). Toma de asistencia. Movilidad articular y calentamiento.

TIEMPO
15 MIN

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Tanto en tierra como en agua por medio de juegos dirigidos por la formadora. Relevos: luego de la conformación de dos equipos la formadora explica las reglas y se realizan rondas con formas de desplazamientos básicos diferentes para cada una. Estimulando igualmente la coordinación viso manual y viso pedica. Finalmente se realizarán circuitos que permitan evidenciar las habilidades básicas de desplazamiento y practicar y corregir el ajuste corporal realizando posturas propias de adaptación en el agua. Para los estudiantes que por motivos externos no puedan participar en el agua durante la sesión, se propone una actividad didáctica complementaria que consiste en llevar un diario de campo para registrar con dibujos y descripciones personales lo que se observa en la sesión, aportándoles herramientas graficas que les permitan reconocer el trabajo en clase y poder mantenerse al día en cuanto a conceptos y posteriormente sea mas sencilla y clara la practica. Además del apoyo en la clase realizando reflexiones y observaciones respecto a las actividades.

TIEMPO
80 MIN

RETO :
ACTIVIDADES
Evidenciar en un desplazamiento cambios de postura, control respiratorio y dominio corporal.

TIEMPO
10 MIN

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma, estiramiento y reflexión acerca del comportamiento en clase y elementos desarrollados en la misma. Fase de preguntas y respuestas.

TIEMPO
15 MIN

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. MONTEBELLO			Nombre Instructor: KATHERYN LIZETH DIAZ ROJAS	
2. Fecha:	2024-04-02	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,13:30:00,15:30:00	6. Nº de Sesion: 14	9. Nº de Semana: 9	
4. Grupo:	NATACIÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1016723300	Maria Alejandra Lizarazo	No asistio
1028670226	Julieth Andrea Aldana	Asistio
1034668699	Linda Salome Leon	Asistio
1016732453	Dylan Esteban Gaviria	No asistio
1028669219	Bryan Felipe Tabares	Asistio
1023934315	Ana Maria Rodriguez	Asistio
1065004140	Ana Sofia Mendoza	Asistio
1016726740	Sara Nicolle Espitia	No asistio
1028667290	Yeison Steven Tabares	Asistio
1028620447	Luis Miguel Rivas	Asistio
1016722570	Sara Juliana Moreno	No asistio
1016722651	Lina Adaluz Duran	Asistio
1028682093	Manuel David Guerrero	Asistio