PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO GERARDO PAREDES (IED) (GERARDO PAREDES MARTINEZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	**MARIA CONSUELO MARTINEZ CAMACHO**
3. FECHA:	2024-11-07	4. HORA:	Jueves,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	15
7. LOCALIDAD:	Suba	8. Nº DE SEMANA:	7
8. ZONA:	1	9. CICLO:	

DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO

MOTRÍZ :
Manejo fundamentos básicos de movimiento en diversas situaciones y contextos.

COGNITIVA :
Reconozco y utilizo técnicas fundamentales para el buen desempeño en el medio acuático.

PSICOSOCIAL :
"INCLUSION Y DIFERENCIA"

LUDICA :
Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.

TEMA :
Identificar y valorar la importancia del autocuidado, el cumplimiento de normas de comportamiento y la relación con las personas y el entorno.

SUBTEMAS :
Realizo deslizamientos sub acuáticos en posición dorsal, ventral y lateral con control respiratorio.

IMPLEMENTACION :
pull-buoy, tablas

FASES

FASE INICIAL :
ACTIVIDADES
Bienvenida, charla sobre el centro de interés los componentes sociales, la disciplina , el comportamiento durante el desplazamiento en el parque CEFE cometas, uso de los baños, casilleros, clase de vestidos de baño, implementos necesarios para la practica. recordar que no se puede acceder a la piscina con collares, aretes, pulseras, anillos y elementos que pongan en peligro a nadie. recordar que debemos ser felices. Llamado a lista.

TIEMPO
10min

FASE CENTRAL :
ACTIVIDADES
Configuro el esquema y la imagen corporal mediante la coordinación espacio-temporal. Identifico y conozco los segmentos corporales y sensoriales, la flexibilidad y el equilibrio; siendo capaz de ejecutar apneas y respiraciones boca-nariz. Ejecuto movimientos propulsivos alternos dentro del agua incluyendo la acción respiratoria boca-boca.

TIEMPO
60min

RETO :
ACTIVIDADES
entrar en posición clavados desde el partidor y realizar flechita por 50 mts.

TIEMPO
10nin

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma, hidratación, retroalimentación de la visto en clase, recomendaciones generales. preguntas generadoras frente al tema psicosocial realizar un dibujo sobre las diferencias que hay en el grupo de natación y llevarlo la próxima clase. juego dirigido

TIEMPO
10min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. GERARDO PAREDES MARTINEZ			Nombre Instructor: MARIA CONSUELO MARTINEZ CAMACHO	
2. Fecha:	2024-11-07	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Jueves,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 15	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	NATACIÓN 1		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1095486050	SUSAN JULIANA NIÑO	Asistio
1031834162	JUAN ESTEBAN PRADA	Asistio
1028951099	YISED QUINTANA	Asistio
1112383332	YEISMAR DE JESUS CALDERA	Asistio
1031838611	ISABELLA PEREZ	Asistio
1011222971	ANGEL GABRIEL OIDOR	Asistio
1014267566	SAMUEL SANTIAGO GUTIERREZ	Asistio
1141128056	DUBAN SEBASTIAN ARIAS	Asistio
1014272958	SAMUEL MOYA	Asistio
1031832239	MARIA ALEJANDRA COMBITA	Asistio
1031836117	KAROL MICHELL ROMERO	Asistio
1127660183	CAMILO ANDRES MANCILLA	Asistio