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:	2024-06-13	4. HORA:	Jueves,12:00:00,14:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	5
7. LOCALIDAD:	Engativa	8. Nº DE SEMANA:	3
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 :
Desarrollar proceso consiente de la tonicidad corporal. Experimento flotaciones ventrales con ayuda de apoyos fijos y móviles

IMPLEMENTACION :
sumergibles, 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
20min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
controlo la tonicidad corporal y la aprovecho para efectuar flotaciones ventrales Integro en los ejercicios apoyos tanto fijos como móviles. Ejecuto apneas y control respiratorio por boca-nariz de manera controlada en la realización de inmersiones parciales

TIEMPO
60min

RETO :
ACTIVIDADES
realizando estrellita una de las posiciones básicas el que mas tiempo demore en posición ventral.

TIEMPO
15min

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

TIEMPO
10min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. LAUREANO GOMEZ			Nombre Instructor: MARIA CONSUELO MARTINEZ CAMACHO	
2. Fecha:	2024-06-13	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Engativa	
3. Hora:	Jueves,12:00:00,14:00:00	6. Nº de Sesion: 5	9. Nº de Semana: 3	
4. Grupo:	NATACIÓN 2		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1146132068	SARA GUIO	Asistio
1028951212	DAVID SANTIAGO JOYA	Asistio
1028952888	MAYRA VALENTINA PABON	Asistio
N37664930786	NAOMI NICOLE SIFONTES	Asistio
1032944603	JUAN JOSE LUNA	Asistio
1032944400	DIANA GABRIELA ORJUELA	Asistio
1016962533	ISABELA CASTAÑO	Asistio