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:	2024-11-06	4. HORA:	Miercoles,10:00:00,12:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. Nº DE SESIÓN:	16
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 :
Ejecuto patada alterna de manera técnica en posición dorsal con y sin elemento por 12.5 mts.

IMPLEMENTACION :
pelotas

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
realizo globalidad el estilo espalda por 3 repeticiones

TIEMPO
10min

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma, hidratación, retroalimentación de la visto en clase, recomendaciones generales. preguntas generadoras frente al tema psicosocial juego dirigido.

TIEMPO
10min

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. GERARDO PAREDES MARTINEZ			Nombre Instructor: MARIA CONSUELO MARTINEZ CAMACHO	
2. Fecha:	2024-11-06	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Miercoles,10:00:00,12:00:00	6. Nº de Sesion: 16	9. Nº de Semana: 7	
4. Grupo:	NATACIÓN 3		10. Edades:	

TI	NOMBRE	ASISTENCIA
1013129716	Melian Daian Pulido	Asistio
1143233327	ANGIE PAOLA GARCIA	Asistio
1138078626	KEYLA PAOLA RICARDO	Asistio
1014863676	Juan Andres Sierra	Asistio
1031809968	JONNATAN DAVID FRANCO	Asistio
1032512306	ROXIANNYS AILID PEREZ	Asistio
1019046953	MAICOL DAVID RODRIGUEZ	Asistio