PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO INSTITUTO TECNICO LAUREANO GOMEZ (IED) (LAUREANO GOMEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**MARIA CONSUELO MARTINEZ CAMACHO**
3. FECHA:	2024-06-05	4. HORA:	Miercoles,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	3
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	2
8. ZONA:	2	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Realizo ejercicios y desplazamientos adecuados con seguridad y eficacia dentro y fuera del medio acuático.

COGNITIVA :
Identifico y comprendo las características (raza, color, sexo) respetando las diferencias.

PSICOSOCIAL :
me reconozco como miembro de la sociedad.

LUDICA :
Reconozco el valor del juego como elemento socializador y democratizador.

TEMA :
Conocer, aplicar, y controlar en forma global y segmentaria, movimientos corporales que se utilizan en desplazamientos dentro y fuera del agua, la manipulación de objetos y otros.

SUBTEMAS :
Potenciar los patrones básicos de movimiento.

IMPLEMENTACION :
piscina,gusanos,tablas.

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
saludo bienvenida, retroalimentación de lo visto en clase, recordar normas del CEFE y los implementos adecuados para la clase, llamado a lista.

TIEMPO
15min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Afianzar el control respiratorio. Sensibilizo la mecánica respiratoria. Perfecciono los ejercicios de mecánica respiratoria. Realizo (Juego y lúdica funcional,) desplazamientos, bípedos, cuadrúpedos, dentro del agua involucrando el juego Ejecuto apneas y control respiratorio boca-nariz ,en la realización inmersiones parciales.

TIEMPO
60min

RETO :
ACTIVIDADES
realizar 10 ciclos respiratorios caminando a lo ancho de la piscina infantil.

TIEMPO
20min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
despedida, recordar que es necesario traer a la clase una botella con agua para la hidratación.

TIEMPO
15min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: MARIA CONSUELO MARTINEZ CAMACHO	
2. Fecha:	2024-06-05	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Miercoles,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 3	9. Nº de Semana: 2	
4. Grupo:	NATACIÓN 4		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
6365993	MARIANGEL VICTORIA ESPINOZA	Asistio
1027536637	ANGEL DAVID ESPITIA	Asistio
1013148283	EMILY GABRIELA FLOREZ	Asistio
N37884892651	MARIA FERNANDA GOMEZ	Asistio
1141131754	MELANIE MOLINA	Asistio
1032944474	EMILY ALEJANDRA PEÑA	Asistio
1022427967	SAMUEL DAVID GONZALEZ	Asistio
1031656722	ANA KATERIN MONTENEGRO	Asistio
1141129414	THOMAS VARGAS	Asistio
1014272671	DUVAN SANTIAGO BONILLA	Asistio
1070616009	SARA YISETH CARDENAS	Asistio
1222207136	Daniel Alejandro Molano	Asistio