

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 1

1.RELACIÓN SESIONES							
NOMBRE	HERNANDO DIAZ URBINA		COORDINADOR	KAROL DAYANA GUIO CARDOZO			
FECHA REVISIÓN	2026-03-23 07:11:54		Mes	Febrero			
IED	SEDE	GRUPO	SESIONES PLANEADAS (HORARIO)	SESIONES EJECUTADAS	SESIONES NO EJECUTADAS	TOTAL PROGRAMADAS	TOTAL EJECUTADAS
COLEGIO MANUELITA SAENZ (I	MANUELITA SAENZ,	1	Jueves,08:00:00,09:30:00 12-19-26 Martes,08:00:00,09:30:00 17-24	12-17-19-24-26		20	20
	MANUELITA SAENZ,	2	Jueves,09:30:00,11:00:00 12-19-26 Martes,09:30:00,11:00:00 17-24	12-17-19-24-26			
	MANUELITA SAENZ,	3	Jueves,13:00:00,14:30:00 12-19-26 Martes,13:00:00,14:30:00 17-24	12-17-19-24-26			
	MANUELITA SAENZ,	4	Jueves,14:30:00,16:00:00 12-19-26 Martes,14:30:00,16:00:00 17-24	12-17-19-24-26			

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 2

1.RELACIÓN SESIONES							
NOMBRE	HERNANDO DIAZ URBINA		COORDINADOR	KAROL DAYANA GUIO CARDOZO			
FECHA REVISIÓN	2026-03-23 07:11:59		Mes	Marzo			
IED	SEDE	GRUPO	SESIONES PLANEADAS (HORARIO)	SESIONES EJECUTADAS	SESIONES NO EJECUTADAS	TOTAL PROGRAMADAS	TOTAL EJECUTADAS
COLEGIO MANUELITA SAENZ (I	MANUELITA SAENZ,	1	Martes,08:00:00,09:30:00 3-10-17-24 Jueves,08:00:00,09:30:00 5-12-19-26	3-5-10-17-19	12	32	20
	MANUELITA SAENZ,	2	Martes,09:30:00,11:00:00 3-10-17-24 Jueves,09:30:00,11:00:00 5-12-19-26	3-5-10-17-19	12		
	MANUELITA SAENZ,	3	Martes,13:00:00,14:30:00 3-10-17-24 Jueves,13:00:00,14:30:00 5-12-19-26	3-5-10-17-19	12		
	MANUELITA SAENZ,	4	Martes,14:30:00,16:00:00 3-10-17-24 Jueves,14:30:00,16:00:00 5-12-19-26	3-5-10-17-19	12		
FECHA - HORARIO	2026-03-02 (11:00:00 - 13:00:00)		TEMA	REUNIÓN OPERATIVA PROGRAMACIÓN Y ACTIVIDADES NATACIÓN			
FECHA - HORARIO	2026-03-09 (19:00:00 - 20:00:00)		TEMA	REUNIÓN SEMANAL PROGRAMACIÓN Y REVISIÓN CI NATACIÓN JEC			
FECHA - HORARIO	2026-03-16 (09:00:00 - 12:00:00)		TEMA	REUNIÓN ACCIDENTALIDAD Y ENTREGA DE INFORMES FORMADORES			

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 3

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-12	4. HORA:	Jueves,08:00:00,09:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 :

Fortalecer la importancia de la empatía en los NNAJ de los Centros de Interés, fomentando relaciones interpersonales saludables y la convivencia pacífica.

LUDICA :

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

TEMA :

Realizo la globalidad del estilo espalda y libre de forma fluida y controlada.

SUBTEMAS :

Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia, velocidad)

IMPLEMENTACION :

Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Saludo a los niños. Verificación de grupo. Preguntas de repaso de las clases anteriores Acerca de los materiales y espacio Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. EMPATÍA: Comprender, respetar y acompañar las emociones de los demás. Presentación de la clase de hoy. Calentamiento. Movilidad articular Diferentes formas de uso de los flotadores de tubo, en posiciones ventral, dorsal, vertical, todo el uso a nivel individual, por parejas y en grupos cada vez más grandes Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA SI SEÑOR, QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar

TIEMPO
20 Minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
Las tareas se realizarán a manera de refuerzo de todo lo visto durante este ciclo. Patadas alternas ventral,dorsal y lateral con y sin apoyo. Patadas alternas con cambios de posición en torpedo. Patadas simultáneas, en torpedo y en equilibrio. Espalda global libre global. Secuencia completa para entradas al agua de cabeza. Correcciones particulares para cada caso. Implementar la respiración lateral para el estilo libre con cambios de posición lateral- ventral, también con diferente coordinación de brazada con y sin elementos

TIEMPO
50 Minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Se realiza el juego de tareas precisas donde los estudiantes deberán realizar una tarea y el que la haga bien va hasta el otro lado de la piscina, el que no lo logre deberá volver a iniciar el recorrido

TIEMPO
10 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma: Mientras los estudiantes flotan y hacen repeticiones con las burbujas se hace la reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.
TIEMPO
10 Minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-12	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,08:00:00,09:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016740252	JUSTIN STIVEN VARGAS			No asistio
1206222420	MARIA JOSE LANDAZURI			No asistio
1021693171	JERONIMO MACHADO			No asistio
1233510659	CARLOS DANIEL BANGUERA			No asistio
1108649695	EYLLIN SAMANTHA OME			No asistio
1011240192	LUCIANA SANTOS			No asistio
1028672289	EILEEN JULIANA RIOS			No asistio
1016743951	ZARAY VICTORIA SANCHEZ			No asistio
1016741637	LUCIANA PARDO			No asistio
1206221091	CRISTOPHER VILLAMIL			No asistio
1111562991	JUAN FELIPE OME			No asistio
N37664679646	VICTORIA SOPHIA HERNANDEZ			No asistio
1220222001	KAROL SOFHIA TINJACA			No asistio
1033813878	LIAN ESTEBAN DAZA			No asistio
1025153117	ANDRES JERONIMO RAMOS			No asistio
1206222828	EVELYN MARTINEZ			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-17	4. HORA:	Martes,08:00:00,09:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 : Fortalecer la importancia de la empatía en los NNAJ de los Centros de Interés, fomentando relaciones interpersonales saludables y la convivencia pacífica.			
LUDICA : Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.			
TEMA : Evaluación del desarrollo de destrezas y habilidades.			
SUBTEMAS : Sincronizar movimientos alternos.			
IMPLEMENTACION : Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo a los niños. Verificación de grupo. Preguntas de repaso de las clases anteriores Acerca de los materiales y espacio Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. EMPATÍA: Comprender, respetar y acompañar las emociones de los demás. Presentación de la clase de hoy. Calentamiento. Movilidad articular Diferentes formas de uso de los flotadores de tubo, en posiciones ventral, dorsal, vertical, todo el uso a nivel individual, por parejas y en grupos cada vez más grandes Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA SI SEÑOR, QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar TIEMPO 20 Minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Por medio de una competencia por puntos se realiza toda la evaluación para que los estudiantes muestren sus habilidades. Patadas alternas ventral, dorsal y lateral con y sin apoyo. Patadas alternas con cambios de posición en torpedo. Patadas simultáneas, en torpedo y en equilibrio. 25 mts Espalda. 25 mts Libre. 30 mts Ventral-Espalda con viraje. Al ganador de cada serie se le dan dos puntos a los demás un punto. Las series siempre se cambian para equilibrar. o dado el caso se hace eliminatoria y finales. TIEMPO 50 Minutos			
RETO : ACTIVIDADES Se realiza el juego de tareas precisas donde los estudiantes deberán realizar una tarea y el que la haga bien va hasta el otro lado de la piscina, el que no lo logre deberá volver a iniciar el recorrido TIEMPO 10 Minutos			

<div><div>FASE FINAL :</div><div>ACTIVIDADES</div><div>Vuelta a la calma: Mientras los estudiantes flotan y hacen repeticiones con las burbujas se hace la reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.</div></div>
<div><div>TIEMPO</div><div>10 Minutos</div></div>

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-17	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,08:00:00,09:30:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016740252	JUSTIN STIVEN VARGAS			Asistio
1206222420	MARIA JOSE LANDAZURI			Asistio
1021693171	JERONIMO MACHADO			Asistio
1233510659	CARLOS DANIEL BANGUERA			Asistio
1108649695	EYLLIN SAMANTHA OME			No asistio
1011240192	LUCIANA SANTOS			Asistio
1028672289	EILEEN JULIANA RIOS			Asistio
1016743951	ZARAY VICTORIA SANCHEZ			Asistio
1016741637	LUCIANA PARDO			Asistio
1206221091	CRISTOPHER VILLAMIL			Asistio
1111562991	JUAN FELIPE OME			No asistio
N37664679646	VICTORIA SOPHIA HERNANDEZ			Asistio
1220222001	KAROL SOFHIA TINJACA			No asistio
1033813878	LIAN ESTEBAN DAZA			Asistio
1025153117	ANDRES JERONIMO RAMOS			Asistio
1206222828	EVELYN MARTINEZ			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-12	4. HORA:	Jueves,09:30:00,11:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 :

Reconocer a los NNJA como sujetos de derechos en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria

LUDICA :

Reconozco el valor del juego como elemento socializador y democratizador.

TEMA :

Realizo flotaciones ventrales con y sin apoyo móvil

SUBTEMAS :

Exploro formas y posibilidades de movimiento

IMPLEMENTACION :

Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo

FASES

FASE INICIAL :

ACTIVIDADES
Saludo a los niños. Presentación del centro de interés, presentación de la clase. Acerca de los materiales y espacio. Acerca de las condiciones médicas. Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial.
RESPECTO: Aclarar el alcance del concepto de respeto. Preguntas de repaso de las clases anteriores Explicación de la clase. Calentamiento. Movilidad articular Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA SI SEÑOR, QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: REBOTANDO REBOTANDO EN LA PUNTA DE LOS PIES, REBOTANDO REBOTANDO AL DERECHO Y AL REVÉS. Se realizan saltos en diferentes formas salto , un pie, dos pies, saltos de tijera, con movimientos de brazos, simultáneos, alternos saltos con zancada y combinación de brazos. Canción "Rebotando rebotando" Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Paso grande, paso pequeño, piernas separadas tocar piso, piernas separadas mano al pie derecho, piernas separadas mano al pie izquierdo, oblicuos de pie, sujetar un pie atrás y cambio, brazos con palanca, brazo por encima mano en el codo y ayudar para atrás, cabeza a los lados con ayuda de mano.

TIEMPO
20 minutos

FASE CENTRAL :

ACTIVIDADES
Refuerzo patadas alternas con y sin elementos, en posiciones ventrales y dorsales. Patadas alternas con cambios de posición con y sin elementos. Para la posición ventral verificar el control respiratorio. Movimientos simultáneos de brazos en posición ventral y dorsal con recobro acuático. Insistir en el control respiratorio para la tarea de alterno de piernas y simultáneo de brazos con recobro acuático

TIEMPO
50 Minutos

RETO :

ACTIVIDADES
Dentro de las actividades se deja un momento para que los estudiantes creen sus propias formas, las mas adecuadas deberán repetirlas los compañeros. El reto se realiza tanto para las tareas individuales como por parejas o en grupos, del mismo modo para las tareas con y sin elementos

TIEMPO
10 Minutos

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Retro alimentación de lo visto. Vuelta a la calma: Desplazamientos en el espacio que se tenga disponible con respiración profunda y con reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Paso grande, paso pequeño, piernas separadas tocar piso, piernas separadas mano al pie derecho, piernas separadas mano al pie izquierdo, oblicuos de pie, sujetar un pie atrás y cambio, brazos con palanca, brazo por encima, cabeza a los lados Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.
TIEMPO
10 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-12	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,09:30:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1023982342	JHOSTIN DAVID DIAZ			No asistio
1021694055	BRITHANY KARYN LARA			No asistio
1028674059	ALAN JERONIMO RODRIGUEZ			No asistio
1016745374	HELLEN TATIANA PENAGOS			No asistio
1028899749	JOSEPH ESTEBAN CASTAÑO			No asistio
1028899748	IAN MATIAS CASTAÑO			No asistio
1023982901	JUSTIN SAMUEL OSORIO			No asistio
1010232415	EMILY DANEI RODRIGUEZ			No asistio
1016739739	ANGELY SAMANTA ALFONSO			No asistio
1074819642	EVELYN HERRERA			No asistio
1074826272	JHOAN ANDRES RIOS			No asistio
1023966438	SAMUEL KENAY CASTILLO			No asistio
1023985043	LIA ISABELLA RUIZ			No asistio
1016740844	HAILYN JULIANA OCHOA			No asistio
1019766976	EMANUEL CASTILLO			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:		HERNANDO DIAZ URBINA		
3. FECHA:		2026-03-17	4. HORA:		Martes,09:30:00,11:00:00	
5. CENTRO INTERÉS:		NATACIÓN		6. N° DE SESIÓN:		10
7. LOCALIDAD:		San Cristóbal		8. N° DE SEMANA:		5
8. ZONA:		4		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 : Reconocer a los NNJA como sujetos de derechos en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria						
LUDICA : Reconozco el valor del juego como elemento socializador y democratizador.						
TEMA : Evalúo el desarrollo de destrezas y habilidades.						
SUBTEMAS : Exploro formas y posibilidades de movimiento						
IMPLEMENTACION : Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo						
FASES						
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo a los niños. Presentación del centro de interés, presentación de la clase. Acerca de los materiales y espacio. Acerca de las condiciones médicas. Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. RESPETO: Aclarar el alcance del concepto de respeto. Preguntas de repaso de las clases anteriores Explicación de la clase. Calentamiento. Movilidad articular Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA SI SEÑOR, QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: REBOTANDO REBOTANDO EN LA PUNTA DE LOS PIES, REBOTANDO REBOTANDO AL DERECHO Y AL REVÉS. Se realizan saltos en diferentes formas salto , un pie, dos pies, saltos de tijera, con movimientos de brazos, simultáneos, alternos saltos con zancada y combinación de brazos. Canción "Rebotando rebotando" Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Paso grande, paso pequeño, piernas separadas tocar piso, piernas separadas mano al pie derecho, piernas separadas mano al pie izquierdo, oblicuos de pie, sujetar un pie atrás y cambio, brazos con palanca, brazo por encima mano en el codo y ayudar para atrás, cabeza a los lados con ayuda de mano.						
TIEMPO 20 Minutos						
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Apneas. Control respiratorio. Deslizamientos ventrales, dorsales, laterales, con cambios de posición. Patadas alternas con y sin elementos, en posiciones ventrales y dorsales. Patadas alternas ventral, dorsal, con cambios de posición. Para la posición ventral verificar el control respiratorio. Movimientos simultáneos de brazos en posición ventral y dorsal con recobro acuático. Coordinación general de brazos y piernas con las tareas anteriores. Verificar el control respiratorio en las posiciones ventrales. Retroalimentación de todo lo visto en el nivel						
TIEMPO 50 Minutos						
RETO : ACTIVIDADES Preguntas y respuestas: Se hacen preguntas y se asignan puntos por cada respuesta de acuerdo a la clase de hoy. Nombre del profesor?, Primera parte del calentamiento?, Segunda parte del calentamiento?, Tercera parte del calentamiento?, Nombres de alguna de las tareas. Preguntas para pensar						
TIEMPO 10 Minutos						

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Retro alimentación de lo visto. Vuelta a la calma: Desplazamientos en el espacio que se tenga disponible con respiración profunda y con reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Paso grande, paso pequeño, piernas separadas tocar piso, piernas separadas mano al pie derecho, piernas separadas mano al pie izquierdo, oblicuos de pie, sujetar un pie atrás y cambio, brazos con palanca, brazo por encima, cabeza a los lados Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.
TIEMPO
10 Minutos

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-17	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,09:30:00,11:00:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 2		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1023982342	JHOSTIN DAVID DIAZ			Asistio
1021694055	BRITHANY KARYN LARA			Asistio
1028674059	ALAN JERONIMO RODRIGUEZ			Asistio
1016745374	HELLEN TATIANA PENAGOS			Asistio
1028899749	JOSEPH ESTEBAN CASTAÑO			Asistio
1028899748	IAN MATIAS CASTAÑO			Asistio
1023982901	JUSTIN SAMUEL OSORIO			Asistio
1010232415	EMILY DANEI RODRIGUEZ			Asistio
1016739739	ANGELY SAMANTA ALFONSO			Asistio
1074819642	EVELYN HERRERA			Asistio
1074826272	JHOAN ANDRES RIOS			Asistio
1023966438	SAMUEL KENAY CASTILLO			Asistio
1023985043	LIA ISABELLA RUIZ			No asistio
1016740844	HAILYN JULIANA OCHOA			No asistio
1019766976	EMANUEL CASTILLO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-12	4. HORA:	Jueves,13:00:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 : Fortalecer la importancia de la empatía en los NNAJ de los Centros de Interés, fomentando relaciones interpersonales saludables y la convivencia pacífica.			
LUDICA : Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.			
TEMA : Realizo la globalidad del estilo espalda y libre de forma fluida y controlada.			
SUBTEMAS : Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia, velocidad)			
IMPLEMENTACION : Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo a los niños. Verificación de grupo. Preguntas de repaso de las clases anteriores Acerca de los materiales y espacio Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. EMPATÍA: Comprender, respetar y acompañar las emociones de los demás. Presentación de la clase de hoy. Calentamiento. Movilidad articular Diferentes formas de uso de los flotadores de tubo, en posiciones ventral, dorsal, vertical, todo el uso a nivel individual, por parejas y en grupos cada vez más grandes Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar TIEMPO 20 Minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Las tareas se realizarán a manera de refuerzo de todo lo visto durante este ciclo. Patadas alternas ventral,dorsal y lateral con y sin apoyo. Patadas alternas con cambios de posición en torpedo. Patadas simultáneas, en torpedo y en equilibrio. Espalda global libre global. Secuencia completa para entradas al agua de cabeza. Correcciones particulares para cada caso. Implementar la respiración lateral para el estilo libre con cambios de posición lateral- ventral, también con diferente coordinación de brazada con y sin elementos TIEMPO 50 Minutos			
RETO : ACTIVIDADES Se realiza el juego de tareas precisas donde los estudiantes deberán realizar una tarea y el que la haga bien va hasta el otro lado de la piscina, el que no lo logre deberá volver a iniciar el recorrido TIEMPO 10 Minutos			

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma: Mientras los estudiantes flotan y hacen repeticiones con las burbujas se hace la reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.
TIEMPO
10 Minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-12	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,13:00:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016740707	SHARON CAMILA BARBOSA			No asistio

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-17	4. HORA:	Martes,13:00:00,14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 : Fortalecer la importancia de la empatía en los NNAJ de los Centros de Interés, fomentando relaciones interpersonales saludables y la convivencia pacífica.			
LUDICA : Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.			
TEMA : Evaluación del desarrollo de destrezas y habilidades.			
SUBTEMAS : Sincronizar movimientos alternos.			
IMPLEMENTACION : Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo a los niños. Verificación de grupo. Preguntas de repaso de las clases anteriores Acerca de los materiales y espacio Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. EMPATÍA: Comprender, respetar y acompañar las emociones de los demás. Presentación de la clase de hoy. Calentamiento. Movilidad articular Diferentes formas de uso de los flotadores de tubo, en posiciones ventral, dorsal, vertical, todo el uso a nivel individual, por parejas y en grupos cada vez más grandes Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA SI SEÑOR, QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar TIEMPO 20 Minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Por medio de una competencia por puntos se realiza toda la evaluación para que los estudiantes muestren sus habilidades. Patadas alternas ventral, dorsal y lateral con y sin apoyo. Patadas alternas con cambios de posición en torpedo. Patadas simultáneas, en torpedo y en equilibrio. 25 mts Espalda. 25 mts Libre. 30 mts Ventral-Espalda con viraje. Al ganador de cada serie se le dan dos puntos a los demás un punto. Las series siempre se cambian para equilibrar. o dado el caso se hace eliminatoria y finales. TIEMPO 50 Minutos			
RETO : ACTIVIDADES Se realiza el juego de tareas precisas donde los estudiantes deberán realizar una tarea y el que la haga bien va hasta el otro lado de la piscina, el que no lo logre deberá volver a iniciar el recorrido TIEMPO 10 Minutos			

<div>FASE FINAL :</div> <div>ACTIVIDADES</div> <div>Vuelta a la calma: Mientras los estudiantes flotan y hacen repeticiones con las burbujas se hace la reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.</div>
<div>TIEMPO</div> <div>10 Minutos</div>

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-17	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,13:00:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 3		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016740707	SHARON CAMILA BARBOSA			Asistio
N37665444048	IVANA VICTORIA NAVA			Asistio
1027299240	VALERY ALEJANDRA RODRIGUEZ			Asistio
1034307011	NATALY LORENA LUGO			Asistio
1013146163	CINDY LORENA TIQUE			Asistio
N37666095481	MARIA VICTORIA ROMERO			No asistio
1021693036	MATHIAS SARMIENTO			No asistio
1682582	LIONEL DE JESUS GONZALEZ			Asistio
N37664739443	DIEGO ANDRES NAVA			Asistio
1021691868	SAMUEL DAVID SALAZAR			No asistio
1140931740	SANTIAGO ARCILA			Asistio
6505392	JADENH MIGUEL SUNIAGA			Asistio
1023976120	THOMAS ENCISO			Asistio
1197471433	KAROL JIMENA GUALTERO			Asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-17	4. HORA:	Martes,14:30:00,16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	10
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 : Fortalecer la importancia de la empatía en los NNAJ de los Centros de Interés, fomentando relaciones interpersonales saludables y la convivencia pacífica.			
LUDICA : Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.			
TEMA : Evaluación del desarrollo de destrezas y habilidades.			
SUBTEMAS : Sincronizar movimientos alternos.			
IMPLEMENTACION : Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo a los niños. Verificación de grupo. Preguntas de repaso de las clases anteriores Acerca de los materiales y espacio Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. EMPATÍA: Comprender, respetar y acompañar las emociones de los demás. Presentación de la clase de hoy. Calentamiento. Movilidad articular Diferentes formas de uso de los flotadores de tubo, en posiciones ventral, dorsal, vertical, todo el uso a nivel individual, por parejas y en grupos cada vez más grandes Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA SI SEÑOR, QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar TIEMPO 20 Minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Por medio de una competencia por puntos se realiza toda la evaluación para que los estudiantes muestren sus habilidades. Patadas alternas ventral, dorsal y lateral con y sin apoyo. Patadas alternas con cambios de posición en torpedo. Patadas simultáneas, en torpedo y en equilibrio. 25 mts Espalda. 25 mts Libre. 30 mts Ventral-Espalda con viraje. Al ganador de cada serie se le dan dos puntos a los demás un punto. Las series siempre se cambian para equilibrar. o dado el caso se hace eliminatoria y finales. TIEMPO 50 Minutos			
RETO : ACTIVIDADES Se realiza el juego de tareas precisas donde los estudiantes deberán realizar una tarea y el que la haga bien va hasta el otro lado de la piscina, el que no lo logre deberá volver a iniciar el recorrido TIEMPO 10 Minutos			

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma: Mientras los estudiantes flotan y hacen repeticiones con las burbujas se hace la reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.
TIEMPO
10 Minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-17	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Martes,14:30:00,16:00:00	6. N° de Sesion: 10	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028791828	EMILY ALEJANDRA RODRIGUEZ			No asistio
1016740772	ALAN ALBERTO FRANCIS			No asistio
1050631309	SANTIAGO ALEJANDDDRO RODRIGUEZ			Asistio
1044892	ADRIAN ENRIQUE BLANCO			Asistio
1028728207	MIGUEL ANGEL QUIROGA			No asistio
1016743803	ASHLEY KATHERINE HERNANDEZ			Asistio
1023975918	IAN NICOLAS MORANTES			Asistio
1023980383	DYLAN DAVID MORENO			Asistio
1127166401	TIFANNY SAMARA VELOZA			Asistio
1016741461	MARWIL ANDREY GARZON			Asistio
1016741063	ISABELLA RUIZ			Asistio
1028671381	EDWIN DAVID GOMEZ			No asistio
1023966400	ISABELLA GIRALDO			Asistio
5839847	SANTIAGO ELIAS ESCALONA			No asistio

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) (MANUELITA SAENZ)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	HERNANDO DIAZ URBINA
3. FECHA:	2026-03-12	4. HORA:	Jueves, 14:30:00, 16:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	9
7. LOCALIDAD:	San Cristóbal	8. N° DE SEMANA:	5
8. ZONA:	4	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 : Fortalecer la importancia de la empatía en los NNAJ de los Centros de Interés, fomentando relaciones interpersonales saludables y la convivencia pacífica.			
LUDICA : Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.			
TEMA : Realizo la globalidad del estilo espalda y libre de forma fluida y controlada.			
SUBTEMAS : Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia, velocidad)			
IMPLEMENTACION : Atuendo adecuado para la práctica de natación. Hidratación, agua en recipiente plástico. Espacio. Piscina adecuada para el trabajo con ciclo 2 Materiales flotantes de apoyo			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Saludo a los niños. Verificación de grupo. Preguntas de repaso de las clases anteriores Acerca de los materiales y espacio Expectativas del grupo, solución de dudas. Recomendaciones generales en cuanto a indumentaria, espacio, materiales, hidratación. Trabajo de componente psicosocial. EMPATÍA: Comprender, respetar y acompañar las emociones de los demás. Presentación de la clase de hoy. Calentamiento. Movilidad articular Diferentes formas de uso de los flotadores de tubo, en posiciones ventral, dorsal, vertical, todo el uso a nivel individual, por parejas y en grupos cada vez más grandes Canción: QUE LE GUSTA LA PACHANGA COMO NO, A MOVER...la cabeza, (Cada segmento empezando por la cabeza y terminando en las piernas) uh, ah, uh, ah, uh, ah, ah. Activación. Canción: LA BALLENA JAH JAH ERA UNA BALLENA GORDA GORDA QUE PARA EL MUNDO CONQUISTAR LA BALLENA APRENDIÓ A : (Trotar, saltar, elevar rodillas, ranas, flotaciones, etc) Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar TIEMPO 20 Minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Las tareas se realizarán a manera de refuerzo de todo lo visto durante este ciclo. Patadas alternas ventral,dorsal y lateral con y sin apoyo. Patadas alternas con cambios de posición en torpedo. Patadas simultáneas, en torpedo y en equilibrio. Espalda global libre global. Secuencia completa para entradas al agua de cabeza. Correcciones particulares para cada caso. Implementar la respiración lateral para el estilo libre con cambios de posición lateral- ventral, también con diferente coordinación de brazada con y sin elementos TIEMPO 50 Minutos			
RETO : ACTIVIDADES Se realiza el juego de tareas precisas donde los estudiantes deberán realizar una tarea y el que la haga bien va hasta el otro lado de la piscina, el que no lo logre deberá volver a iniciar el recorrido TIEMPO 10 Minutos			

FASE FINAL :
ACTIVIDADES
Vuelta a la calma: Mientras los estudiantes flotan y hacen repeticiones con las burbujas se hace la reflexión de la ejecución de las tareas a nivel personal, qué se dificultó, qué se facilitó qué gustó más?. Preguntas generadoras Estiramientos Los estiramientos los realizamos en orden ascendente 15 seg cada segmento. Sujetar un pie con una mano extensión de rodilla. Sujetar los dos pies con cada mano, con las dos piernas separadas y extendidas, luego piernas juntas. Posición de pinza. posición agrupada. Extensión de brazos uno por uno. Con una mano tocar la espalda y con la otra ayudar Retro alimentación de lo visto. Solución de dudas.
TIEMPO
10 Minutos

Reporte Sesion de Clase Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. MANUELITA SAENZ			Nombre Instructor: HERNANDO DIAZ URBINA	
2. Fecha:	2026-03-12	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: San Cristóbal	
3. Hora:	Jueves,14:30:00,16:00:00	6. N° de Sesion: 9	9. N° de Semana: 5	
4. Grupo:	NATACIÓN 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1028791828	EMILY ALEJANDRA RODRIGUEZ			No asistio
1016740772	ALAN ALBERTO FRANCIS			No asistio
1050631309	SANTIAGO ALEJANDDDRO RODRIGUEZ			No asistio
1044892	ADRIAN ENRIQUE BLANCO			No asistio
1028728207	MIGUEL ANGEL QUIROGA			No asistio
1016743803	ASHLEY KATHERINE HERNANDEZ			No asistio
1023975918	IAN NICOLAS MORANTES			No asistio
1023980383	DYLAN DAVID MORENO			No asistio
1127166401	TIFANNY SAMARA VELOZA			No asistio
1016741461	MARWIL ANDREY GARZON			No asistio
1016741063	ISABELLA RUIZ			No asistio
1028671381	EDWIN DAVID GOMEZ			No asistio
1023966400	ISABELLA GIRALDO			No asistio
5839847	SANTIAGO ELIAS ESCALONA			No asistio

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 4

Agregar grupo

Tutorial ?

Grupos

Tutorial ?

Copy

CSV

PDF

Print

Show 10 ▾ entries

Search:

# Grupo	Centro Interés	Ied (Sedes)	Dias Horarios	Escenario	Transporte	Estado
1	NATACIÓN	COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) - MANUELITA SAENZ A.	Martes: 08:00:00-09:30:00 Jueves: 08:00:00-09:30:00	CEFE SAN CRISTOBAL	No	Inhabilitar Editar Subir planeador
2	NATACIÓN	COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) - MANUELITA SAENZ A.	Martes: 09:30:00-11:00:00 Jueves: 09:30:00-11:00:00	CEFE SAN CRISTOBAL	No	Inhabilitar Editar Subir planeador
3	NATACIÓN	COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) - MANUELITA SAENZ A.	Martes: 13:00:00-14:30:00 Jueves: 13:00:00-14:30:00	CEFE SAN CRISTOBAL	No	Inhabilitar Editar Subir planeador
4	NATACIÓN	COLEGIO MANUELITA SAENZ (IED) - MANUELITA SAENZ A.	Martes: 14:30:00-16:00:00 Jueves: 14:30:00-16:00:00	CEFE SAN CRISTOBAL	No	Inhabilitar Editar Subir planeador

Showing 1 to 4 of 4 entries

Previous

1

Next

Grupos inhabilitados

Tutorial ?

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 5

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA								
CENTRO DE INTERÉS NATACIÓN								
MALLA CURRICULAR CICLO 1								
ADAPTACIÓN 1 - EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL						Familiarizar a los escolares con el medio acuático, normas y buen uso del espacio en miras alcanzar seguridad y confianza en la realización de las habilidades básicas a ejecutar y el buen comportamiento en la piscina.		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ:	Exploro formas básicas del movimiento y sus combinaciones en el medio acuático	
						DIMENSIÓN LÚDICA:	Resuelvo las diversas situaciones que se presentan en las actividades recreativas que se desarrollan en el centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA :	Identifico las diferentes habilidades básica tales como flotaciones ventrales, dorsales con desplazamientos controlando su respiración y control corporal	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
1	1	Propiciar espacios de participación ciudadana en los estudiantes como actores principales del proceso de formación deportiva en el centro de interés.	Establecer la participación familiar en el proceso de aprendizaje del estudiante en el proyecto jornada escolar complementaria	Reconocer a los NNJA como sujetos de derechos en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria	Identificar los derechos y deberes de los NNJA	Crear conciencia corporal en el medio acuático y fuera del mismo	Tomo conciencia corporal, familiarización y descubrimiento del medio acuático.	Escucho y comprendo las reglas y normas de jornada escolar complementaria Reconozco de las instalaciones, Reglas y normas básicas para el ingreso al agua Cuido mi presentación personal y el entorno Realizo entradas y salidas de seguridad, desplazamientos bípedos con apoyo y sin apoyo
	2					Participar en los test de medición antropométricas	Valoro a los estudiantes con los test de medición antropométricas	Participo en la toma de test antropométricos: 2. Peso, talla, envergadura, trasverso de mano y pie, longitud de mano y de pie 3. Test de flotación vertical 4. Test de flotación ventral y dorsal 5. Test de velocidad 6. Test subacuático 7. Toma de test antropométrico
2	3					Participar en los test de medición antropométricas	Valoro a los estudiantes con los test específicos en el agua	Participo en las pruebas según establezcan los gestores del centro de interés.
	4					Explorar las posibilidades de movimiento que ofrece el medio acuático	Exploro las posibilidades de movimiento en el medio acuático	Realizo entradas y salidas de seguridad, control respiratorio Ejecuto habilidades motrices básicas con Desplazamientos con apoyos plantares Realizo desplazamientos frontales, laterales en posición bípeda, saltos pequeños estáticos y dinámicos. Participo en los juegos de familiarización propuestos en mi clase Controlo mi respiración y las inmersiones cortas Realizo desplazamientos con inmersiones Ejecuto disequilibrios disminuyendo los apoyos plantares Desarrollo ajuste postural en posición bípeda.
3	5					Reconocer el esquema corporal para el trabajo en el medio acuático	Exploro y experimento las posibilidades de movimiento que ofrece el medio acuático	Experimento las fases del control respiratorio Reconozco apneas voluntarias cortas Descubro las inmersiones como control respiratorio Exploro desplazamientos suprimiendo los apoyos plantares.
	6					Conocer y desarrollar la imagen corporal (esquema corporal)	Experimento las fases del control respiratorio	Realizo apneas voluntarias cortas Implemento inmersiones con apoyo planta con y sin desplazamiento Ejecuto ciclos respiratorios Boca-boca / Boca - nariz Comprendo el proceso respiratorio de inhalación (boca) y exhalación (boca o nariz).
4	7					Conocer y explorar la imagen corporal (esquema corporal)	Experimento las fases del control respiratorio	Desarrollo actividades que me permiten relacionarme con el fondo: Inmersiones parciales y totales con y sin apoyo Exploro el control respiratorio con la apnea Exploro desplazamientos autónomos con formas jugadas Abandono progresivamente de cualquier tipo de apoyo
	8					Afianzar el control respiratorio	Experimento las fases del control respiratorio	Descubro la capacidad de flotación con formas jugadas Controlo mi tono muscular Experimento disequilibrio y equilibrio con y sin desplazamientos Participo en formas jugadas para el descubrimiento autónomo de la flotación.
5	9					Integrar el control tónico con el ajuste corporal (esquema corporal)	Realizo disequilibrios y flotaciones	Controlo los ciclos respiratorios Tengo confianza y seguridad en la realización de los ejercicios Realizo ejercicios con relajación muscular Controlo el ajuste postural
	10					Mejorar el control tónico, ajuste postural e imagen corporal (esquema corporal)	Experimento la flotación ventral con apoyos	Ejecuto disequilibrios consientes Controlo los ciclos respiratorios Propongo y ejecuto ejercicios de habilidades básicas reconozco las posiciones básicas: Agrupado, estrella, torpedo, equilibrio y flecha
6	11					Conocer y entender el concepto corporal e independencia segmentaria	Ejecuto diversas formas de flotación ventral con apoyos	Realizo ejercicios con seguridad Afianzo el control respiratorio Identifico las posiciones básicas: Agrupado, estrella, torpedo, equilibrio y flecha Afianzo el ajuste postural
	12					Explorar diferentes opciones de direcciones temporales y específicas	Transfiero el aprendizaje de la flotación ventral sin apoyos	Exploro formas jugadas para el descubrimiento autónomo de la flotación. Mantengo la relajación muscular en la ejecución de los ejercicios Exploro nuevas formas de interactuar con el medio acuático Fortalezco la seguridad y confianza en el medio acuático
7	13					Consolidar el control tónico y Direccionalidad	Experimento la flotación dorsal con apoyos	Reconozco los disequilibrios consientes Depuro el control respiratorio. Desarrollo nuevas habilidades en el agua Realizo y ejecuto posiciones básicas: Agrupado, estrella, torpedo, equilibrio y flecha
	14					Afianzar el control técnico y ajuste corporal	Ejecuto diversa de la flotación dorsal con apoyos	Exploro cambios de posición de ventral a dorsal Afianzo el control respiratorio Ejecuto posiciones básicas: Agrupado, estrella, torpedo, equilibrio y flecha Fortalezco el ajuste postural
8	15					Mejorar la imagen corporal ajuste postural y la independencia segmentaria	Transfiero el aprendizaje de la flotación dorsal sin apoyos	Realizo cambios de posición de ventral a dorsal Exploro movimientos miembros inferiores y superiores Propongo formas jugadas para descubrir los desplazamientos ventrales y dorsales Exploro inmersiones parciales y totales con desplazamiento asistido
	16					Consolidar el esquema corporal en la realización de diferentes movimientos	Realizo flotaciones en diferentes posiciones descubriendo y experimentando desplazamientos	Reconozco el esquema corporal Afianzo la lateralidad Descubro la alternancia de miembros superiores e inferiores Desarrollo formas jugadas para ejecutar desplazamientos verticales y horizontales
9	17					Afianzar el control técnico y ajuste corporal	Realizo movimientos de miembros inferiores y superiores	Afianzo la alternancia de las extremidades inferiores Realizo simultaneidad Reconozco la lateralidad Comprendo la diferencia entre movimientos alternos y simultáneos.
	18					Utilizar la segmentación corporal para realizar diferentes movimientos	Irradio movimientos de miembros inferiores	Afianzo la alternancia de las extremidades inferiores Descubro la simultaneidad en los movimientos Reconozco la lateralidad en relación al espacio y posición de mi cuerpo Manifiesto la ubicación espacial
10	19					Dominar y realizar los conceptos de esquema corporal y estructuración témporo espacial	Irradio movimientos de miembros superiores	Realizo desplazamientos bípedos sin apoyo de manera segura manteniendo el equilibrio. Demuestro Flotación ventral sin apoyo Demuestro Flotación dorsal sin apoyo
	20					Demostrar y ejecutar los conceptos de esquema corporal y estructuración témporo espacial	Evalúo los avances técnicos logrados por los estudiantes	Controlo los ciclos respiratorios en el medio acuático

Adaptación 2 - EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL		Fortalecer las habilidades acuáticas específicas de la natación para lograr la realización de desplazamientos en diferentes posiciones						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ:	Exploro movimientos corporales globales y segmentarios de brazos y piernas teniendo en cuenta el reconocimiento del cuerpo en el control de la habilidades motrices en el medio acuático.	
						DIMENSIÓN LÚDICA:	Participo en las actividades recreativas individuales y colectivos propuestos en el centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA :	Utilizo adecuadamente las flotaciones y posiciones básicas en la ejecución de desplazamientos y deslizamientos alternos, simultáneos y subacuáticos.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
11	21	Reconocer la importancia de la practica deportiva para la construcción de derechos y cumplimiento de deberes	Integrar el contexto familiar como garantes de derechos y actores principales para el fortalecimiento de entornos protectores	Fortalecer desde la practica deportiva en el centro de interés el derecho a la inclusión, identidad, libre expresión, participación y a la practica deportiva sin ningún tipo de discriminación.	Comprender la importancia de poner en practica el aprendizaje de derechos y deberes en la practica del centro de interés para el crecimiento personal y social.	Descubrir movimientos alternos para los desplazamientos	Experimento movimientos alternos de miembros inferiores en posición ventral	Realizo transferencia tierra - agua Reconozco la mecánica respiratoria Participo en formas jugadas Identifico el esquema corporal
	22					Descubrir movimientos alternos para los desplazamientos	Experimento movimientos alternos de miembros superiores en posición ventral	Realizo transferencia tierra - agua Controlo la mecánica respiratoria Utilizo apoyos móviles para el desplazamiento Exploro los agarres y el empuje
12	23					Experimentar movimientos alternos para los desplazamientos	Ejecuto diversidad de movimientos alternos de miembros inferiores en posición ventral	Ejecuto movimientos con Independencia segmentaria Controlo la mecánica respiratoria Propongo formas jugadas en el desarrollo de la clase Realizo desplazamientos con apoyo móvil
	24					Experimentar movimientos alternos para los desplazamientos	Ejecuto diversidad de movimientos alternos de miembros inferiores en posición ventral	Realizo desplazamientos manteniendo la ubicación témporo-espacial Controlo la mecánica respiratoria Ejecuto movimientos manteniendo una buena coordinación global Identifico la lateralidad en relación a la posición horizontal
13	25					Ejecutar MOVIMIENTOS ALTERNOS- desplazamientos	Transfiero el aprendizaje de movimientos alternos de miembros inferiores y superiores en posición ventral	Ejecuto movimientos alternos que permitan desplazamientos controlados y coordinados. Realizo movimientos con fluidez y mayor control corporal Desarrollo ajuste postural para la realización de los movimientos alternos y simultáneos en posición dorsal.
	26					Ejecutar MOVIMIENTOS ALTERNOS- desplazamientos	Transfiero el aprendizaje de movimientos alternos de miembros inferiores y superiores en posición dorsal	Afianzo cadena cinestésica de movimientos para la ejecución alternancia y simultaneidad. Ajusto la posición corporal en relación al desplazamiento dorsal Afianzo la mecánica respiratoria Mantengo la relajación muscular en la ejecución de los ejercicios Ejecuto movimientos alternos que permitan desplazamientos controlados y coordinados.
14	27					Descubrir MOVIMIENTOS SIMULTÁNEOS - desplazamientos	Experimento movimientos simultáneos de miembros inferiores en posición ventral	Vivencio la transferencia tierra - agua del movimiento Afianzo la mecánica respiratoria para una mejor ejecución del movimiento Realizo desplazamientos con apoyo móvil Identifico el esquema corporal - Abducción-Aducción-Ondulaciones
	28					Descubrir MOVIMIENTOS SIMULTÁNEOS - desplazamientos	Experimento movimientos simultáneos de miembros superiores en posición dorsal.	Identifico las posibilidades de movimiento para el desplazamiento simultáneo. Comprendo la acción motriz que se debe emplear para ejecutar movimientos simultáneos. Afianzo Propriocepción de movimientos simultáneos en MS. Identifico el esquema corporal - Abducción-Aducción.
15	29					Experimentar MOVIMIENTOS SIMULTÁNEOS - desplazamientos	Ejecuto diversidad de movimientos simultáneos de miembros inferiores en posición ventral	Controlo la independencia segmentaria Controlo la mecánica respiratoria para el desplazamiento Propongo formas jugadas Reconozco el esquema corporal en relación al movimiento ondulatorio
	30					Experimentar MOVIMIENTOS SIMULTÁNEOS - desplazamientos	Ejecuto diversidad de movimientos simultáneos de miembros superiores en posición dorsal y lateral	Reconozco las posibilidades de movimiento con mejor control corporal Desarrollo mecánica respiratoria de acuerdo a las posición dorsal y lateral. Identifico y ejecuto los movimientos globales simultáneos en posiciones dorsal y lateral. Desarrollo la percepción de tiempo y espacio (lateralidad).
16	31					Ejecutar MOVIMIENTOS SIMULTÁNEOS - desplazamientos	Realizo movimientos simultáneos y alternos de miembros inferiores y superiores en posición ventral, dorsal y lateral	Realizo cambios de ventral a dorsal en posiciones básicas: torped, equilibrio y flecha. Ejecuto ciclos respiratorios en concordancia con movimientos simultáneos y alternos en posiciones ventral, dorsal y lateral. Coordino la globalidad en movimientos simultáneos y alternos de miembros superiores e inferiores, en posiciones ventral, dorsal y lateral. Ejecuto ubicación espacial en relación al desplazamiento horizontal.
	32					Ejecutar MOVIMIENTOS SIMULTÁNEOS - desplazamientos	Realizo movimientos simultáneos y alternos de miembros inferiores y superiores en posición ventral, dorsal y lateral para el desplazamiento	Depuro la mecánica respiratoria con relación a movimientos alternos y simultáneos. Coordino movimientos alternos y simultáneos en miembros inferiores y superiores. Exploro y asimilo movimientos ondulatorios para el desplazamiento. Realizo desplazamientos sin apoyo en posiciones básicas: torped, equilibrio y flecha, con movimientos alternos y simultáneos.
17	33					Explorar la profundidad y los desplazamientos subacuáticos	Inmersiones totales del cuerpo experimentando desplazamiento subacuático	Vivencio el control respiratorio subacuático Realizo secuencias de movimientos a partir de instrucciones y demostraciones. Realizo desplazamiento con acción de piernas y de brazos para el desplazamiento subacuático Tengo relación con el fondo: Inmersiones parciales y totales con y sin apoyo
	34					Afianzar los DESPLAZAMIENTOS subacuáticos	Deslizamiento y propulsión subacuática	Exploro la fase subacuática Ejecuto movimientos alternos y simultáneos subacuáticos de MS y MI. Identifico los apoyos en el agua Vivencio la apnea y capacidad de bloqueo respiratorio Control respiratorio
18	35					DESPLAZAMIENTOS	Ejecutar cambios en ejes y planos corporales, giros y rollos.	Identifico los planos y ejes corporales Manejo cambios en los ejes y planos corporales (giros y rollos). Domino los esquemas corporales en los cambios de ejes y planos (giros y rollos) Ejecuto la mecánica respiratoria en los cambios de ejes y planos corporales.
	36					DESPLAZAMIENTOS	Ejecutar cambios de dirección en inmersiones.	Desarrollo el ajuste postural para la realización de inmersión. Vivencio cambios de dirección en inmersiones. Discrimino los momentos de inhalación, exhalación y apneas dentro la inmersión. Identifico formas de desplazamiento en inmersión con movimientos alternos y simultáneos de MS y MI.
19	37					DESPLAZAMIENTOS	Transferir las habilidades básicas acuáticas hacia los gestos técnicos	Control y mecánica respiratoria dominante Dominio postural en posición ventral, dorsal y lateral. Reconozco los conceptos técnicos como agarre, empuje, tracción, recobro y deslizamiento. Combino alternancias y simultaneidades de MI-MS
	38					DESPLAZAMIENTOS	Transferir el aprendizaje de desplazamientos ventrales, dorsales y laterales	Depuro ajuste postural realizando desplazamientos en posiciones ventral y dorsal en flecha. Ejecuto desplazamientos con cambios de posición sin elementos, combinando movimientos Identifico el control respiratorio en la ejecución de desplazamientos en posiciones ventrales,
20	39					DESPLAZAMIENTOS	Transferir el aprendizaje de los giros y entradas al agua	Realizo del ajuste postural en la entrada al agua (sentados, arrodillado) borde piscina. Ejecuto cambios de posición en el plano longitudinal (rollos) Ejecuto el ajuste postural después de realizar entradas al agua. Controlo la mecánica respiratoria al realizar los giros y entradas al agua.
	40					DESPLAZAMIENTOS	Evaluar los avances técnicos logrados por los estudiantes	Domino de forma controlada los cambios de posición: ventral, dorsal y lateral. Ejecuto de forma fluida movimientos alternos, simultáneos de MI y MS y ondulaciones ventrales y dorsales Realizo desplazamiento ventral con acción de miembros superiores e inferiores con control respiratorio por 10 mts. Realizar desplazamiento con movimientos alternos en posición dorsal con acción de miembros superiores e inferiores con control respiratorio por 12.5 mts

PRE ESTILOS ALTERNOS - EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL					Ejecutar de manera global los estilos alternos, libre y espalda, con sus elementos técnicos.			
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ:	Exploro movimientos corporales globales y segmentarios de brazos y piernas teniendo en cuenta el reconocimiento del cuerpo en el control de la habilidades motrices en el medio acuático.		
					DIMENSIÓN LÚDICA:	Participo en las actividades recreativas individuales y colectivos propuestos en el centro de interés.		
					DIMENSIÓN COGNITIVA :	Utilizo adecuadamente las flotaciones y posiciones básicas en la ejecución de desplazamientos y deslizamientos alternos, simultáneos y subacuáticos.		
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
21	41	Implementar la practica deportiva como base fundamental para incentivar hábitos de vida saludable.	Integrar a la familia en la construcción de contextos saludables que favorezcan el crecimiento integral de los estudiantes desde la practica deportiva.	Fomentar el deporte como derecho fundamental en la vida de los estudiantes.	Demostrar los aprendizajes adquiridos en el centro de interés como reconocimiento practico del deporte.	Integrar las acciones perceptivo motrices para el desarrollo de un patrón técnico de la patada alterna	Ajusto mi esquema corporal para los desplazamientos dorsales	Afianzo la postura corporal para la ejecución de la patada alterna Reconozco la patada alterna y sus elementos: ritmo y amplitud Diferencio las posiciones básicas: Torpedo, equilibrio y flecha Controlo la mecánica respiratoria
	42					Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la patada alterna	Identifico la correcta ejecución de patada alterna en posición dorsal y ventral	Fortalezco la coordinación general en MI. Fortalezco los rangos de flexibilidad en miembros inferiores. Identifico la propulsión generada por tren inferior en posición dorsal y ventral Interiorizo el ajuste postural de rodilla y tobillo (extensión de las articulaciones) en desplazamientos ventral y dorsal.
22	43					Fortalecer ajuste corporal para la patada alterna dorsal	Identifico la correcta ejecución de patada alterna en posición dorsal.	Identifico posiciones básicas: equilibrio, torpedo y flecha Reconozco que es la frecuencia de patada Controlo la mecánica respiratoria.
	44					Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la basdada de estilo espalda	Experimento la globalidad de la brazada del estilo espalda.	Ajusto la alineación corporal (cabeza, tronco, extremidades) Identifico las fases acuática y aérea de la brazada en estilo espalda. Coordino los movimientos alternos de miembros superiores. participo y propongo formas jugadas propuestas en clase
23	45					Distnguir las fases de la brazada de espalda global.	Reconozco la mecánica de la globalidad de la brazada del estilo espalda.	Experimento movimientos de avance MS con apoyos en el agua Fortalezco la flexibilidad: trabajo en tierra Afianzo la coordinación en la alternancia de MS. Ejecute movimientos alternos que generen desplazamiento con MS y MI
	46					Fortalecer el ciclo de brazada para el estilo de espalda global.	Fortalezco el desarrollo motriz de la brazada para el estilo espalda.	Depuro la coordinación de la brazada del estilo espalda en fase aérea y acuática. Identifico los momentos de contracción y relajación muscular de la brazada de estilo espalda. Exploro los movimientos técnicos de la brazada del estilo espalda: Sculling, agarre, empuje, recobro. Ejecute la mecánica respiratoria en la fase área de la brazada del estilo espalda.
24	47					Coordinar movimientos de brazada y patada para la ejecución global del estilo espalda global.	Reconozco los movimientos técnicos del estilo global de espalda.	Identifico los movimientos técnicos, rítmicos y fluidos del estilo espalda. Practico movimientos que generen propulsión mediante agarres, empujes y tracción. Ejecute la coordinación necesaria para desarrollar el estilo espalda global. Reconozco la importancia del manejo de la mecánica de la respiración en el estilo espalda.
	48					Explorar la salida y viraje de espalda global.	Experimento las fases elementales de la salida y viraje para el estilo espalda.	Reconozco los elementos de la salida (rechazo, deslizamientos subacuáticos). reconozco los elementos de viraje (rollo, rechazo y deslizamiento subacuático). Implemento el ajuste postural hidrodinámico en lo referente a rechazo y deslizamientos (flechita). Mantengo el control respiratorio en la ejecución de los elementos de la salida y viraje.
25	49					Afianzar la salida y viraje de espalda global con ejecución de estilo	Ejecute la salida y viraje de espalda global. Festival infantil de habilidades y destrezas acuáticas.	Desarrollo el ajuste postural en la salida del estilo espalda (posición hidrodinámica). Realizo la salida del estilo espalda identificando las fases reconozco el rechazo de pared como aspecto técnico de las salida y el viraje del estilo espalda. Participo en el juego como herramienta de aprendizaje.
	50					Ejecutar la salida y viraje de espalda global con ejecución de estilo	Transfiero el aprendizaje del estilo de espalda global con salida y viraje. Evaluación.	Reconozco los elementos de salidas y virajes del estilo espalda global. Realizo recorridos por 12 mts del estilo espalda global. Ejecute la salida y el viraje del estilo espalda global. Identifico la importancia de la parte técnica del estilo espalda global.
26	51					Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la patada alterna ventral optima para estilo libre global.	Estabilizo las habilidades básicas, para lograr una óptima postura hidrodinámica para estilo libre global.	Identifico las fases área y acuática de la brazada del estilo libre. Desarrollo del deslizamiento lateral por propulsión de patada alterna. Identifico los movimientos técnicos de la brazada del estilo libre en la fase área y acuática (agarre, empuje tracción y recobro).
	52					Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la patada alterna ventral optima para estilo libre global.	Integro las acciones perceptivo motrices con enfoque hacia el desarrollo de un patrón técnico de libre global.	Ejecute respiración lateral del estilo libre. Identifico los momentos de ejecución de la patada ejecución en posición ventral (extensión, amplitud ,acento). Desarrollo la lateralidad en relación a la posición horizontal. desarrollo la motricidad necesaria para la ejecución de la brazada y patada del estilo libre Mantengo el control respiratorio en el desplazamiento
27	53					Fortalecer ajuste corporal para la patada alterna ventral	Fortalezco el ajuste corporal para el desarrollo de la coordinación del estilo libre.	Identifico los momentos técnicos de la patada del estilo libre (extensión, amplitud y acento) Ejecute los movimientos técnicos de la brazada del estilo libre en la fase área y acuática (agarre, empuje, tracción y recobro). Mantengo la alineación hidrodinámica (cabeza, tronco, cadera, extremidades) Experimento la respiración la respiración lateral y bilateral con relación a la brazada del estilo libre.
	54					Identificar las fases del control respiratorio para estilo libre global.	Consolido la respiración lateral para estilo libre	Identifico los conceptos técnicos de la respiración en el estilo libre. Identifico y ejecuto la respiración la respiración lateral y bilateral con relación a la brazada del estilo libre. Ejecute desplazamiento integrando los aspectos técnicos del estilo libre.
28	55					Distnguir las fases de la brazada de estilo libre global.	Reconozco el ajuste corporal realizando cambios de posición.	Ejecute la coordinación necesaria para la respiración del estilo libre, con relación a la brazada. Ejecute el ajuste postural: Alineación (cabeza, tronco, cadera, extremidades) Depuro la mecánica respiratoria con la brazada propia del estilo libre. Reconozco la importancia de la brazada punto muerto (posición hidrodinámica). Identificar la importancia del ángulo de balanceo lateral - ventral (rólido) cadera y hombros.
	56					Coordinar movimientos de brazada para la ejecución global del estilo libre	Afianzo los movimientos alternos de MS para estilo libre global.	Identifico las fases de la brazada: área y subacuática. fortalezco fase subacuática de la brazada del estilo libre: agarre, empuje tracción. fortalezco la fase área de la brazada del estilo libre: recobro codo en "V". Desarrollo la coordinación brazada - respiración
29	57					Coordinar movimientos de brazada para la ejecución global del estilo libre	Ejecute los movimientos alternos de MS en posición ventral para estilo libre	Coordino movimientos de propulsión de MS y MI. Integro el rólido a la mecánica respiratoria y el desplazamiento. Identifico movimientos alternos que contribuyen a la depuración del empuje en la brazada del estilo libre (sculling). Recupero la posición hidrodinámica antes, durante y después de los ciclos de la brazada para el estilo libre.
	58					Explorar la salida y viraje de espalda global.	Reconozco la salida y viraje de estilo libre global.	reconozco la secuencia de los esquemas corporales en la salida y viraje del estilo libre. Identifico las fases de la salida de estilo libre: posición corporal en partidor, desbalance, fase de vuelo, entrada al agua, deslizamiento. Identifico las fases del viraje del estilo libre: aproximación, viraje, rechazo deslizamiento. Reconozco la importancia de la mecánica respiratoria en el viraje del estilo libre.
30	59					Afianzar la salida y viraje de espalda global con ejecución de estilo	Ejecute cadena de movimientos de la salida y viraje de estilo libre global.	Realizo la globalidad de la salida y viraje de libre. Participo en las actividades lúdicas enfocadas a la salida y viraje del estilo libre. Afianzo la ubicación témporo espacial al momento de realizar la salida y el viraje del estilo libre. Desarrollo la mecánica respiratoria necesaria para la salida y viraje del estilo libre.
	60					Ejecutar la salida y viraje de los estilos alternos en su forma global.	Demuestro los aprendizajes adquiridos en la ejecución de los estilos alternos.	Realizo recorridos del estilo espalda y libre global aplicando conceptos técnicos exigidos en este nivel. Ejecute la globalidad de salidas y virajes para cada estilo. Aplico la mecánica respiratoria propia del estilo libre. Aplico la mecánica respiratoria propia del estilo espalda.

PRE ESTILOS SIMULTÁNEOS - EXPLORACIÓN								
OBJETIVO GENERAL					Ejecutar de manera global los estilos simultáneos, pecho y mariposa, con sus elementos técnicos			
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ:	Realizo movimientos simultáneos de MS y MI, desarrollando el patrón técnico	
						DIMENSIÓN LÚDICA:	Participo en actividades recreativas de acuerdo con mis preferencias en el contexto virtual y/o presencial del centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA :	Identifico los elementos que componen cada estilo simultaneo	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
31	61	Valorar el cuerpo desde la identidad personal como instrumento de interacción social aceptando las diferencias.	Integrar la practica deportiva en el contexto familiar para la adquisición de hábitos de vida saludable en el entorno	Afianzar herramientas y habilidades sociales para el fortalecimiento de las relaciones Interpersonales desde el deporte, su aprendizaje y práctica.	Aplicar los conocimientos aprendidos en el centro de interés como parte de su cotidianidad.	Controlar los movimientos simultáneos de MI para pecho global.	Ejecuto patada simultánea para pecho global.	Identifico el esquema corporal (cabeza, tronco, cadera, posición pies). Propiocepción del movimiento simultáneo, transferencia tierra - agua de la patada Comprendo los segmentos que componen la patada del estilo pecho. Identifico la coordinación necesaria para la ejecución de la patada.
	62					Fortalecer las acciones perceptivo motrices con enfoque hacia el desarrollo simultáneo de MI para ejecución técnica de pecho global.	Realizo ajuste corporal para los desplazamientos ventrales de MI.	Ejecuto el esquema corporal para la realización de la patada del estilo pecho con elemento móvil. Reconozco la importancia de la posición de Dorsiflexión como elemento fundamental de la patada del estilo pecho con apoyo móvil. Identifico la importancia de la simultaneidad en la patada del estilo pecho. Comprendo las fases de la patada del estilo pecho: Dorsiflexión, recobro, apertura, empuje, extensión con apoyo móvil. Interiorizo la Dorsiflexión en la articulación del tobillo. Identifico del movimiento del recobro (flexión de rodilla). Identifica el esquema corporal de la patada de pecho: Amplitud (distanciamiento de tobillos, pies en Dorsiflexión, rodillas juntas) y extensión de la rodilla (abducción del tren inferior y extensión de tobillo). Realizo el gesto técnico de la patada de estilo pecho.
32	63					Transferencia de aprendizajes realizados en tierra al medio acuático.	Transferio el aprendizaje de tierra a agua en MI.	Realizo la Dorsiflexión en la patada del estilo pecho. Ejecuto la segmentación caderas, rodillas, pies. Ejecuto la fase de empuje y deslizamiento posterior a la patada del estilo pecho. Determino los tiempos de ejecución entre cada fase de la patada (ritmo de patada).
	64					Controlar los movimientos simultáneos de MI para pecho global.	Apropio la patada simultánea para pecho global.	Realizo la Dorsiflexión en la patada del estilo pecho. Ejecuto la segmentación caderas, rodillas, pies. Ejecuto la fase de empuje y deslizamiento posterior a la patada del estilo pecho. Determino los tiempos de ejecución entre cada fase de la patada (ritmo de patada).
33	65					Construir la coordinación elemental del estilo pecho.	Afianzo la coordinación para la brazada de estilo pecho global.	Identifico movimientos simultáneos que generen avance, en la brazada del estilo pecho. Comprendo la segmentación de articulación: cervical, de hombro, codo y mano. Identifico las fases de la brazada del estilo pecho: agarre, tracción, recobro y deslizamiento. Identifico el momento de respiración con relación a la brazada.
	66					Asimilo los patrones de movimiento que conforman la brazada del estilo pecho	Elaboro el esquema corporal de la brazada para el estilo pecho.	Ejecuto los movimientos simultáneos que generan el avance en la brazada del estilo pecho. Desarrollo la segmentación de articulación: cervical, de hombro, codo y mano. Desarrollo las fases de la brazada del estilo pecho: agarre, tracción, recobro (brazada corazón) y deslizamiento. Desarrollo de posición hidrodinámica de tren superior para el estilo pecho.
34	67					Dominar y controlar el cuerpo en acciones simultáneas de MI y MS en el estilo pecho	Construyo la coordinación global del estilo pecho con mecánica respiratoria.	Ejecuto la coordinación necesaria para ejecutar los ciclos respiratorios con relación a la brazada de estilo pecho. Afianzo la coordinación necesaria para ejecutar los ciclos respiratorios con relación a la patada de estilo pecho sin apoyo móvil. Desarrollo sinérgicos de las secuencias de movimiento del estilo pecho: brazada, patada, respiro y deslizo. Depurar los movimientos específicos para estilo pecho que se realizan en cada tren: superior e inferior.
	68					Controlar el cuerpo en acciones simultáneas.	Exploro los elementos técnicos de salidas y virajes del estilo pecho.	Identifico ajuste postural en la fase de vuelo para entrada al agua. Identifico la posición hidrodinámica en la fase de subacuática para entrada al agua. Comprendo las fases para realizar la llegada del estilo pecho, (aproximación, toque y vuelta). Reconozco la importancia de la vuelta y el rechazo del estilo pecho.(toque, vuelta, rechazo y deslizamiento) Realizo nado continuo con ejecución global del estilo pecho en 10 mts.
35	69					Consolidar percepción témporo-espacial.	Exploro el nado continuo del estilo pecho identificando las fases técnicas (salida, recorrido, toque, vuelta, recorrido llegada).	Mantengo el control respiratorio en la ejecución del estilo pecho en una distancia de 10 mts. Comprendo la secuencia de movimientos para realizar la salida del estilo pecho. Comprendo la secuencia de movimientos para realizar la vuelta del estilo pecho.
	70					Integrar la cadena sinérgica del movimiento para la ejecución del estilo pecho.	Evaluación y Retroalimentación de la globalidad del estilo de pecho.	Ejecuto la patada del estilo pecho en 10 mts Realizo la brazada del estilo pecho en 10 mts Efectúo control respiratorio con relación a la patada del estilo pecho en 10 mts. Ejecuto nado continuo aplicando la globalidad del estilo pecho en 10 mts.
36	71					Integrar las acciones perceptivo motrices con enfoque hacia el desarrollo de un patrón	Afianzo las ondulaciones en posición ventral lateral y dorsal.	Identifico las ondulaciones en posición ventral, lateral y dorsal. Reconozco la cadena sinérgica de la ondulación.(cabeza, pecho, cadera y pies). Comprendo el ciclo respiratorio con relación a la ondulación. Propongo el juego como medio de integración y aprendizaje.
	72					Dominar el ajuste corporal para optimizar postura hidrodinámica.	Aplico patrones secuenciales de movimiento para para la ejecución de la ondulación del estilo mariposa.	Aplico los ciclos respiratorios con relación a la ondulación Afianzo la patada del fin como parte fundamental del estilo mariposa Desarrollo la coordinación necesaria para la ondulación del estilo mariposa. (retroversión, ante versión de cadera) Aplico los conceptos de fluidez, relajación y ritmo en la ondulación.
37	73					Fortalecer el desarrollo motriz referente a las fases de la brazada del estilo mariposa	Comprendo las fases de la brazada del estilo mariposa (Acuática y recobro).	Identifico la fase acuática de la brazada de estilo de mariposa global. Reconozco los elementos que componen la fase acuática de la brazada del estilo mariposa. (barrido) Reconozco los elementos que componen la fase aérea de la brazada del estilo mariposa. (Recobro) Comprendo la importancia del ciclo respiratorio en el estilo mariposa.
	74					Afianzar las fases de la brazada del estilo mariposa	Exploro las cadenas de movimiento referente a las fases de la brazada del estilo mariposa.	Ejecuto los elementos que componen la fase acuática de la brazada del estilo mariposa. (barrido) Desarrollo los elementos que componen la fase aérea de la brazada del estilo mariposa. (recobro) Diferencio los momentos de tensión y relajación de la brazada para el estilo mariposa. Comprendo la mecánica respiratoria del estilo mariposa.
38	75					Fortalecer el esquema e imagen corporal	Exploro la coordinación para la brazada del estilo mariposa	Realizo la cadena sinérgica del movimiento para la brazada del estilo mariposa. Ejecuto mecánica respiratoria del estilo mariposa. Desarrollo de la brazada del estilo mariposa generando desplazamientos.
	76					Ordenar la secuencia del estilo mariposa global.	Vivenciar la coordinación necesaria para el estilo mariposa global.	Identifico la cadena de movimientos para la ejecución del estilo mariposa. Reconozco la fluidez, relajación y ritmo del estilo mariposa Comprendo la mecánica respiratoria del estilo mariposa. Entiendo y discrimino la patada, brazada, respiración y ondulación en el estilo mariposa global.
39	77					Afianzar la secuencia del estilo mariposa	Identifico la coordinación en la globalidad del estilo mariposa.	Ejecuto la cadena de movimientos para la ejecución del estilo mariposa. Realizo la fluidez, relajación y ritmo del estilo mariposa Integro la mecánica respiratoria del estilo mariposa. Ejecuto la globalidad del estilo mariposa.
	78					Afianzar el ajuste postural al realizar salida del estilo mariposa.	Comprendo la secuencia de movimientos para realizar la salida del estilo mariposa.	Realizo entrada al agua de cabeza desde borde de la piscina. Ejecuto el ajuste corporal en la fase de vuelo de la salida del estilo mariposa en la entrada al agua. Desarrollo de la fase de la ondulación posteriores a la entrada al agua en el estilo mariposa. Realizo la secuencia de movimientos acordes a la salida del estilo mariposa.
40	79					Afianzar el ajuste postural al realizar vuelta del estilo mariposa.	Aplico la secuencia de movimientos para realizar la vuelta del estilo mariposa.	Ejecutar la aproximación y toque del estilo mariposa. Realizo la vuelta y rechazo del estilo mariposa Ejecuto deslizamiento y ondulaciones posteriores al rechazo de pared del estilo mariposa. Depuro la mecánica respiratoria utilizada en la vuelta del estilo mariposa.
	80					Consolidar la globalidad del estilo mariposa.	Evaluación y Retroalimentación de la globalidad del estilo mariposa.	Ejecuto patada del estilo mariposa en una distancia de 10 mts. Realizo brazada del estilo mariposa en una distancia de 10 mts. Depuro la secuencia de nado continuo de la globalidad del estilo mariposa en una distancia de 10 mts. Integro los elementos del estilos mariposa (salida, recorrido, toque, vuelta, recorrido, llegada)

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA								
CENTRO DE INTERÉS NATACIÓN								
MALLA CURRICULAR CICLO 2								
EXPLORACIÓN - ADAPTACIÓN 1								
OBJETIVO GENERAL						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.		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Realizo ejercicios y desplazamientos adecuados con seguridad y eficacia dentro y fuera del medio acuático.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Reconozco el valor del juego como elemento socializador y democratizador.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Identifico y comprendo las características (raza, color, sexo) respetando las diferencias.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑO
1	1	Propiciar espacios de participación ciudadana en los estudiantes como actores principales del proceso de formación deportiva en el centro de interés y que permitan el reconocimiento del papel que cumplen en el proceso de aprendizaje activo, reflexivo y crítico con su realidad.	Motivar la participación del entorno familiar en el proeso de aprendizaje del estudiante en el proyecto jornada escolar complementaria que promueva el reconocimiento de la importancia del proyecto jornada escolar complementaria en la vida de los NNJA			Conocer las reglas y normas que se requieren para desarrollar la actividad acuática.	Transferio los desplazamientos de tierra al medio acuático	Me informo de las generalidades del programa y de los requisitos de aseo y presentación personal. Llego a familiarizarme con el espacio y reconozco el entorno. Realizo los patrones básicos de movimiento en el agua (caminar diferentes direcciones). Acato las medidas de prevención y seguridad acuática.
	2					Caracterizar la población (medidas antropométricas).	Afianzo los ejercicios de transferencia tierra-agua.	Participo en el diagnóstico inicial de locomoción, desplazamientos, capacidades básicas motrices, tono muscular y ritmo. Juego y lúdica funcional. Aprendo a caminar saltar, correr con y sin elemento en el agua,
2	3					Potenciar los patrones básicos de movimiento.	Exploro opciones de movimiento en el medio acuático.	Aplico el diagnóstico inicial de equilibrio y coordinación. Evalúo mi percepción de tiempo y espacio, lateralidad, juego y lúdica funcional. Desarrollo mi locomoción y patrones básicos de movimiento, suspensión, recepciones y lanzamientos dentro del agua. Exploro otras formas de desplazamiento en el agua.
	4					Afianzar el control respiratorio.	Sensibilizo la mecánica respiratoria.	Perfecciono los ejercicios de mecánica respiratoria. Realizo (Juego y lúdica funcional,) desplazamientos, bipedos, cuadrúpedos, dentro del agua involucrando el juego Ejecuto apneas y control respiratorio boca-nariz, en la realización inmersiones parciales.
3	5					Desarrollar proceso consiente de la tonicidad corporal.	Experimento flotaciones ventrales con ayuda de apoyos fijos y móviles	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.
	6					Enfatizar en el control corporal en las flotaciones ventrales de forma autónoma.	Realizo flotaciones ventrales con y sin apoyo móvil	Mejoro mi ajuste corporal, posiciones básicas, relación tensión-relajación, independencia segmentaria Ejecuto avances en las flotaciones ventrales con y sin apoyo móvil, Logro hacer Ejecuto apneas y control respiratorio por boca-nariz de manera controlada altos en inmersiones parciales.
4	7					Afianzar el ajuste y tono corporal.	Ejecuto deslizamientos ventrales.	Ejecuto apneas y control respiratorio por boca-nariz de manera controlada en la realización de inmersiones totales Realizo ajuste corporal segmentario, apoyos y deslizamientos ventrales. Realizo torpedo, equilibrio, estrella, agrupado e hidrodinámica articulada. Realizo apnea y control respiratorio boca-nariz cuando ejecuto las propulsiones.
	8					Favorecer el control segmentario y ajuste corporal.	Irradio la flotación dorsal con elemento.	Logro Independencia motriz, con el control segmentario y ajuste corporal Ajusto mis apoyos, saltos y deslizamientos, el esquema corporal y flotación dorsal con elemento. Mejoro el tono muscular, la posición hidrodinámica, las propulsiones (acción de las piernas en tierra y dentro del agua). Ejecuto los deslizamientos con y sin apoyo involucrando movimientos de miembros inferiores.
5	9					Fortalecer el equilibrio y coordinación.	Vivencio diferentes entradas al agua en piscina semi-olímpica	Adquiero buen ajuste corporal, coordinación y equilibrio Mejoro el bloqueo y control respiratorio boca-nariz, me permitieron aprender diversas técnicas de entrada a la piscina.
	10					Integrar habilidades básicas aprendidas para la ejecución de propulsiones.	Evalúo el desarrollo de destrezas y habilidades.	Integro las habilidades y destrezas aprendidas para efectuar desplazamientos eficientes e incrementar mi seguridad y confianza en el medio acuático. Trabajo en la flexibilidad, fuerza, dominancia y nociones témporo-espaciales, en posición dorsal con o sin apoyo Hago consciencia de mi progreso en las técnicas de natación.
6	11					Perfeccionar los movimientos de estabilización corporal.	Realizo flotación dorsal con y sin apoyo.	Controlo los movimientos de estabilización corporal con mayor eficacia. Realizo flotaciones ventrales y dorsales con y sin apoyo. Realizo torpedo, equilibrio, estrella y flecha, deslizamientos con apoyo, en la ejecución de flotaciones autónomas.
	12					Irradiar elementos que contribuyen al dominio de nociones de duración, y ajuste corporal.	Ejecuto flotaciones ventrales y dorsales, enfatizando en el control y ajuste postural.	Efectúo percepción espacial, equilibrio estático, ajuste corporal, flotación, control respiratorio y recuperación. Refuerzo las nociones de duración y ajuste corporal. Efectúo de manera autónoma, la flotación dorsal con apoyos.
7	13					Fortalecer el desarrollo de la coordinación dinámica–general.	Domino la secuencia de flotación dorsal, ventral y vertical en las diferentes posiciones básicas.	Fortalezco el equilibrio estático y dinámico la lateralidad y dominancia, los cambios de posición, los deslizamientos, los apoyos y recuperaciones. Realizo secuencias de flotación ventral, dorsal y vertical en las posiciones básicas.
	14					Afianzar la acomodación postural y coordinación segmentaria.	Experimento inmersiones parciales, totales y exploración de rollos.	Afianzo la acomodación postural, el orden, la duración, la coordinación y los ritmos segmentarios. Realizo inmersiones parciales en las que efectúo rollos con éxito. Realizo giros, virajes con control respiratorio Realizo desplazamientos subacuáticos, rotación sobre sus ejes en diferentes superficies.
8	15					Construir habilidades coordinativas alternas y simultáneas.	Irradio propulsiones alternas y simultáneas de miembros inferiores y superiores.	Ejecuto de manera autónoma habilidades coordinativas alternas y simultáneas. Mejoro mi ajuste postural, independencia segmentaria, orientación y estructura espacio-temporal Realizo propulsiones en el agua, usando de manera alterna o simultánea mis extremidades superiores e inferiores.
	16					Afianzar la coordinación segmentaria de miembros inferiores.	Realizo movimientos alternos de miembros inferiores con apoyo móvil en posición ventral.	Coordino movimientos de los miembros inferiores para lograr desplazamientos. Ejecuto movimientos coordinados eficazmente de los miembros inferiores, para lograr desplazamientos.
9	17					Afianzar la coordinación y el esquema corporal.	Realizo movimientos alternos de miembros en posición dorsal.	Desarrollo destreza en mi coordinación corporal. Realizo movimientos alternos de miembros MI en posición dorsal.
	18					Dominar el ajuste corporal frente a los cambios de posición.	Realizo movimientos alternos y simultáneos de miembros inferiores en posición lateral con apoyo móvil.	Ante un cambio de postura en el agua, logro hacer los ajustes necesarios para recuperar el control. Adopto la posición lateral, efectuando movimientos propulsores de miembros inferiores. Efectúo movimientos eficaces de manera alterna o simultánea.
10	19					Fortalecer la seguridad y confianza en el agua.	Afianzo entradas al agua en posición hidrodinámica.	Realizo entradas al agua de manera autónoma en posición hidrodinámica Involucro apneas y control respiratorio (boca nariz) en la ejecución de entradas al agua
	20					Evaluar el ajuste postural durante desarrollo de diferentes habilidades acuáticas.	Evalúo el desarrollo de destrezas y habilidades.	Identifico la postura de mi cuerpo y su importancia en la ejecución de desplazamientos y entradas al agua Aplico con eficiencia y eficacia los diferentes contenidos en la ejecución de las diferentes acciones motrices acuáticas propuestas

OBJETIVO GENERAL						Identificar y valorar la importancia del autocuidado, el cumplimiento de normas de comportamiento y la relación con las personas y el entorno.		
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Manejo fundamentos básicos de movimiento en diversas situaciones y contextos.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Reconozco y utilizo técnicas fundamentales para el buen desempeño en el medio acuático.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑO
11	21	Fortalecer los vínculos afectivos y la empatía con los demás desde el aprendizaje de la natación y la participación activa en cada sesión de los estudiantes	Integrar a los padres en el proceso de enseñanza - aprendizaje para que puedan observar como se inician las habilidades acuáticas de sus hijos y de esta manera fortalecer el desarrollo integral del estudiante.	Integrar las dinámicas deportivas en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales dentro de las sesiones de clase como canal de prevención de conductas violentas.	Proyectar los conocimientos aprendidos para la practica diaria	Desarrollar capacidades físicas básicas para mejorar las destrezas acuáticas.	Realizo deslizamientos con ajuste corporal en posición dorsal, ventral y lateral.	Configuro la imagen y el esquema corporal para realizar movimientos con adecuado todo muscular, coordinación y lateralidad Realizo propulsiones con elementos (resistencia), ajuste del esquema corporal. Mantengo el esquema de la mecánica respiratoria y los apoyos de miembros inferiores y superiores.
	22					Mejorar capacidades coordinativas como el equilibrio para desarrollar destrezas acuáticas.	Realizo deslizamientos sub acuáticos en posición dorsal, ventral y lateral con control respiratorio.	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.
12	23					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia).	Domino patada alterna de manera técnica en posición ventral con y sin elemento por 12.5 mts.	Evalúo mi imagen y esquema corporal realizando extensiones máximas corporales de forma coordinada. Mejoro la flotabilidad, balanceo, caída y flexión del miembro inferior mediante la conciencia corporal. Demuestro la ejecución de ciclos de patada con mecánica respiratoria bilateral en posición ventral.
	24					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia).	Ejecuto patada alterna de manera técnica en posición dorsal con y sin elemento por 12.5 mts.	Reconozco mi esquema e imagen corporal realizando extensiones máximas con el propio cuerpo. Desarrollo la conciencia corporal mediante la acción coordinada del balanceo, caída y flexión del miembro inferior. Experimento la ejecución técnica de ciclos de patada con caída y flexión del miembro inferior, mediante la flotación dorsal.
13	25					Construir capacidades físicas para mejorar las destrezas acuáticas(resistencia).	Ejecuto patada alterna de manera técnica en posición lateral con y sin elemento por 12.5 mts.	Efectúo extensiones máximas corporales mediante la consciencia del propio esquema corporal. Ajusto el segmento corporal y la flexibilidad, coordinando la forma de utilizar los apoyos en el agua. Realizo ciclos de patada con mecánica respiratoria, balanceo y flexión del miembro inferior. Demuestro cambios de posición dorsal a lateral y ventral a lateral.
	26					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas(resistencia)	Perfecciono movimientos alternos de miembros inferiores afianzando la estabilización corporal dorsal.	Reconozco mi imagen, esquema y conciencia corporal mediante la coordinación de los movimientos y el equilibrio. Evidencio alineación en la segmentación corporal (cabeza, tronco, extremidades), durante la realización de cambios de posición. Ejecuto cambios de posición dorsal a lateral durante el desplazamiento, manteniendo el ritmo y la frecuencia en la patada.
14	27					Perfeccionar la organización de las estructuras espacio- temporales.	Coordino los elementos de la brazada del estilo espalda.	Demuestro coordinación, percepción témporo-espacial mediante la conciencia, esquema e imagen corporal. Demuestro apoyos, agarres y propulsiones durante la fase acuática de la brazada. Identifico el ciclo de brazada elemental, haciendo énfasis en la fase aérea y el rólido.
	28					Sincronizar los movimientos alternos de miembros inferiores y superiores en función de una secuencia espacio-temporal concreta.	Combindo movimientos alternos de miembros inferiores y superiores.	Manifiesto percepción témporo-espacial, coordinación y conciencia corporal en la interacción con el medio acuático. Realizo ciclos de brazada elemental integrando la mecánica respiratoria y el juego funcional (rólido - flecha torpedo). Efectúo el rólido y los ciclos de brazada elemental con ritmo y alternancia en miembros inferiores.
15	29					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia).	Realizo recorridos de 15 mts en globalidad del estilo espalda de forma fluida y controlada.	Corrijo la alineación de cabeza, tronco y extremidades mediante la conciencia corporal. Reconozco el esquema, imagen y conciencia corporal, la coordinación y la flexibilidad específica. Ejecuto ciclos elementales de brazada y patada combinados incluyendo molinos (flecha torpedo). Desarrollo movimientos de avance con miembros inferiores y superiores.
	30					Coordinar movimientos segmentarios de reflejo para estabilizar patrones básicos témporo - espaciales.	Irradio la globalidad de salida toque y viraje del estilo espalda.	Ejecuto la mecánica respiratoria y la alineación corporal (cabeza, tronco y extremidades) durante los desplazamientos. Observo capacidad de conciencia corporal y coordino el deslizamiento sub acuático dorsal. Realizo rollos adelante y atrás con apoyo de pies, aproximaciones y ondulaciones. Mantengo las posiciones básicas en la salida incluyendo los movimientos de impulso, vuelo, entrada y deslizamiento dorsal.
16	31					Construir capacidades físicas coordinativas para mejorar destrezas acuáticas.	Realizo patada alterna ventral con control respiratorio lateral.	Demuestro coordinación, fuerza, equilibrio, conciencia corporal y mecánica respiratoria. Afianzo la alineación corporal, los cambios de posición lateral-ventral-lateral. Ejecuto el ciclo de brazada vs ciclo de patada, lateralidad, dominancia, brazada elemental y flecha torpedo (molinos).
	32					Construir capacidades coordinativas como el equilibrio para mejorar destrezas acuáticas.	Realizo patada alterna lateral con control respiratorio.	Efectúo extensiones máximas corporales, evidenciando esquema, imagen corporal y coordinación. Manifiesto conciencia corporal, balanceo, flexión miembro inferior, flotabilidad dorsal con ciclos de patada y mecánica respiratoria bilateral.
17	33					Construir capacidades condicionales como la resistencia para mejorar destrezas acuáticas.	Ejecuto ciclos de brazada elemental del estilo libre.	Observo y/o demuestro coordinación y conciencia corporal, esquema e imagen corporal, percepción témporo-espacial, apoyos, propulsiones, agarres, fase acuática en la brazada, fase aérea de la brazada y rólido con ciclos de brazada elemental.
	34					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas(resistencia).	Construyo la mecánica respiratoria para ejecutar la globalidad del estilo libre.	Realizo ajuste corporal, resistencia aeróbica y anaerobica, dominancia y lateralidad, control respiratorio boca nariz, equilibrio torpedo flecha y las combinaciones ciclo brazada vs mecánica respiratoria; cambio de posición, ventral a lateral, ciclo patada vs mecánica respiratoria.
18	35					Construir capacidades físicas coordinativas para mejorar destrezas acuáticas.	Realizo combinación de brazada y control respiratorio del estilo libre.	Efectúo ajustes corporales, dominancia y lateralidad, coordinación y conciencia corporal, trabajo en tierra, apoyos, propulsiones, agarres, fase acuática corporal, trabajo en tierra, apoyos, propulsiones, agarres, fase acuática brazada, fase aérea brazada, rólido y ciclos de brazada elemental.
	36					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas(coordinación).	Realizo globalidad del estilo libre por 12.5 mts respiración bilateral.	Afianzo el ajuste corporal, necesario para la ejecución efectiva de los ejercicios lateralidad, coordinación y conciencia corporal, extensiones máximas corporales, rólido y ciclos de brazada elemental, ciclo de brazada vs ciclo patada, mecánica respiratoria, salidas y virajes. Desarrollo el esquema corporal, incluyendo los empujes desde la pared con miembros inferiores, las entradas ventrales distintas alturas-distancias, impulso, vuelo, deslizamiento ventral, deslizamiento, ondulaciones y alternancias.
19	37					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (elasticidad).	Realizo globalidad estilo libre incluyendo entradas, deslizamientos, aproximaciones, virajes y llegada.	Realizo recorridos x 25 metros ejecutando salida, deslizamiento, aproximación y llegada. Ejecuto recorridos x 15 metros ejecutando globalidad del estilo libre, aproximación, viraje y regreso.
	38					Construir capacidades físicas condicionales como la fuerza y velocidad para mejorar destrezas acuáticas.	Experimento los desplazamientos con movimiento de Sculling para sensibilizar agarres y apoyos.	Realizo desplazamientos enfatizando la globalidad en la técnica de brazada y batido que incluyan entradas y/o aproximaciones y virajes durante el desarrollo de los mismos. Evidencio buen tono muscular, ritmo, locomoción, desplazamiento y coordinación.
20	39					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas(resistencia, velocidad).	Realizo la globalidad del estilo espalda y libre de forma fluida y controlada.	Demuestro dinámica general, coordinación y alternancia de movimientos durante los desplazamientos. Realizo deslizamientos, apoyos y recuperaciones, sculling alterno y simultáneo, incluyendo la segmentación corporal.
	40	Sincronizar movimientos alternos.	Evalúo el desarrollo de destrezas y habilidades.	Demuestro coordinación y conciencia corporal en la segmentación corporal. Demuestro coordinación de movimientos alternos de brazos y piernas en posición dorsal. Realizo desplazamientos en posición dorsal y ventral. Demuestro equilibrio, fuerza, coordinación y resistencia, lateralidad y dominancia en el desarrollo de cada desplazamiento. Respiro técnicamente en la ejecución del estilo libre y espalda durante recorridos de 15 o 25 metros. Ejecuto la brazada elemental del estilo espalda y libre en 15 o 25 metros. Realizo salida de los estilos espalda y libre con deslizamiento y propulsión subacuática.				

ADAPTACIÓN PRE ESTILOS ALTERNOS												
OBJETIVO GENERAL						Ejecutar la globalidad de los estilos alternos, libre y espalda, con sus elementos técnicos.						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ:	Exploro movimientos corporales globales y segmentarios de brazos y piernas a partir del reconocimiento de mi cuerpo, con el objeto de cualificar el control de las habilidades motrices en el medio acuático.					
						DIMENSIÓN LÚDICA:	Participo en las actividades recreativas individuales y colectivas propuestas en el centro de interés.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA :	Ejecuto adecuadamente las flotaciones y posiciones básicas en los desplazamientos y deslizamientos alternos, simultáneos y subacuáticos.					
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS				
21	41	Motivar a la practica deportiva como base fundamental para incentivar hábitos de vida saludable y la prevención de enfermedades que afecten el crecimiento sano de los estusiantes	Integrar a la familia en la construcción de contextos saludables como garantes del derecho al deporte desde la practica del centro de interés.	Reconocer el deporte como derecho fundamental en la vida de los estudiantes y sus practicas cotidianas.	Analizar los beneficios y avances deportivos adquiridos en el centro de interés a partir de la reflexión personal.	Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la patada alterna	Identifico la correcta ejecución de patada alterna en posición dorsal y ventral	Fortalezco la coordinación general en MI. Fortalezco los rangos de flexibilidad en miembros inferiores. Identifico la propulsión generada por tren inferior en posición dorsal y ventral. Interiorizo el ajuste postural de rodilla y tobillo (extensión de las articulaciones) en desplazamientos ventral y dorsal.				
	42					Fortalecer ajuste corporal para la patada alterna dorsal	Identifico la correcta ejecución de patada alterna en posición dorsal.	Identifico posiciones básicas: equilibrio, torpedo y flecha. Reconozco que es la frecuencia de la patada. Controlo la mecánica respiratoria.				
22	43					Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la brazada de estilo espalda	Experimento la brazada elemental del estilo espalda.	Ajusto la alineación corporal (cabeza, tronco, extremidades) . Identifico las fases acuática y aérea de la brazada en el estilo espalda. Coordino los movimientos alternos de miembros superiores. Participo y propongo formas jugadas propuestas en clase.				
	44					Fortalecer el ciclo de brazada para el estilo de espalda elemental.	Fortalezco el desarrollo motriz de la brazada para el estilo espalda.	Depuro la coordinación de la brazada del estilo espalda en fase aérea y acuática. Identifico los momentos de contracción y relajación muscular de la brazada del estilo espalda. Exploro los movimientos técnicos de la brazada del estilo espalda: Sculling, agarre, empuje, recobro. Ejecuto la mecánica respiratoria en la fase área de la brazada del estilo espalda.				
23	45					Coordinar movimientos de brazada y patada para la ejecución global del estilo espalda elemental	Reconozco los movimientos técnicos del estilo elemental de espalda.	Identifico los movimientos técnicos, rítmicos y fluidos del estilo espalda. Practico movimientos que generen propulsión mediante agarres, empujes y tracción. Ejecuto la coordinación necesaria para desarrollar el estilo espalda elemental.				
	46					Estabilizar la postura corporal para la ejecución de la patada alterna ventral óptima para estilo libre elemental	Estabilizo las habilidades básicas, para lograr una óptima postura hidrodinámica para estilo libre elemental.	Reconozco la importancia del manejo de la mecánica de la respiración en el estilo espalda. Identifico las fases área y acuática de la brazada del estilo libre. Ejecuto deslizamientos laterales por propulsión de patada alterna. Identifico los movimientos técnicos de la brazada del estilo libre en la fase área y acuática (agarre, empuje tracción y recobro). Ejecuto respiración lateral del estilo libre.				
24	47					Fortalecer ajuste corporal para la patada alterna ventral involucrando respiración lateral	Fortalezco el ajuste corporal para el desarrollo de la coordinación del estilo libre.	Identifico los momentos técnicos de la patada del estilo libre (extensión, amplitud y acento). Ejecuto los movimientos técnicos de la brazada del estilo libre en la fase área y acuática (agarre, empuje, tracción y recobro). Mantengo la alineación hidrodinámica (cabeza, tronco, cadera, extremidades).				
	48					Distinguir las fases de la brazada de estilo libre elemental.	Reconozco el ajuste corporal realizando cambios de posición.	Experimento la respiración lateral y bilateral con relación a la brazada del estilo libre. Ejecuto el ajuste postural: Alineación (cabeza, tronco, cadera, extremidades). Depuro la mecánica respiratoria con la brazada propia del estilo libre. Reconozco la importancia de la brazada punto muerto (posición hidrodinámica). Identificar la importancia del ángulo de balanceo lateral - ventral (rólido) cadera y hombros.				
25	49					Coordinar movimientos de brazada para la ejecución global del estilo libre elemental	Afianzo los movimientos alternos de MS para estilo libre elemental	Identifico las fases de la brazada: área y subacuática. Fortalezco fase subacuática de la brazada del estilo libre: agarre, empuje tracción. Fortalezco la fase área de la brazada del estilo libre: recobro codo en "V". Desarrollo la coordinación brazada - respiración.				
	50					Ejecutar los estilos alternos en el momento elemental de aprendizaje	Demuestro los aprendizajes adquiridos en la ejecución de los estilos alternos.	Realizo recorridos del estilo espalda y libre elemental aplicando conceptos técnicos exigidos en este nivel. Aplico la mecánica respiratoria propia del estilo libre. Aplico la mecánica respiratoria propia del estilo espalda.				
ADAPTACIÓN PRE-ESTILOS SIMULTÁNEOS												
OBJETIVO GENERAL						Ejecutar movimientos simultáneos específicos de los estilos pecho y mariposa de manera coordinada y autónoma, haciendo uso de juegos adecuados.						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ:	Avanzo en el perfeccionamiento de habilidades básicas, como medio para la mejora de las destrezas acuáticas.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Reconozco el valor del juego como una forma divertida de crecimiento y desarrollo.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Reconozco el estado de desarrollo en el que se encuentran mis técnicas acuáticas y a partir de ello las fortalezco o modifico.					
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS				
26	51	Fomentar la aceptación, el cuidado y el amor por el propio cuerpo desde la práctica deportiva reconociendo las aptitudes y habilidades individuales para el crecimiento personal.	Propiciar relaciones armonicas y saludables que sean aplicadas en el contexto familiar como entorno protector	Emplear los conocimientos adquiridos para el fortalecimiento de las relaciones saludables que intervienen en el proceso formativo del estudiante en el centro de interés y contexto educativo en general en miras a ser aplicados en sociedad.	Identificar los avances adquiridos planteando reflexiones para la vida cotidiana.	Desarrollar capacidades coordinativas para mejorar destrezas acuáticas(coordinación)	Vivencio diferentes movimientos simultáneos, de miembros superiores en posición ventral, dorsal y lateral	Realizo extensiones máximas corporales involucrando esquema e imagen corporal. Realizo movimientos simultáneos coordinados involucrando la conciencia corporal la flotabilidad y desplazamientos constantes. Realizo movimientos simultáneos de MS en posición ventral, dorsal y lateral para reconocer la discriminación segmentaria. Involucro los apoyos, agarres y sculling en la ejecución de movimientos simultáneos de MS. Realizo movimientos simultáneos de MS completos, en posición ventral dorsal y lateral involucrando cambios de posición.				
	52					Desarrollar las capacidades coordinativas	Coordino brazada y respiración frontal del estilo pecho haciendo énfasis en el deslizamiento	Involucro el esquema e imagen corporal y el control respiratorio en los deslizamientos en posición hidrodinámica y propulsiones con MS. Realizo desplazamientos simultáneos coordinados, involucrando apoyos, agarres, ajuste corporal y respiración frontal propios del estilo pecho. Interiorizo las Extensiones máximas corporales y el control respiratorio en la ejecución de desplazamientos, con movimientos simultáneos involucrando deslizamientos.				
27	53					Desarrollar la coordinación general de MI para el estilo pecho	Irradio la patada de forma global del estilo pecho con apoyo móvil	Descubro diferentes formas de propulsión simultánea con MI. Realizo desplazamientos utilizando movimientos simultáneos adecuados de MI para propulsarme. Experimento las diferentes fases de la patada del estilo pecho, que impliquen extensión y flexión de las articulaciones correspondientes.				
	54					Acoplar el ajuste corporal y las relaciones témporo espaciales, para mejorar el gesto técnico de la patada del estilo pecho	Interiorizo la mecánica de la patada del estilo pecho con y sin apoyo móvil involucrando mecánica respiratoria elemental	Realizo movimientos simultáneos coordinados de MI teniendo plena conciencia de dichos movimientos. Realizo movimientos simultáneos coordinados conscientes involucrando relajación, equilibrio, ritmo y diferenciación. Interiorizo los deslizamientos, para comprender la doble deslizada del estilo pecho. Experimento entradas y virajes mediante la práctica consciente de tareas propuestas.				
28	55					Integrar acciones motrices segmentarias, que posibiliten la construcción sinérgica del estilo pecho	Integro los elementos técnicos y motrices en la ejecución de la globalidad del estilo pecho	Realizo acciones motrices acuáticas de equilibrio y ajuste corporal con la ayuda del Ingreso obligatorio del formador al agua. Ejecuto movimientos globales coordinados de manera creativa que involucren MI y MS simultáneamente. Involucro el gesto técnico en los diferentes movimientos tanto de MI como de MS propios de la globalidad del estilo pecho. Ejecuto de manera consciente y controlada la globalidad del estilo pecho teniendo en cuenta la salida, el deslizamiento y el viraje por 25 metros.				
28	56					Construir capacidades coordinativas y físicas para mejorar las destrezas acuáticas(coordinación, resistencia y ritmo)	Realizo desplazamientos con movimientos de ondulación con y sin apoyo móvil en posición ventral, dorsal y lateral.	Ejecuto desplazamientos con movimientos de ondulación que involucren la coordinación la fuerza y el equilibrio. Desarrollo la conciencia corporal en miembros inferiores durante los desplazamientos en diferente posición. Involucro la mecánica respiratoria y la alineación corporal durante la ejecución de ondulaciones. Valoro la segmentación paulatina de caderas rodillas y pies para los desplazamientos dentro y fuera del agua.				
	57					Potenciar capacidades coordinativas (capacidad reguladora de movimiento, coordinación, equilibrio) y físicas (resistencia).	Ejecuto e incorpo la respiración frontal a los movimientos de ondulación vivenciando los movimientos técnicos en miembros superiores e inferiores en las posiciones ventral, dorsal y lateral.	Desarrollo la resistencia aeróbica y anaeróbica. Realizo recorridos involucrando las correcciones en alineación corporal, apoyos, propulsiones, agarres, ciclos de patada y mecánica respiratoria. Realizo cambios de posición durante la ondulación con diferente frecuencia, ritmo y amplitud. Realizo la fase acuática de la brazada elemental incluyendo recobros y propulsiones.				
29	58					Construir capacidades físicas coordinativas para mejorar destrezas acuáticas	Sensibilizo la fase acuática de la brazada integrando la fase aérea propias del estilo mariposa.	Realizo ajustes teniendo en cuenta la coordinación, conciencia y alineación corporal. Desarrollo sensibilidad en los apoyos, propulsiones, agarres durante la fase acuática. Ejecuto ciclos completos de brazada elemental propia del estilo. Independizo segmentos vivenciando las diferentes fases de la brazada con dominancia, lateralidad, coordinación y conciencia corporal. Oriento la ejecución de desplazamiento mediante ciclos de brazada vs ciclos de patada elemental.				
	59					Coordinar movimientos segmentarios para estabilizar patrones de equilibrio.	Realizo salidas, toques y virajes del estilo mariposa.	Reproduzco movimientos con estímulo y respuesta y agrego flexiones y extensiones alternando la rigidez y la relajación muscular. Interiorizo el esquema corporal mediante la realización de entradas ventrales a distintas alturas-distancias, impulso, vuelo, entrada, deslizamiento ventral y terminando con la globalidad del estilo mariposa. Realizo el toque simétrico, simultáneo y técnico de miembros superiores. Desarrollo sensibilidad ante brazadas alternas y simultáneas para mejorar la técnica del estilo mariposa.				
30	60					Construir capacidades físicas para mejorar destrezas acuáticas (resistencia, velocidad)	Integro los elementos técnicos para realizar la globalidad del mariposa.	Integro a la ejecución global del estilo mariposa la coordinación conciencia y segmentación corporal. Realizo recorridos con velocidad y equilibrio coordinando movimientos alternos de brazos y piernas en posiciones ventral y dorsal. Realizo desplazamientos superiores a 15 metros en globalidad de mariposa de forma fluida y controlada con simetría y asimetría en cada uno de los diferentes movimientos. Integro la respiración técnica del estilo mariposa durante recorridos de 15 y 25 metros. Ejecuto la salida, viraje y toque propios del estilo mariposa.				

OBJETIVO GENERAL						DOMINIO - ESPALDA								
TIEMPO						Avanzar en el proceso de aprendizaje a partir de la participación de expresiones personales y grupales.								
						DIMENSIÓN MOTRIZ			Aplico la técnica respectiva en salidas y virajes					
						DIMENSIÓN LÚDICA			Comparto y disfruto experiencias para enriquecimiento mutuo					
						DIMENSIÓN COGNITIVA			Realizo coordinación de alternancia MI y MS y ajuste postural por 25mts					
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑO						
31	61	Realizaré actividades que conduzcan al fortalecimiento de la comunicación en mi círculo familiar y mi entorno social.	Invitaré a quienes tengan posibilidades en mi familia a compartir las experiencias de mis prácticas deportivas para que reconozcan y valoren la importancia de ellas en mi desarrollo integral.	Realizaré conversatorios en mi entorno social para dar a conocer el significado e importancia de las prácticas deportivas que ayudan a mejorar tanto la comunicación como el desarrollo integral de los participantes.	Recogeré información tanto de las experiencias de los compañeros como de textos en bibliotecas con relación a los términos, cuidados y manejo de normas específicas que es necesario cumplir.	Desarrollar Capacidades coordinativas.	Estabilizo la posición del cuerpo.	Regulo y oriento mis movimientos Realizo alineación adecuada de la cabeza, el tronco, las extremidades y la flexibilidad específica Realizo flotaciones en posturas de estrella, torpedo y equilibrio en posición dorsal involucrando un ajuste postural adecuado. Realizo desplazamientos en posición ventral, dorsal y lateral involucrando abducciones y aducciones.						
	62					Afianzar destrezas específicas y transferirlas al medio acuático.	Domino la patada del estilo espalda.	Realizo Equilibrio estático y dinámico. Diferencio mediante ejercicios en tierra el control corporal por segmentos específica de los miembros inferiores (dedos de los pies, tobillos, rodillas). Realizo posturas básicas de flotación. Realizo desplazamientos con apoyo, transfiriéndolos de tierra agua, Ejecuto movimientos alternos de miembros inferiores, apoyándose del trabajo en tierra para la efectividad de la patada alterna. Ejecuto desplazamientos en posición ventral, dorsal y lateral.						
32	63					Afianzar independencia segmentaria.	Adquiero la técnica de la fase área de la brazada.	Efectúo coordinación segmentaria, salida del brazo, mano y agarre, movimientos diferenciando profundidad y distancia. Realizo diferentes movimientos en secuencia de arriba hacia abajo. Realizo trabajo encaminado a fortalecer capacidades coordinativas, por ángulos de la fase aérea en distancias cortas. Coordino movimientos alternos con ambos brazos						
	64					Afianzar independencia segmentaria.	Adquiero la técnica de la fase sub acuática de la brazada	Descubro nociones espacio- temporales, tirón y empuje, flexión y extensión de codo, integrando el rólido para poder realizar el arrastre, precisión del agarre y recobro Realizo recorridos cortos, largos encaminados a mecanizar los movimientos subacuáticos de la brazada. Coordino movimientos alternos de miembros superiores haciendo énfasis en agarre, tracción, empuje y fase inicial de la recuperación						
33	65					Reforzar coordinación dinámica.	Integro la técnica de patada y brazada del estilo con rólido.	Realizo recobros de miembros inferiores y superiores. Demuestro precisión en la movilidad articular, conciencia e imagen corporal. Involucro movimientos que al desplazarme se integren a las diferentes partes del cuerpo. Ejecuto rotación de hombro cadera y piernas, teniendo percepción consciente de la postura. Realizo trabajo encaminado a fortalecer capacidades condicionales.						
	66					Reforzar la orientación témporo espacial.	Mejoro los desplazamientos subacuáticos en posición dorsal.	Efectúo Reconozco e involucro ejes, planos corporales, empujes, arrastres, y orientación témporo-espacial en la ejecución de deslizamientos. Realizo ejercicios con apoyo en diferentes profundidades, control respiratorio. Mantengo alineación corporal: cabeza, tronco, extremidades en la ejecución de desplazamientos. Realizo movimiento de ondulación sub acuático.						
34	67					Fortalecer capacidades coordinativas básicas.	Realizo salida y viraje del estilo espalda.	Ejecuto diferenciación en cada fase realizando movimientos alternos, control respiratorio, orientación tiempo - espacio y trabajo de fuerza especificado. Identifico fases de la salida: preparación, impulso, vuelo, entrada, deslizamiento y propulsión hacia la superficie. Identifico fases del viraje: aproximación, giro, empuje y propulsión.						
	68					Fortalecer el sentido auto-crítico y estabiliza componentes técnicos propios del estilo.	Depuro la técnica del estilo espalda.	Efectúo coordinación dinámica, aprendo el reglamento técnico. Mantengo una alineación adecuada cabeza, tronco ,extremidades, involucrando mecánica respiratoria. Realizo salidas y virajes, fortaleciendo resistencia aeróbica y aeróbica. Ejecuto alternancias de miembros inferiores y superiores y fases de la brazada.						
35	69					Controlar los movimientos técnicos y voluntarios.	Sincronizo los movimientos teniendo en cuenta los gestos técnicos del estilo espalda.	Realizo coordinación dinámica, ajuste corporal y aplico lo aprendido sobre movimientos del estilo, Involucro la coordinación dinámica general del estilo, fases de salida, viraje, resistencia aeróbica, anaeróbica y deslizamientos sub acuáticos en recorridos de mediana duración.						
	70					Ejecutar de los elementos técnicos del estilo espalda.	Evalúo el desarrollo de destrezas y habilidades.	Realizo movimientos alternos de miembros inferiores en posición dorsal buscando efectividad en los desplazamientos Realizo movimientos alternos de miembros superiores inhibiendo los miembros inferiores, en posición dorsal buscando efectividad en la brazada Realizo alternancias de miembros inferiores y superiores, desplazándome de manera dorsal, para valorar su ajuste corporal Ejecuto de manera técnica el estilo espalda con salidas, virajes y deslizamientos sub acuáticos por 35 mts. para valorar sus desempeño técnicos						
DOMINIO LIBRE														
OBJETIVO GENERAL						Afianzar todas las técnicas correspondientes al estilo y compartir las experiencias con sus compañeros.								
TIEMPO						DIMENSIÓN MOTRIZ			Realizo salidas deslizamiento, aproximación y llegada de manera técnica del estilo libre					
						DIMENSIÓN LÚDICA			Comparto en grupos las experiencias psicomotrices a través del juego y la actividad física en el medio acuático					
						DIMENSIÓN COGNITIVA			Interiorizo y comprendo los diferentes conceptos, utilizados en el aprendizaje del estilo libre					
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑO						
36	71	Haré actividades que conduzcan al fortalecimiento de la comunicación en mi círculo familiar y mi entorno social.	Invitaré a quienes tengan posibilidades en mi familia a compartir las experiencias de mis prácticas deportivas para que reconozcan y valoren la importancia de ellas en mi desarrollo integra	Realizaré conversatorios en mi entorno social para dar a conocer el significado e importancia de las prácticas deportivas que ayudan a mejorar tanto la comunicación como el desarrollo integral de los participantes.	Recogeré información tanto de las experiencias de los compañeros como de textos en bibliotecas con relación a los términos, cuidados y manejo de normas específicas que es necesario cumplir.	Realizar actividades específicas para fortalecer capacidades condicionales.	Estabilizo la posición del cuerpo en la ejecución de diferentes movimientos.	Efectúo equilibrio estático y dinámico, regulación y orientación de movimiento. Realizo posturas básicas, transferencia tierra agua, posición dorsal, ventral y lateral. Ejecuto movimientos alternos de miembros inferiores ascendentes y descendentes, desplazamientos.						
	72					Fortalecer capacidades coordinativas.	Domino la patada del estilo libre.	Ejecuto coordinación segmentaria (segmentaria), alineación corporal: cabeza, tronco, extremidades. Efectúo ajuste corporal, lateralidad, desplazamientos a diferente frecuencia de patada. Realizo patada lateral con control respiratorio.						
37	73					Realizar actividades específicas para fortalecer capacidades coordinativas	Adquiero elementos técnicos para la ejecución de la fase área de la brazada	Manejo nociones espacio temporales, afianzo independencia segmentaria para mejorar la coordinación dinámica y estática. Realizo trabajo encaminado a fortalecer capacidades coordinativas, flexión y extensión de codo, mano relajada, codo alto.						
	74					Realizar actividades específicas para fortalecer capacidades coordinativas	Adquiero la técnica de la fase acuática de la brazada	Adquiero conciencia e imagen corporal, percepción consciente de la postura. Afianzo la independencia segmentaria, rotación de hombro, cadera y piernas. Desarrollo alternancias de miembros inferiores y superiores, agarre, empuje y recobro.						
38	75					Reforzar coordinación dinámica general	Integro los elementos técnicos de la patada y brazada con rólido	Identifico ejes y planos corporales, ajuste corporal, control respiratorio. Manejo la alineación corporal: cabeza, tronco, extremidades, movimiento de ondulación, ejecución por tiempos del rólido.						
	76					Fortalecer la orientación témporo espacial	Refuerzo desplazamiento subacuático ventral	Realizo coordinación segmentaria, ubicación témporo - espacial, transferencia de ejercicios tierra - agua y deslizamientos sub acuáticos. Realizo fases de la salida: preparación, impulso, vuelo, entrada, deslizamiento y propulsión hacia la superficie. Realizo fases del viraje: aproximación, giro, impulso y deslizamiento, control respiratorio bilateral.)						
39	77					Desarrollar Capacidades coordinativas	Realizo salida y viraje del estilo libre	Ejecuto coordinación dinámica, giros, orientación, ubicación témporo-espacial, esquema corporal, mecánica respiratoria, alternancias de miembros inferiores y superiores. Reconozco la resistencia aeróbica y anaeróbica, alineación corporal: cabeza, tronco, extremidades.						
	78					Fortalecer el sentido auto-crítico estabilizando componentes técnicos propios del estilo	Depuro la técnica del estilo libre	Reconozco la resistencia aeróbica y anaeróbica, coordinación miembros inferiores y superiores , coordinación dinámica y estática. Interiorizo la percepción corporal, la coordinación dinámica general del estilo y los deslizamientos sub acuáticos.						
40	79					Controlar los movimientos técnicos y voluntarios para la ejecución del estilo.	Sincronizo los movimientos teniendo en cuenta el gesto técnico para el estilo libre.	Adquiero conciencia corporal, ajuste postural, coordinación segmentaria, habilidades perceptivo motrices, alternancias de miembros inferiores y superiores. Realizo el estilo libre de manera técnica por 35 mts.						
	80					Evaluar los elementos técnicos del estilo libre	Evalúo el desarrollo de destrezas y habilidades propias del estilo libre.	Ejecuto salidas, virajes y deslizamientos sub acuáticos. Reconozco los deslizamientos sub acuáticos, alternancias de miembros inferiores y superiores Demuestro orientación témporo-espacial, coordinación general, frecuencia y ritmo en la ejecución de las tareas.						

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA									
MALLA CURRICULAR CICLO 3									
EXPLORACION						ADAPTACION 1			
OBJETIVO GENERAL						Generar conocimiento de las normas propias de la práctica y apropiación por el espacio, materiales y en general por el medio acuático, así como el desarrollo de la clase y del programa			
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Exploro posibilidades de movimiento a nivel global y segmentario en el medio acuático		
						DIMENSIÓN LÚDICA	Identifico a mis compañeros como integrantes fundamentales de las actividades recreativas, en el centro de interés.		
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Identifico las posibilidades que dan los movimientos y combinaciones con elementos y sin ellos para adaptarme a un medio acuático.		
SEMANA	CLASE	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS	
1	1	Reconocer cuales son las habilidades sociales básicas para seguirías mejorando	Propociar entornos de reflexión y dudas acerca de su proceso continuo con su familia.	Identificar el valor del respeto por sus compañeros y docente.	Reconocer la importancia de utilizar un lenguaje adecuado con sus compañeros y docente.	Demostrar las habilidades básicas motrices de ubicación, tiempo y espacio en el medio acuático.	Presento la condición motriz inicial en el medio acuático	Demuestro patrones fundamentales de movimiento.	
								Utilizo la lateralidad, coordinación y equilibrio en tareas propuestas.	
								Demuestro capacidad de adaptación en actividades que exijan lateralidad y equilibrio.	
								Evidencio el esquema e imagen corporal que tengo con mis experiencias previas.	
	2					Afianzar la conciencia corporal en el medio acuático.	Ejecuto desplazamientos bípedos en diferentes posiciones con inmersiones.	Demuestro patrones fundamentales de movimiento.	
								Aplico el control muscular y segmentación en tareas de clase.	
								Manifiesto experiencias previas en control respiratorio en el medio acuático.	
								Demuestro habilidades adquiridas con anterioridad.	
2	3					Sensibilizar los segmentos corporales en el medio acuático.	Afianzo la mecánica respiratoria.	Implemento diferentes niveles de tono muscular.	
								Distingo las tareas con diferentes habilidades básicas.	
								Controlo las apneas en diferentes momentos.	
								Asimilo el control respiratorio como parte fundamental del trabajo	
	4					Afianzar el dominio corporal en el medio acuático.	Realizo flotación ventral con apoyo.	Reconozco las ventajas del ajuste corporal.	
								Identifico el centro de gravedad y la importancia de su manejo	
								Experimento y encuentro ventajas en el manejo del equilibrio estático, dinámico y de recuperación.	
								Aplico los principios básicos para las flotaciones. Positiva, negativa, neutra en	
3	5					Realizar control y ajuste corporal.	Domino la flotación ventral por 20 segundos.	Empleo la percepción de tiempo y espacio en la realización de diferentes tareas.	
								Presento evolución en control respiratorio con apneas cortas.	
								Realizo deslizamientos, apoyos y recuperaciones.	
								Reconozco la manera de ejecutar diferentes cambios de posición	
	6					Fortalecer el Ajuste y control corporal.	Realizo flotación dorsal con apoyo.	Experimento diferentes posiciones hidrodinámicas.	
								Aplico el control y ajuste corporal.	
								Alimento mi percepción e imagen corporal.	
								Pongo en práctica las posiciones básicas (torpedo, equilibrio v flecha) de	
4	7					Mejorar el ajuste y control corporal.	Irradio las flotaciones dorsales de manera autónoma con incorporaciones a posición bípeda y cambios de posición	Establezco un mejor control neuromuscular.	
								Mejoro la estabilidad articular.	
								Ejecuto cambios de posición.	
								Entiendo la importancia de la alineación corporal.	
	8					Vivenciar los movimientos alternos MI MS de manera autónoma.	Experimento movimientos naturales en el medio acuático.	Ajusto mi cuerpo a las situaciones para los diferentes desplazamientos.	
								Desarrollo coordinación y equilibrio.	
								Exploro la alternancia MI MS.	
								Implemento el Control respiratorio en diferentes tareas .	
5	9					Integrar las nociones de tiempo y espacio.	Ejecuto la alternancia de piernas ventral de manera autónoma.	Mejoro el ajuste corporal para el desplazamiento.	
								Desarrollo la flexibilidad paulatinamente.	
								Preparo el tono muscular adecuado para cada tarea.	
								Distingo y aplico los conceptos de frecuencia y amplitud de patada.	
	10					Demstrar el control corporal e independencia segmentaria en la ejecución de tareas motoras	Demuestro con fluidez y control corporal en el medio acuático.	Manifiesto un ajuste corporal acorde a las actividades.	
								Aplico eficazmente el equilibrio dinámico y estático.	
								Demuestro seguridad y confianza en el agua.	
								Evidencio manejo de las diferentes flotaciones.	

EXPLORACION						ADAPTACION 2		
OBJETIVO GENERAL						Incrementar la experiencia motriz en el medio acuático, para dar respuesta a las situaciones que se presenten, tanto en convivencia, diálogo y solución de conflictos.		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Ubico mi cuerpo en el espacio y en relación con objetos propios del medio acuático	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Reconozco a mis compañeros como co-constructores de las actividades recreativas, en el centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Identifico formas básicas de movimiento aplicados a las características de falta de gravedad en el agua.	
SEMANA	CLASE	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
6	11	Mejorar cada día las habilidades sociales para lograr tener mejores relaciones interpersonales con su entorno escolar deportivo	Generar encuentros en su entorno familiar para seguir fortaleciendo su proceso	Identificar el valor del trabajo en equipo para el crecimiento personal y social en la practica deportiva y su ejecución	Utilizar un lenguaje adecuado con sus compañeros y docente.	Afianzar el cambio corporal a distintos planos y ejes corporales.	Ejecuto cambios de posición de ventral a dorsal y viceversa.	Empleo el Equilibrio y la coordinación en las tareas del nivel. Reconozco las capacidades básicas Empleo el ajuste y control corporal. Desarrollo la mecánica respiratoria
	12					Dominar y controla el cuerpo en el medio acuático.	Experimento deslizamientos ventrales.	Mejoro el ajuste y control corporal. Construyo la capacidad cinestésica Realizo las inmersiones en diferentes posiciones. Construyo secuencias con las posiciones básicas (torpedo, equilibrio y flecha).
7	13					Afianzar las cualidades físicas.	Vivencio movimientos alternos ventrales de MI.	Utilizo el equilibrio como parte básica de las tareas. Desarrollo el coordinación tren inferior. Implemento la independencia segmentaria. Encuentro gusto por el aprendizaje de tareas nuevas.
	14					Coordinar MI en el desplazamiento.	Afianzo el movimiento alterno ventral y dorsal de MI.	Pongo en práctica la segmentación corporal. Implemento la percepción en tiempo y espacio. Controlo la mecánica respiratoria.
8	15					Controlar la independencia segmentaria.	Coordino movimientos alternos de MI en posiciones ventral, dorsal y lateral.	Adquiero práctica en los desplazamientos con propulsiones. Desarrollo la coordinación de MI. Empleo el ajuste Corporal en las actividades propuestas.
	16					Coordinar y afianza movimientos alternos de MI y MS.	Irradio y coordino movimientos alternos de MI, MS que impliquen desplazamientos.	Ajusto la mecánica respiratoria con los desplazamientos alternos. Realizo desplazamientos en posiciones ventral, dorsal y lateral 25 metros con y sin apoyo. Desarrollo la mecánica respiratoria.
9	17					Afianzar la conciencia corporal.	Irradio movimientos simultáneos de MI ventral y dorsal.	Logro coordinar MI y MS en los desplazamientos. Soluciono retos motrices por medio del ajuste corporal. Ejecuto desplazamientos de 25 metros en coordinación de MI y MS. dorsal. Implemento movimientos en diferentes espacios.
	18					Conocer y controla su cuerpo en relación al espacio.	Realizo giros y cambios de posición.	Establezco el esquema e imagen corporal más elaborados. Efectúo movimientos ondulatorios. Construyo los movimientos de Aducción y Abducción. Mejoro cada día la propiocepción.
10	19					Ajustar el control corporal para las entradas al agua.	Hago entradas al agua.	Ajusto la mecánica respiratoria a los desafíos motrices. Consigo innovar los cambios de posición. Progreso en la ubicación tiempo y espacio. Desarrollo el ajuste y postura corporal para las entradas al agua.
	20					Reflexionar sobre el desarrollo locomotriz para fortalecer el avance de las destrezas acuáticas.	Demuestro las habilidades y destrezas con desplazamientos en diferentes posiciones.	Amplío recursos en cuanto a la mecánica respiratoria. Mejoro la seguridad en el medio acuático. Adapto la ubicación en espacio y tiempo a las entradas al agua. Consigo mejorar las habilidades perceptivo motrices. Pongo en práctica mi coordinación general adecuadamente. Demuestro control respiratorio sobre los desplazamientos. Evidencio evolución en las capacidades físicas.

APROPIACION						PRE ESTILOS ALTERNOS		
OBJETIVO GENERAL						Irradiar la coordinación necesaria para dar inicio a los estilos espalda y libre con sus componentes básicos.		
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Incorporo posibilidades de movimiento siguiendo ritmo y coordinación propias del nivel de aprendizaje.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Exploro momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial de su centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Empiezo a comprender y aplicar los elementos básicos de la física y biomecánica aplicadas al medio acuático.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
11	21	Manifestar y argumentar su punto de vista cuando se toman decisiones colectivas.	Reconocer las acciones que generan emociones e impacto hacia el entorno familiar	Comprender la importancia de la sana convivencia y poner en práctica en la comunidad en que se encuentra	Construir individualmente y en grupo sencillas demostraciones de los aprendizajes.	Desarrollar de la coordinación de movimientos alternos de MI para estilo espalda.	Estimulo las capacidades físicas (flexibilidad y resistencia).	Coordino movimientos globales. Desarrollo el equilibrio y balance corporal en el agua Mejoro la flexibilidad. Inicio trabajos de resistencia de base.
	22					Desarrollar la coordinación de movimientos alternos de MI para estilo espalda.		Coordino movimientos globales. Desarrollo la alineación corporal (cabeza, tronco y extremidades). Implemento una mejor alternancia de miembros inferiores. Percibo el ritmo y acento como parte básica de las tareas
12	23					Afirmar la ubicación temporo espacial en el medio acuático.	Sensibilizo para la salida y viraje del estilo espalda.	Implemento la percepción en tiempo y espacio. Realizo ajustes en cuanto el equilibrio y coordinación. Integro engramas de movimientos con giro aproximación cerca de la pared y rechazo. Desarrollo el ajuste necesario para la salidas, flecha v ondulación.
	24					Mejorar la coordinación dinámica.		Controlo la patada alterna lateral sin elemento. Consigo mejorar la alineación corporal (cabeza, tronco y extremidades). Desarrollo la alternancia en miembros inferiores. Refuerzo la mecánica respiratoria para estilo libre.
13	25					Dominar la globalidad de movimientos alternos MS propios del estilo libre.	Domino la globalidad de movimientos alternos MS propios del estilo libre y respiración lateral.	Continuo con el desarrollo de la alternancia de miembros superiores. Controlo la mecánica respiratoria para libre. Ejecuto la coordinación elemental de la brazada del estilo libre. Realizo la coordinación de brazada y patada del estilo libre.
	26					Implementar la corrección postural.	Sensibilizo para la salida y viraje del estilo libre.	Realizo el giro con aproximación cerca de la pared y rechazo. Practico la salida con flecha y ondulación. Desarrollo adecuadamente salida y viraje del estilo libre. Ejecuto la mecánica respiratoria propia del estilo.
14	27					Ampliar la base aeróbica mediante desplazamientos continuos.	Ejecuto de manera continua los elementos de estilo libre.	Realizo ejercicios continuos a diferentes ritmos y distancias. Ejecuto la alineación corporal (cabeza, tronco y extremidades). Fortalezco la mecánica respiratoria propia del estilo. Ejecuto de manera coordinada la patada, brazada y respiración dominante.
	28					Fortalecer la coordinación dinámica.		Vivencio las fases técnicas de la brazada del estilo libre. Realizo la alineación corporal (cabeza, tronco y extremidades). Ejecuto de manera sincronizada las fases de respiración en los estilos espalda y libre. Coordino la brazada y patada de los estilos.
15	29					Asegurar la fluidez y coordinación general.	Ejecuto la globalidad de los estilos alternos con salidas y virajes en distancias de 30 metros.	Domino las habilidades básicas de los estilos. Ejecuto de manera continua los estilos. Realizo a diferentes ritmos los estilos. Controlo las salidas del estilo espalda y libre.
	30					Motivar la reflexión sobre el desarrollo locomotriz para fortalecer el avance de las destrezas acuáticas.		Identifico la salida de espalda y libre. Coordino la salida-deslizamiento y fase de nado. Ejecuto de manera continua los movimientos de espalda y libre. Realizo toque- viraje y deslizamiento.

APROPIACION						PRE ESTILOS SIMULTANEOS		
OBJETIVO GENERAL						Irradiar la coordinación necesaria para dar inicio a los estilos pecho y mariposa con sus componentes básicos		
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Identifico variaciones en mi respiración en diferentes actividades .	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Vivencio momentos recreativos en el espacio, virtual y/o presencial de su centro de interés.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Empiezo a comprender y aplicar los elementos básicos de la física y biomecánica aplicadas al medio acuático	
SEMANA	CLASE	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
16	31	Demuestra satisfacción consigo mismo y con sus compañeros a partir de los logros diarios de las diferentes prácticas .	Fortalece formas de relación familiar que apoyan el desarrollo mutuo.	Identifica y asume consigo mismo y con los demás, los diferentes roles que se construyen en su entorno social	Por medio de sus aprendizajes, analiza, interpreta y elabora acciones o tareas nuevas que lo llevan a evolucionar sobre lo aprendido.	Desarrollar capacidades coordinativas.	Desarrollo los movimientos elementales para la ejecución de patada simultanea.	Realizo aduccion y abduccione de piernas. Coordino moviento simultaneo de aduccion y abduccione den MI. Incorporo la flexión y extensión de MI con la aduccion y abduccion. Fortalezco la flexibilidad de tobillo.
	32					Coordinar los miembros inferiores en la ejecución de movimientos simultáneos.	Experimento la ejecución global de la patada del estilo pecho.	Conozco los movimientos basicos de la patada de pecho. Ejecuto la patada en tiempo y espacio. Mejoro el ajuste corporal en la realizacion de la patada. Realizo segmentación cadera, rodillas, pies.
17	33					Fortalecer la coordinación dinámica.	Afianzo los movimientos de MS elementales del estilo pecho.	Mantengo el equilibrio, fuerza y flexibilidad en la ejecucion de los movimientos basicos de la brazada. Realizo los movimientos basicos de la brazada manteniendo control del tiempo y espacio. Mejoro el ajuste corporal en la realizacion de la brazada. Aplico el sculling, empujes, agarres.
	34					Fortalecer movimientos simultáneos.	Irradio los movimientos simultaneos de MI y MS en distintas combinaciones propias del estilo pecho.	Afianzo los elementos basicos de la coordinación dinámica general del estilo pecho. Mejoro la fuerza en la ejecucion de los movimientos basicos del estilo pecho. Desarrollo la flexibilidad propia de las articulaciones de la cadera, las rodillas y los tobillos. Sencibilizo el deslizamiento del estilo pecho.
18	35					Afianzar capacidades perceptivo motrices.	Afianzo movimientos ondulatorios en estadio elemental.	Realizo ejercicios continuos a diferentes ritmos y distancias. Reconozco el empuje el la fase descendente de la ondulacion Mantengo el tono muscular que permite una correcta posición . Ajuste postural Controlo posiciones hidrodinámicas.
	36					Fortalecer los movimientos básicos fundamentales simultáneos.	Sensibilizo la técnica global del estilo mariposa	Mantengo el equilibrio, fuerza y flexibilidad en la ejecucion de los movimientos básicos de la brazada. Realizo los movimientos básicos de la brazada manteniendo control del tiempo y espacio. Mejoro el ajuste corporal en la realizacion de la brazada. Coordino los movimientos basicos del estilo mariposa
19	37					Identificar las capacidades cinestésicas.	Fortalezco la coordinación de MI, MS, mecánica respiratoria propias del estilo mariposa.	Desarrollo la flexibilidad hombro, cadera, tobillo. Ejecuto de forma continua y a diferentes ritmos los movimientos básicos del estilo mariposa. Coordino la respiracion con la brazada del estilo mariposa.
	38					Consolidar las capacidades perceptivo motrices.	Realizo los gestos elementales técnicos de la salida y viraje para es estilo mariposa.	Realizo la salida con deslizamiento, manteniendo el control de la respiracion. Ejecuto la aproximacion y empuje manteniendo la posicion y el control de la respiracion. Resistencia aeróbica, anaeróbica. Efectuo deslizamiento a partir del empuje en la extensión de las dos piernas .Transferencia de movimientos simétricos cabeza a pies Coordino los movimientos basicos del estilo mariposa.
20	39					Fortalecer el sistema propioceptivo.	realizo salidas y virajes de estilos simultaneos.	Realizo salida del estilo pecho con doble deslizamiento. Realizo salida del estilo mariposa con deslizamiento de dos metros. Identifico el tono muscular y ritmo en las fases de aproximación, giro y deslizamiento. Mantengo la alineacion entre cabeza, hombros, cadera y pies en los deslizamientos.
	40					Motivar la reflexión sobre el desarrollo locomotriz para fortalecer el avance de las destrezas acuáticas.	Demuestro las habilidades y destrezas adquiridas para la globalidad de estilo pecho y mariposa.	Realizo la coordinación general de los estilos. Ejecuto de manera fluida el patrón motriz hacia el gesto técnico de los estilos. Establezco la globalidad del estilo pecho y mariposa teniendo en cuenta la amplitud y frecuencia en los movimientos. Sincronizo la respiración con las fases del empuje y el deslizamiento.

OBJETIVO GENERAL						DOMINIO		
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				ESPALDA		
						DIMENSIÓN MOTRIZ	Generar estrategias que garanticen el compromiso del estudiante en el proceso de aprendizaje de los estilos propios de la natación.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Realizo secuencias de movimiento con duración y simetría preestablecidas para el estilo	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Tomo el tiempo de recreación de mi centro de interés como momento independiente de las actividades escolares.	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
21	41	Se esfuerza cada día más por lograr los objetivos propuestos	Construye espacios de aprendizaje sobre los objetivos a seguir con ayuda de su familia.	Es honesto y dedica tiempo para corregir errores que puedan afectar su desarrollo físico.	Orienta y ayuda a los demás compañeros para que analicen los conocimientos adquiridos y puedan ser cada día mejores.	Mejorar la percepción en tiempo y espacio.	Adquiero una óptima posición del cuerpo para hacer el estilo espalda.	Participo en competencia pre deportiva.
	Mejoro el equilibrio dinámico y estático.							
42	Hacer eficiente la coordinación dinámica y estática.					Mejoro el control postural y tónico.	Trabajo sobre la alineación corporal (cabeza, tronco, extremidades).	
							Coordino patada espalda.	
22	43					Mejorar la coordinación dinámica.	Mejoro la coordinación dinámica.	Participo en competencia pre deportiva.
								Mejoro el equilibrio, fuerza y flexibilidad.
								Mejoro las capacidades físicas.
								Desarrollo la técnica específica en cuanto a coordinación brazos piernas.
44	Fortalecer la conciencia corporal.					Hago las fases acuática y aérea elemental con los MS en el estilo espalda.	Implemento el cuidado del cuerpo y la hidratación adecuada.	
							Mejoro el equilibrio y la fuerza.	
23	45					Dominar la noción espacial y temporal.	Domino la fase aérea de MS del estilo espalda	Desarrollo la técnica de nado específica coordinando brazos y piernas.
		Coordino movimiento de brazos con la tecnica de respiración						
46	Sensibilizar los segmentos corporales	Domino la fase acuática de MS del estilo espalda.	Aplico las ventajas de la segmentación corporal.					
			Experimento las nociones en tiempo y espacio.					
24	47	Coordinar las dimensiones cinestésicas	Integro las fases aérea y acuática de la brazada de espalda.	Empleo la parte física de tirón y empuje: (flexión extensión codo).				
				Coordino posición 12 y 6 dorsal de MS.				
				Desarrollo la noción espacio-temporal.				
				Coordino rólido y mecánica respiratoria.				
48	Fortalecer el desarrollo de la resistencia anaeróbica.	Desarrollo la salida técnica del estilo espalda.	Implemento ciclos patada, brazada y respiración.					
			Coordino posición 12 y 6 dorsal de MS.					
25	49	Afianzar la percepción y conciencia corporal.	Hago el viraje técnico del estilo espalda.	Construyo las capacidades perceptivas y sensoriales.				
				Preparo garres, flexiones y extensiones.				
				Hallo las fases abajo y afuera tirón y empuje.				
				Domino un gesto técnico eficiente.				
50	Estabilizar los movimientos técnicos del estilo espalda.	Demuestro las habilidades y destrezas adquiridas para la ejecución del estilo espalda.	Desarrollo la destreza motriz hacia el estilo técnico.					
			Retengo la posición agrupada y agarre de partidior.					
						Experimento la fase de impulso, vuelo y entrada.		
						Domino la fase de deslizamiento subacuático simultáneo. Apnea y capacidad de bloqueo respiratorio.		
						Mejoro la ubicación en tiempo y espacio.		
						Establezco las fases de aproximación y acomodación.		
						Integro las fases de viraje y apoyo.		
						Desarrollo deslizamiento subacuático dorsal MI simultáneos, apnea y capacidad de bloqueo respiratorio.		
						Demuestro los progresos en cuanto a la resistencia aeróbica y anaeróbica.		
						Evidencio la estructuración del gesto técnico.		
						Realizo salida, viraje y llegada en estilo espalda.		
						Coordino brazada y patada del estilo espalda.		

DOMINIO						LIBRE		
OBJETIVO GENERAL						Fomentar hábitos de vida saludable que permitan mejorar el estilo de vida de los estudiantes a nivel técnico, motriz, físico.		
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Identifico las ventajas del desarrollo de las capacidades físicas para la buena salud.	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Tomo el tiempo de recreación de mi centro de interés como momento independiente de las actividades escolares.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Reflexiono sobre mis dificultades y errores	procurando desarrollar adecuadamente las actividades planteadas a partir de principios y técnicas básicas.
SEMANA	CLASE	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS
26	51	Fortalecer sus sentimientos, anhelos y vivencias en el medio acuatico.	Asumir un liderato específico en su familia con el fin de recibir opiniones que aporten a su desarrollo.	Valorar el compromiso del docente y de sus compañeros siendo amistoso y empático.	Aportar conocimiento y aprendizajes a sus compañeros y docente para trabajar en conjunto.	Consolidar la percepción corporal.	Adquiero una óptima posición del cuerpo para hacer el estilo libre.	Mejoro el tono muscular y fuerza. Construyo la percepción tiempo espacio. Realizo los deslizamientos y desplazamientos. Implemento flotación, equilibrio propios del estilo. Implemento alternancia MI mecánica respiratoria.
	52					Hacer eficiente la coordinación dinámica y estática.	Afino la patada del estilo libre con énfasis en la mecánica respiratoria bilateral.	Coordino respiración-rotación corporal. Cambio el ajuste corporal hacia la respiración del estilo libre Desarrollo las capacidades físicas. Desarrollo resistencia fuerza y velocidad.
27	53					Identificar de capacidades corporales.	Realizo patada alterna de manera consciente y autónoma.	Establezco ciclos de patada. Implemento las rotaciones corporales. Mejoro la coordinación en cuanto a la mecánica respiratoria.
	54					Incrementar la coordinación dinámica.	Coordino la alternancia de MI con los MS.	Construyo coordinación viso pédica, coordinación viso - manual. Mantengo la resistencia aerobica y anaerobica. Coordino ciclos patada - brazada - respiración. Evoluciono hacia el gesto técnico.
28	55					Incentivar el desarrollo de la resistencia y la coordinación.	Integro las fases aérea y acuática de la brazada de libre	Mejoro el equilibrio y y la coordinación propias del estilo . Identifico bases de sustentación - apoyos. Integro la mecánica respiratoria a la coordinación general. Realizó el gesto técnico adecuadeo del estilo libre.
	56					Afinar la coordinación dinámica.	Hago técnicamente el estilo libre	Realizo ciclos de brazada - patada - respiración . Mantengo la simetría en la ejecución técnica del estilo. Mejoro fuerza, velocidad y resistencia en el estilo libre. Avanzo hacia el dominio del gesto técnico de libre.
29	57					Afianzar el ajuste corporal.	Reconozco y ejecuto de manera global la salida del estilo libre	Mejoro la percepción espacio-tiempo. Implemento las posiciones y fases de la entrada. Controlo el ajuste corporal necesario en la fase de vuelo, entrada y deslizamiento Realizo ondulación primer fase brazada.
	58					Fortalecer la percepción espacial y temporal.	Aprendo la técnica de viraje del estilo libre	Mejoro el tono y ajuste corporal. Implemento nado, aproximación, viraje. Implemento toque, rechazo, deslizamiento. Construyo la estructuración del engrama para libre con viraje.
30	59					Afianzar el desarrollo y fortalecimiento de la imagen corporal.	Ejecuto coordinadamente el desplazamiento en estilo libre incluyendo salida y viraje durante el recorrido.	Interpreto las reglas pre competitivas. Desarrollo salida y viraje estilo libre. Coordino ciclos de patada, brazada, respiración. Implemento el viraje técnico estilo libre.
	60					Incentivar el desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.	Demuestro las habilidades y destrezas adquiridas para la ejecución del estilo libre	Demuestro el gesto técnico estilos libre y espalda. Presento salida y viraje del estilo libre. Comprendo los resultados cualitativos y cuantitativos. Ejecuto con un ritmo continuo el estilo libre.

OBJETIVO GENERAL						DOMINIO			PECHO													
						Promover el aprendizaje del estilo pecho con el fin de generar un desarrollo de sus capacidades motrices, físicas, técnicas y dimensiones del desarrollo humano.																
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Combino diferentes movimientos técnicos para el desarrollo de mis capacidades motrices y físicas.															
						DIMENSIÓN LÚDICA	Descubro diferentes maneras de relacionarme con mi cuerpo por medio de actividades lúdicas, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés natación.															
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprendo las diferentes formas básicas de movimiento mediante la realización de los ejercicios y actividades específicas al estilo pecho.															
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS														
31	61	Asumir sus emociones y conductas en el momento de la practica.	Respetarlas opiniones y consejos dados por su familia.	Respetar las diferencias de sus compañeros y ayuda a mejorar sus habilidades.	Comprender los gestos técnicos que se van a realizar de manera adecuada y comprensiva.	Consolidar la percepción corporal.	Adquiero una óptima posición del cuerpo para realizar el estilo pecho.	Refuerzo el tono muscular y fuerza. Asimilo la percepción tiempo espacio. Realizo los deslizamientos y desplazamientos propios del estilo. Implemento flotación y equilibrio propios del estilo.														
	62					Asociar de manera eficiente la coordinación dinámica y estática.	Coordino el pateo y braceo del estilo pecho.	Ejecuto deslizamiento inicial del movimiento en posición rectilínea. Realizo el agarre adecuado en el agua para obtener mejor propulsión. Mejoro el impulso de piernas y pies hacia la superficie. Realizo brazada y patada debajo del agua.														
32	63					Identificar las capacidades corporales.	Desarrollo las capacidades corporales para aumentar la potencia de MI y MS.	Controlo la fuerza para realizar el empuje en la brazada propia del estilo. Adquiero resistencia específica propia del estilo pecho. Ejecuto empuje teniendo en cuenta el deslizamiento y la posicion del cuerpo.														
	64					Incrementar la coordinación dinámica.	Afino la brazada con el ciclo respiratorio.	Mejoro la coordinación en cuanto a la mecánica respiratoria. Afianzo la secuencia entre la brazada y la respiracion del estilo pecho. Mantengo un ritmo apropiado entre la inspiración y la expiración propia del estilo pecho. Coordino brazada - respiración. Evoluciono hacia el gesto técnico.														
33	65					Asumir sus emociones y conductas en el momento de la practica.	Respetarlas opiniones y consejos dados por su familia.	Respetar las diferencias de sus compañeros y ayuda a mejorar sus habilidades.	Comprender los gestos técnicos que se van a realizar de manera adecuada y comprensiva.	Incentivar el desarrollo de la resistencia y la coordinación.	Integro las fases de agarre, tiron y recobro del estilo pecho.	Realizo la extensión de brazos para mantener un agarre adecuado. Identifico bases de sustentación - apoyos. Controlo la ejecucion de los brazos al momento de realizar el tiron para poder avanzar en el agua. Realizo la ejecucion adecuada del recobro para tener un mejor deslizamiento.										
	66									Afinar la coordinación dinámica.	Realizo tecnicamenta el estilo pecho.	Implemento los ciclos brazada - patada - respiración. Desarrollo simetría en la ejecución técnica del estilo. Fortalezco fuerza, velocidad y resistencia. Avanzo hacia el dominio del gesto técnico de pecho.										
34	67									Afianzar el ajuste corporal.	Reconozco y ejecuto de manera global la salida del estilo pecho.	Mejoro la percepción espacio-tiempo. Implemento las posiciones y fases de la entrada. Ajusto mi cuerpo en la fase de entrada y vuelo. Realizo ondulación antes de la primera fase brazada.										
	68									Fortalecer la percepción espacial y temporal.	Establezco de manera correcta la posición del cuerpo en el estilo pecho.	Perfecciono el tono y ajuste corporal. Implemento nado y aproximación. Implemento toque, rechazo, deslizamiento. Construyo la estructuración de la secuencia para el estilo pecho. Interpreto las reglas pre competitivas del estilo pecho										
35	68									Asumir sus emociones y conductas en el momento de la practica.	Respetarlas opiniones y consejos dados por su familia.	Respetar las diferencias de sus compañeros y ayuda a mejorar sus habilidades.	Comprender los gestos técnicos que se van a realizar de manera adecuada y comprensiva.	Afianzar el desarrollo y fortalecimiento de la imagen corporal.	Ejecuto coordinadamente el desplazamiento en estilo pecho incluyendo salida y viraje durante el recorrido.	Desarrollo salida y viraje estilo pecho. Coordino ciclos de patada, brazada, respiración Implemento el viraje técnico estilo pecho.						
	70													Incentivar el desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.	Demuestro las habilidades y destrezas adquiridas para la ejecución del estilo pecho.	Presento la salida y ondulación específica del estilo pecho. Presento el viraje de manera adecuada cada vez que toco pared. Comprendo los resultados cualitativos y cuantitativos. Ejecuto correctamente la tecnica del estilo pecho.						
DOMINIO														MARIPOSA								
TIEMPO														DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Comprendo que la actividad fisica es parte fundamental de la vida e indispensable para la buena salud.			
																		DIMENSIÓN LÚDICA	Reconozco la importancia de conocer y aplicar las normas y condiciones de juego en el desarrollo del centro de interes.			
																		DIMENSIÓN COGNITIVA	Consolido las carecterísticas del estilo mariposa utilizando toda su capacidad de razonamiento y comprensión para la ejecución.			
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL									CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS						
36	71	Fomentar la practica deportiva para incentivar los hábitos de vida saludable que generen bien estar físico y mentalen el estudiante	Integrar a la familia en la construcción de contextos saludables que favorezcan el crecimiento integral de los estudiantes desde la practica deportiva.	Reconocer el deporte como derecho fundamental en la vida social y escolar de los estudiantes	Demostrar los aprendizajes adquiridos en el centro de interés como reconocimiento practico del deporte hacia la proyección del proyecto de vida									Consolidar la percepción corporal.	Adquiero una óptima posición del cuerpo para hacer el estilo mariposa.	Mejoro el tono muscular y fuerza. Construyo la percepción tiempo espacio. Realizo los deslizamientos y desplazamientos. Implemento flotación, equilibrio propios del estilo.						
	72													Hacer eficiente la coordinación dinámica y estática.	Afino la ondulación con énfasis en la mecánica respiratoria frontal y lateral.	Implemento la ondulacion a la mecánica respiratoria. Coordino respiración frontal y lateral con la ondulación. Cambio el ajuste corporal hacia la respiración del estilo mariposa. Desarrollo las capacidades físicas. Desarrollo resistencia fuerza y velocidad.						
37	73													Identificar las capacidades corporales.	Realizo ondulacion de manera consciente y autónoma.	Establezco ciclos de ondulación. Ejecuto empuje teniendo en cuenta el deslizamiento y la posicion del cuerpo. Mejoro la coordinación en cuanto a la mecánica respiratoria						
	74					Incrementar la coordinación dinámica.	Afino la brazada con el ciclo respiratorio.	Construyo coordinación viso pédica, coordinación viso - manual. Mejoro la resistencia aeróbica y anaeróbica. Coordino brazada - respiración. Evoluciono hacia el gesto técnico.														
38	75					Fomentar la practica deportiva para incentivar los hábitos de vida saludable que generen bien estar físico y mentalen el estudiante	Integrar a la familia en la construcción de contextos saludables que favorezcan el crecimiento integral de los estudiantes desde la practica deportiva.	Reconocer el deporte como derecho fundamental en la vida social y escolar de los estudiantes	Demostrar los aprendizajes adquiridos en el centro de interés como reconocimiento practico del deporte hacia la proyección del proyecto de vida					Incentivar el desarrollo de la resistencia y la coordinación.	Integro las fases aérea y acuática de la brazada de mariposa.	Mejoro el equilibrio y la coordinación propias del estilo. Identifico bases de sustentación - apoyos. Integro la mecánica respiratoria a la coordinación general. Desarrollo el gesto técnico mariposa.						
	76													Afinar la coordinación dinámica.	Hago técnicamente el estilo mariposa.	Realizo los ciclos brazada - patada - respiración. Desarrollo una simetría en la ejecución técnica del estilo. Implemento fuerza, velocidad y resistencia. Avanzo hacia el dominio del gesto técnico de mariposa.						
39	77													Afianzar el ajuste corporal.	Reconozco y ejecuto de manera global la salida del estilo mariposa.	Mejoro la percepción espacio-tiempo. Implemento las posiciones y fases de la entrada. Hago el ajuste corporal necesario en la fase de vuelo, entrada y deslizamiento.						
	78									Fortalecer la percepción espacial y temporal.	Aprendo la técnica de viraje del estilo mariposa.	Realizo ondulación primer fase brazada. Mejoro el tono y ajuste corporal. Implemento nado, aproximación, viraje. Implemento toque, rechazo, deslizamiento. Construyo la estructuración de la secuencia para mariposa.										
40	79									Fomentar la practica deportiva para incentivar los hábitos de vida saludable que generen bien estar físico y mentalen el estudiante	Integrar a la familia en la construcción de contextos saludables que favorezcan el crecimiento integral de los estudiantes desde la practica deportiva.	Reconocer el deporte como derecho fundamental en la vida social y escolar de los estudiantes	Demostrar los aprendizajes adquiridos en el centro de interés como reconocimiento practico del deporte hacia la proyección del proyecto de vida	Afianzar el desarrollo y fortalecimiento de la imagen corporal.	Ejecuto coordinadamente el desplazamiento en estilo mariposa incluyendo salida y viraje durante el recorrido.	Interpreto las reglas pre competitivas. Desarrollo salida y viraje estilo mariposa. Coordino ciclos de patada, brazada, respiración. Implemento el viraje técnico estilo mariposa.						
	80													Incentivar el desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.	Demuestro las habilidades y destrezas adquiridas para la ejecución del estilo mariposa.	Demuestro el gesto técnico estilos libre, espalda, pecho y mariposa. Presento salida y viraje del estilo mariposa. Comprendo los resultados cualitativos y cuantitativos. Realizo con un ritmo continuo el estilo mariposa.						

JORNADA ESCOLAR COMPLEMENTARIA												
CENTRO DE INTERÉS NATACION												
MALLA CURRICULAR CICLO 4 (12 - 14 AÑOS)												
EXPLORACION - ADAPTACIÓN 1												
OBJETIVO GENERAL						Familiarizar al estudiante al medio acuático desde el cumplimiento de las normas, la sana convivencia y la participación activa en la sesiones de clase del centro de interes natacion.						
TIEMPO		DIMENSION PSICOSOCIAL				DIMENSIÓN MOTRIZ	Reconozco múltiple formas de movimientos en el medio acuáticos a nivel global y segmentario.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Interpreto situaciones de actividades recreativas en el centro de interés y propongo diversas soluciones.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprendo las habilidades básicas que pueden ser desarrolladas en el medio acuático					
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	Desempeños				
1	1	Apoyar y fomentar el deporte en la vida diaria de los estudiantes	Orientar al núcleo familiar hacia la posibilidad de preyección en la formativa deportiva de los estudiantes.	Apoyar las experiencias de los estudiantes desde la practica deportiva para orientar sus proyectos de vida	Demostrar los aprendizajes adquiridos en el centro de interés como reconocimiento practico del deporte hacia su proyección personal.	Realizar transferencia física y psicológica al medio acuático, diagnostico de entrada	Sensibilizo mi cuerpo al medio acuático	Participo en el diagnostico inicial: ambientación en el medio acuatico				
	2					Afianzar la acción consciente de la respiración para su adecuado control		Reconozco el espacio, profundidad y distancia. Realizo diferentes formas basicas de movimiento conscientemente Obtengo Habilidades perceptivas y motrices durante la clase Desarrollo de conciencia segmentaria en el medio acuatico demuestro confianza en el medio acuatico por medio de desplazamientos (caminar, saltar, agacharse) en diferentes direcciones.				
2	3					Sensibiliza los segmentos corporales en el medio acuático con ajuste postural	Experimento y exploro las fases del control respiratorio	Experimento la respiración boca-boca, boca-nariz fuera y dentro del agua Realizo inmersiones parciales y totales con mis experiencias previas Ejecuto apneas cortas				
	4					Mejora el ajuste postural,la relajación de manera autónoma con control respiratorio		Experimento saltos al agua de una forma segura con apoyos y control respiratorio Trabajo coordinacion con control respiratorio en el medio acuatico Exploro inmersiones sacando objetos de la profundidad de la piscina Realizo flotaciones ventrales con material didactico Reeduco el ajuste postural para lograr la flotación ventral en las posiciones basicas (estrella, torpedo, flecha) Asimilo la perdida del equilibrio controlando su recuperación Controlo la posicion horizontal con apneas cortas Fortalece ajuste postural con control respiratorio Percibo el punto de flotación y gravedad en posición ventral				
3	5					Forlatace el ajuste y control corporal	Domino la flotación ventral	Desarrollo la coordinación viso-pedica y coordinación viso-manual ejecutando los ejercicios como: (Angelitos - Aviones) Ejecuto las diferentes formas corporales de flotación ventral haciendo énfasis en ajuste corporal				
	6					Afianza ajuste y tono coporal		Floto ventral en posiciones básicas (agrupado, estrella equilibrio torpedo) Realizo flotación dorsal con recuperación del equilibrio con apoyo Logro un tono muscular adecuado para mantener la posición hidrodinamica Afianzo ubicación temporo- espacial en la ejecución de la posición. Replico las posiciones basicas (estrella, torpedo, equilibrio) Mejoro ejerciciosde ubicación de segmentos				
4	7					Controla el ajuste corporal	Coordino la flotación dorsal	Realizo cambios de posición sin desplazamiento (equilibrio y distribucion de masa por segmentos) combino las posiciones basicas (estrella, torpedo) controlo la respiracion (boca - nariz)				
	8					Mejora los movimientos alternos de miembros inferiores y superiores		Mantengo equilibrio dinámico y estático con apoyo Trabajo el equilibrio dinámico con diferentes bases de sustentacion Controlo el ciclo respiratorio por boca - boca, boca- nariz. Dominio el apoyo durante el desplazamiento Realizo cambios de posición conservando la horizontalidad del cuerpo. Ejecuto el equilibrio dinámico con y sin apoyo de material combino las posiciones basicas en miembros superiores y inferiores				
5	9					Trabaja la ubicación temporo espacial	Coordino el desplazamiento en flotación ventral (énfasis en ajuste postural y ciclos respiratorios)	Experimento el avance al generar movimientos con miembros superiores y inferiores Mejoro los ciclos respiratorios y discriminación por boca nariz Desarrollo confianza y orientación en las diferentes pociones				
	10					Domina el ajuste corporal de manera autonoma		Ejecuto cambios de posición con alternancia de piernas Implemento la lateralidad (desplazamientos derecha e izquierda) Manejo ciclos resporatorios mateniendo la posicion Desarrollo temporo-espacial en el medio acuatico Ajusto la postura con control respiratorio Coordino, armónica y rítmica de los movimientos alternos				
						Evidencio ajuste postural en posicion hidrodinamica	Afianzo movimientos alternos en mienbros inferiores	Evidencio ajuste postural en posicion hidrodinamica				
								Mejoro el equilibrio dinámico con apneas cortas Reconozco la lateralidad con control respitario Desarrollo la coordinación mediante movimientos articulados Reconozco y aprovecho los espacios deportivos				

OBJETIVO GENERAL						EXPLORACIÓN - ADAPTACION 2								
						Lograr autonomía tanto debajo del agua como en la superficie generando confianza en el trascurso de los desplamamientos								
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	maneje múltiples formas de ejecución de movimientos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, en el centro de interes natacion.							
						DIMENSIÓN LÚDICA	muestro interes por interaccionar con mis compañeros y fortalecer el trabajo en equipo							
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Respeto las normas y acuerdos para mejorar el trabajo en clase en el centro de interes natación.							
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	SUBTEMA						
6	11	Fortalecer los sentimientos, las emociones , anhelos y vivencias en el medio acuático.	Asumir un liderato significativo en su familia con el fin de recibir opiniones que aporten a su desarrollo.	Valorar el compromiso del docente y de sus compañeros siendo amistoso y empático.	Comprender los comportamientos personaes y de su entorno desde la practica deportiva del centro de interés	Realiza desplazamientos y propulsiones con cambio de posicion	Ejecuta cambio de posicion vetral a dorsal	Fortalezco el control respiratorio y ajuste corporal Ejecuto desplazamiento con confianza y seguriad Desarrollo habilidades como girar, reptar, ganeo en diferentes posiciones comprendo las habilidades basicas						
	12					Desarrolla la ubicación temporo-espacial	Genero desplazamientos dorsales mediante la alternancia de piernas y brazos.	Genero movimientos alterno, autónomos de las extremidades Vivencio la alternancia del tren superior e inferior de manera autónoma Realizo ajuste corporal con control respiratorio y apneas parciales Domino corporal, lateralidad y equilibrio Ajusto mi cuerpo y coordinación de alternancia de piernas y brazos						
7	13					Afianza el ajuste postural en diferentes planos	Genero desplazamiento ventral con la alternancia de piernas y brazos	Realizo adecuados cambios de posición Ejecuto posición hidrodinámica de brazos Afianzo ajuste corporal Ejecuto una adecuada coordinación de la alternancia de las extremidades en posición ventra Realizo la coordinación de la alternancia en piernas y brazos en posición ventral de manera autónoma Ejecuto inmersiones en diferentes posciones coordino movimientos alternos de las extremidades de manera autonoma						
								14	Fortalece los movimientos simultáneos de piernas	Coordino los movimientos simultáneos del tren inferior en flotacion ventral	Realizo recorridos en inmersión mediante el movimiento ondulatorio con énfasis en el tren inferior Ejecuto el movimiento ondulatorio ventral de manera autónoma con énfasis en ajuste postural Desarrollo el control respiratorio (boca- boca, nariz-boca) Realizo adecuado ajuste corporal Empleo movimiento ondulatorio con manejo de distancia			
	8					15	Trabaja la abducción y aducción				Ejecuto movimientos simultáneos de aducción y abducción de las extremidades en flotación ventral y dorsal	Ejecuto la coordinación ventral de la simultaneidad de aducción y abducción de las extremidades énfasis en ajuste postural Realizo la coordinación con cambios de posición ventral y dorsal en aducciones y abducciones de énfasis en ajuste corporal Desarrollo inmersiones con control respitorio Ajusto el cuerpo mateniendo la posición con apoyo de material idactico Ajusto la coordinación del movimiento de aducción y abducción de las extremidades Ejecuto deslizamiento corporal de manera autónoma con manejo de distancia		
								16	Realiza combinaciones de movimientos alternos y simultáneos de piernas y brazos	Genero movimientos alternos y simultáneos de las extremidades en flotación ventral		Controlo los ciclos respiratorios Ejecuto la coordinación de movimientos simultáneos de piernas con alternancia de brazos y control respiratorio Realizo la coordinación de la alternancia en piernas y brazos en posición ventral de manera autónoma realizo inmersiones con la coordinación de movimientos de alternancia de piernas con simultaneidad de brazos y control respiratorio de apnea Genero propulsion por las extremidades Realizo la coordinación de la alternancia en piernas y brazos en posición ventral de manera autónoma		
17												Refuerza el equilibrio dinámico	Coordino los movimientos alternos y simultáneos de las extremidades en flotación dorsal	Ejecuto la coordinación de movimientos alternos de piernas con simultaneidad de brazos en posición dorsal Afianzo la coordinación de movimientos simultáneos con alternancia de brazos en flotación dorsal Realizo inmersiones con la coordinación de movimientos de alternancia y simultaneidad de las extremidades Controlo la apnea (cortas de manera voluntarias) Desarrollo del ajuste corporal, ejecutando movimiento de patada simultanea.
														18
10												19	Mejora el ajuste postural	
	20					Trabaja la velocidad de reacción	Realizo entradas al agua de cabeza desde diferentes alturas	Ejecución de entrada de cabeza arrodillados, énfasis en ajuste corporal Realizo entrada desde el borde de la piscina de pie, énfasis en ajuste corporal Desarrollo de la capacidad respiratoria (Boca - Nariz) Desequilibrio y ajuste postural para la posición inicial Realizo salto y entrada al agua con control respiratorio						

DOMINIO PRE ESTILOS ALTERNOS									
OBJETIVO GENERAL						Desarrollar la coordinación de movimientos alternos en el tren superior e inferior para los estilos espalda y libre.			
COMPETENCIAS							CRITERIOS DE DESEMPEÑO		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Controla múltiples formas de ejecución de movimientos alternos utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global en los estilos espalda y libre.		
						DIMENSIÓN LÚDICA	Reconoce las habilidades de su propio cuerpo por medio de actividades lúdicas orientadas en el centro de interés natación.		
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Explora y comprende los movimientos alternos enfocados a los estilos espalda y libre.		
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑOS	
11	21	Generar buena convivencia en su entorno dentro y fuera de las practicas deportivas	Fomentar la buena convivencia en su entorno familiar como pilar del crecimiento integral del estudiante	Influir de manera positiva hacia los beneficios de la practica deportiva para la salud y el bienestar del entorno cercano	Reconoce los beneficios de la practica deportiva	Discriminar las fases de la patada alterna en posición dorsal	Identifica la coordinación necesaria para el desarrollo de patada para el estilo espalda	Entiende la importancia del ajuste postural identifica la extensión de las articulaciones del tren inferior Analiza los diferentes momentos de la patada alterna. comprende la terminología técnica para la patada de espalda comprende la ejecución global de los movimientos alternos del intren inferior	
	22					Desarrollar la coordinación de miembros inferiores para la patada del estilo espalda	Domina la coordinación adecuada para el desarrollo de la patada para el estilo espalda	Ejecuta el ajuste postural en posición dorsal (equilibrio y flecha) Realiza la extensión de las articulaciones del tren inferior Desarrolla los diferentes momentos de la patada alterna. Depura los conceptos técnicos de la patada para el estilo espalda domina la ejecución global de los movimientos alternos del tren inferior.	
12	23					Discriminar las fases de la patada alterna en posición ventral	Identifica la coordinación necesaria para el desarrollo de la patada para el estilo libre	Entiende la importancia del ajuste postural identifica la extensión de las articulaciones del tren inferior Analiza los diferentes momentos de la patada alterna. comprende la terminología técnica para la patada de estilo libre. comprende la ejecución global de los movimientos alternos del intren inferior.	
	24					Desarrollar la coordinación de miembros inferiores para la patada del estilo libre	Domina la coordinación adecuada para el desarrollo de la patada para el estilo libre.	Ejecuta el ajuste postural en posición ventral (equilibrio y flecha) Realiza la extensión de las articulaciones del tren inferior Desarrolla los diferentes momentos de la patada alterna. Depura los conceptos técnicos de la patada para el estilo libre Domina la ejecución global de los movimientos alternos del tren inferior.	
13	25					Asimila la coordinación de movimientos para la brazada en el estilo espalda	Interioriza las fases para la ejecución de la brazada del estilo espalda	Identifica las fases de la brazada para el estilo espalda Comprende la ejecución en alternancia de la brazada para el estilo espalda Identifica las posición hidrodinamica de la mano en la ejecución de la brazada (recobro o fase aérea.) Interpreta la fase acuática de la brazada para el estilo espalda. Analiza y entiende la coordinación de la brazada global para el estilo espalda (brazada de molino.)	
	26					ejecuta la coordinación de movimientos para la brazada en el estilo espalda	Desarrolla la coordinación para las fases que componen la brazada del estilo Espalda	Desarrolla las fases de la brazada para el estilo espalda realiza la ejecución en alternancia de la brazada para el estilo espalda. depura posición hidrodinamica de la mano en la ejecución de la brazada (recobro o fase aérea) Ejecuta la fase acuática de la brazada para el estilo espalda. Domina la coordinación de la brazada global para el estilo espalda (brazada de molino.)	
14	27					Asimila la coordinación de movimientos para la brazada en el estilo libre	interioriza las fases para la ejecución de la brazada del estilo libre.	Identifica las fases de la brazada para el estilo libre. Comprende la ejecución en alternancia de la brazada para el estilo libre. Identifica las posición hidrodinamica de la mano en la ejecución de la brazada para el estilo libre (fase acuática.) Interpreta la fase aérea de la brazada para el estilo libre. Analiza y entiende la coordinación de la brazada global para el estilo libre. (punto muerto.)	
	28					Domina la coordinación de movimientos para la brazada Global en el estilo libre	Ejecuta de manera global la brazada del estilo libre.	Realiza las fases de la brazada para el estilo libre. (acuática y aérea) Ejecuta la brazada global del estilo libre a punto muerto. Desarrolla la extensión de las articulaciones del tren superior en brazada global del estilo libre Depura la cadena sinérgica de movimiento en la fase aérea de la brazada del estilo libre global. Domina la coordinación de la brazada global para el estilo libre. (punto muerto.)	
15	29					Comprende y Domina la salida de manera global para los estilos espalda y libre	Reconoce y ejecuta la salida para los estilos espalda y libre de forma global.	Identifica puntos de apoyo en la salida global en los estilos espalda y libre Analiza la importancia del ajuste postural en la salida global para los estilos espalda y libre. Realiza la salida de forma global de los estilos espalda y libre. Depura el ajuste postural en la salida global para los estilos espalda y libre. Ejecuta el esquema corporal para las salidas de los estilos espalda y libre de forma global.	
	30					Ejecuta de forma global los estilos espalda y libre	Comprende y desarrolla la ejecución de los estilos espalda y libre de forma global.	Comprende los movimientos realizados en la ejecución global de estilo espalda Comprende los movimientos realizados en la ejecución global de estilo libre. Realiza nado continuo en distancias de 15 mts, en la globalidad del estilo espalda Realiza nado continuo en distancias de 15 mts, en la globalidad del estilo libre. Ejecuta la salida de manera global de los estilos espalda y libre.	

APROPIACIÓN - PRE ESTILOS SIMULTÁNEOS								
OBJETIVO GENERAL						Desarrollar la coordinación de movimientos simultáneos en el tren superior e inferior para los estilos pecho y mariposa.		
TIEMPO	DIMENSION PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Experimenta a través de su cuerpo diferentes posibilidades de movimientos globales y ciclos respiratorios propios de los estilos simultáneos	
						DIMENSIÓN LÚDICA	Reconozco la importancia de las reglas y normas del centro de interés, para el desarrollo de las actividades recreativas con mis compañeros.	
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Diferencia los movimientos específicos que componen los estilos de natación	
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	SUBTEMA
11	21	Reconocer la importancia de generar estrategias de autocontrol durante las actividades en el centro de interés natación.	Integrar a los padres en el proceso de enseñanza - aprendizaje para que puedan observar como se inician las habilidades acuáticas de sus hijos y de esta manera fortalecer el desarrollo integral del estudiante.	Integrar las dinámicas deportivas en el fortalecimiento de las relaciones interpersonales dentro de las sesiones de clase como canal de prevención de conductas violentas.	Proyectar los conocimientos aprendidos para la práctica diaria y proyectos de vida en torno al deporte	Discriminar las fases de la patada simultánea para estilo pecho	Identifica la coordinación necesaria para el desarrollo de la patada para el estilo pecho	Entiende la importancia del ajuste postural Identifica los movimientos de las articulaciones del tren inferior (cadera, rodilla y tobillo) Analiza los diferentes momentos de la patada simultánea. Comprende la terminología técnica para la patada de pecho comprende la ejecución global de los movimientos simultáneos del intren inferior
	22					Desarrollar la coordinación de miembros inferiores para la patada del estilo pecho	Domina la coordinación adecuada para el desarrollo de la patada para el estilo pecho	Ejecuta el ajuste postural en posición ventral y dorsal en las diferentes posiciones básicas Realiza los movimientos de las articulaciones del tren inferior (cadera, rodilla y tobillo) Desarrolla los diferentes momentos de la patada sumultánea. Depura los conceptos técnicos de la patada para el estilo pecho Domina la ejecución global de los movimientos simultáneos del tren inferior.
12	23					Discriminar las fases de la patada simultánea en posición ventral y dorsal	Identifica la coordinación necesaria para el desarrollo de la patada para el estilo pecho	Entiende la importancia del ajuste postural Identifica la extensión de las artuculaciones del tren inferior Analiza los diferentes momentos de la patada simultánea y el deslizamiento. Comprende la terminología técnica para la patada de estilo pecho. Ejecuta la globalidad de los movimientos simultáneos del intren inferior.
	24					Desarrollar la coordinación de miembros inferiores para la patada del estilo pecho	Domina la coordinación para el desarrollo de la patada para el estilo pecho.	Ejecuta el ajuste postural en posición ventral (equilibrio y flecha) Realiza la plantiflexión y dorsiflexión Desarrolla los diferentes momentos de la patada simultánea. Reconoce los conceptos técnicos de la patada para el estilo pecho Demuestra la ejecución global de la patada del estilo pecho
13	25					Asimilar la coordinación de movimientos para la brazada en el estilo pecho	Interioriza las fases para la ejecución de la brazada del estilo pecho	Identifica las fases de la brazada para el estilo pecho Comprende la ejecución en simultaneidad de la brazada para el estilo pecho Identifica la posición de los miembros superiores para la ejecución de la brazada del estilo pecho. Interpreta las diferentes fases de la brazada para el estilo pecho. Analiza y entiende la coordinación de la brazada global para el estilo pecho Exploro las fases de ciclo respiratorio propia del estilo Desarrolla las fases de la brazada y patada para el estilo pecho
	26					Ejecutar la coordinación de movimientos para la globalidad del estilo pecho	Desarrolla la coordinación de miembros superiores e inferiores para la globalidad del estilo pecho	Realiza la ejecución en simultaneidad de la brazada y patada para el estilo pecho Coordina los elementos de brazada, patada y respiración Realiza el ciclo respiratorio del estilo
14	27					Asimilar la coordinación de movimientos para la brazada en el estilo mariposa	interioriza las fases para la ejecución de la brazada del estilo mariposa.	Realizo ondulación en diferentes posiciones (latera, ventral y dorsal) y variando las distancias. Comprende la ejecución en simultaneidad de la brazada para el estilo mariposa. Identifica la posición de la brazada para el estilo mariposa en la fase acuática Identifica la posición de la brazada para el estilo mariposa en la fase aérea Analiza y entiende la coordinación de la brazada global para el estilo mariposa
	28					Domina la coordinación de movimientos para la brazada Global en el estilo mariposa	Ejecuta de manera global la brazada del estilo mariposa.	Ejecuta las fases de la brazada para el estilo mariposa (acuática y aérea) Desarrolla la extensión de las articulaciones del tren superior en brazada global del estilo mariposa con ciclo respiratorio. Depura la cadena sinérgica de movimiento en la fase aérea de la brazada del estilo mariposa global. Domina la coordinación de la brazada global para el estilo mariposa
15	29					Ejecutar la coordinación de movimientos para la globalidad del estilo mariposa	Reconoce y ejecuta el estilo mariposa en su globalidad	Desarrolla las fases de la brazada y patada para el estilo mariposa Realiza la ejecución en simultaneidad de la brazada y patada para el estilo mariposa Realiza el ciclo respiratorio del estilo Identifica puntos de apoyo en la salida global en los estilos pecho y mariposa Ejecuta el esquema corporal para las salidas de los estilos espalda y libre de forma global.
	30					Ejecuta de forma global los estilos pecho y mariposa	Comprende y desarrolla la ejecución de los estilos pecho y mariposa de forma global.	Comprende los movimientos realizados en la ejecución global de estilo pecho Comprende los movimientos realizados en la ejecución global de estilo mariposa. Realiza nado continuo en distancias de 25 mts, en la globalidad del estilo pecho Realiza nado continuo en distancias de 25 mts, en la globalidad del estilo mariposa. Ejecuta salidas y entradas propias de los estilos pecho y mariposa. Realiza rollos y giros

DOMINIO ESPALDA									
OBJETIVO GENERAL						Generar dominio del estilo espalda con sus diferentes elementos técnicos.			
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Demuestro las posibilidades de movimiento desde las actividades acuáticas aplicando las técnicas propias del estilo espalda.		
						DIMENSIÓN LÚDICA	Comprendo que a través del juego la tolerancia es importante en la vida cotidiana, respetando las diferentes circunstancias que permitan contribuir a nuestro desarrollo.		
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprendo los elementos técnicos aplicados al estilo espalda		
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	DESEMPEÑO	
21	41	Incntivar el desarrollo de la práctica deportiva como estrategia para fortalecer los habitos de vida saludable	Acompañar el proceso del estudiante como eje motivador para la continuidad en el deporte	Reconocer el deporte como derecho fundamental en la vida de los estudiantes y sus practicas cotidianas.	Analizar los avances personales que se han logrado en el centro de inetrés	Afianzar el ajuste postural aplicado al estilo técnico de espalda durante la patada	Mejoro el ajuste postural	Mejoro la patada lateral con y sin apoyo móvil Realizo desplazamientos en posición dorsal con y sin elemento en distancia de 25 metros Realizo desplazamiento con cambios de posición ventral - dorsal - lateral. Trabajo la alineación corporal: cabeza - tronco y extremidades. Aplico cambios de ritmo de la patada alterna.	
	42					Afianzar el ajuste postural aplicado al estilo técnico de espalda durante el Rolido con acción de brazo	Mejoro el ajuste postural para la brazada	Comprendo el desplazamiento en posición dorsal con Rolido Afianzo la brazada alterna con énfasis en la máxima extensión de codo Ejecuto brazadas aplicando roldo Concientizo la posición de la entrada de la mano al agua. Coordino los movimientos propios de la brazada del estilo	
22	43					Mejorar la técnica de la brazada del estilo espalda con extensión de codo	Desarrollo la brazada técnica del estilo espalda	Realizo brazada de espalda con punto muerto en las diferentes posiciones básicas Ejecuto desplazamiento con brazada técnica del estilo espalda Desarrollo la fluidez del ritmo de la brazada Controlo el ciclo respiratorio realizando patada y brazada Coordino movimientos de tren superior e inferior propios del estilo	
	44					Enfatizar las fases de la brazada identificando el agarre, tracción, empuje y recobro	Manejo la independencia segmentaria	Realizo brazada de espalda con entrada, agarre, tracción y empuje Ejecuto extensión de codo realizando roldo y entrada correcta de la mano. Aplico fluides en la brazada Ejecuto de movimientos de remo Coordino la brazada, patada y respiración en distancia de 25 metros. Implemento la coordinación con los ciclos de patada brazada y respiración.	
23	45					Coordinar la dinámica general del estilo espalda	Domino los movimientos alternos de brazos con fluidez y relajación junto a la ejecución de la patada y la coordinación dinámica general	Mejoro la resistencia Realizo estilo espalda fluido Afianzo la propiocepción en la ejecución del estilo Potencio el deslizamiento dorsal, los rollos y empujes.	
	46					Realizar el viraje del estilo espalda	Coordino el rollo, empuje y deslizamiento para la dinámica general del viraje	Comprendo los cambios posición para el viraje Identifico el acercamiento a la pared para el viraje del estilo espalda Integro el giro con el empuje en el viraje Afianzo el control respiratorio. Aplico el rechazo para el deslizamiento subacuático en posición hidrodinámica. Coordino el viraje	
24	47					Realizar la salida del estilo espalda	Coordino la salida del estilo espalda	Sensibilizo el gesto tecnico del arco desde la transferencia tierra agua con asistencia Experimento las fases de impulso, vuelo y entrada de manos y cabeza. Mejoro el deslizamiento subacuático en relación con la salida Integrar todo el gesto técnico con salidas desde el partidior	
	48					Integrar todos los elementos técnicos del estilo: salida, estilo, viraje y toque	Demuestro los gestos técnicos de salida y viraje	Ejecuto la salida del estilo espalda Ejecuto el viraje del estilo espalda Integro la salida y nado del estilo espalda Domino el nado y el viraje del estilo espalda Coordino salida, nado, viraje y toques del estilo espalda.	
25	49					Integrar todos los elementos técnicos del estilo: salida, estilo, viraje y toque	Demuestro los gestos técnicos de salida, estilo, viraje y toque	Ejecuto recorridos en estilo espalda por 50 metros Realizo salidas, nado, viraje y toques del estilo completo Identifico el reglamento técnico del estilo y lo aplico Experimento actividades pre competitivas.	
	50					Evaluar la ejecución del estilo espalda	Coordino las fases del estilo	Realizo la salida y deslizamiento subacuático por 5 metros de estilo espalda Ejecuto viraje deslizamiento subacuático por 5 metros del estilo espalda Coordino salida, nado, viraje y toques del estilo espalda por 50 metros	

OBJETIVO GENERAL						DOMINIO LIBRE						
						Generar dominio del estilo libre con sus diferentes elementos técnicos.						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Demuestro las posibilidades de movimiento desde las actividades acuáticas aplicando las técnicas propias del estilo espalda.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Comprendo que a través del juego la tolerancia es importante en la vida cotidiana, respetando las diferentes circunstancias que permitan contribuir a n					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Comprendo los elementos técnicos aplicados al estilo libre					
SEMANA	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUAL	CONTENIDO	TEMA	SUBTEMA				
21	41	Respetar las diferencias que se presentan entre compañeros dentro de las sesiones de clase.	Integrar la practica deportiva en el contexto familiar para la adquisición de hábitos de vida saludable en el entorno	Grantizar el respeto de os derechos de los NNJA en su proceso de enseñanza aprendizaje en el centro de interés	Reconocer Los avances de sus compañeros apoyando el proceso desde el trabajo en equipo	Afianzar el ajuste postural aplicado al estilo técnico de libre durante la patada	Mejoro el ajuste postural	Mejoro la patada lateral con y sin apoyo móvil Realizo desplazamientos en posición ventral con y sin elemento en distancia de 25 metros Realizo desplazamiento con cambios de posición ventral - dorsal - lateral. Trabajo la alineación corporal: cabeza - tronco y extremidades. Aplico cambios de ritmo de la patada alterna.				
	42					Afianzar el ajuste postural aplicado al estilo técnico de libre durante el Rolido con acción de brazo		Mejoro el ajuste postural para la brazada	Comprendo el desplazamiento en posición ventral con rolido Afianzo la brazada alterna con énfasis fleción y extensión de codo Ejecuto brazadas aplicando rolido Concientizo la posición de la entrada de la mano al agua. Coordino los movimientos propios de la brazada del estilo			
22	43					Mejorar la técnica de la brazada del estilo libre con extensión de codo	Desarrollo la brazada técnica del estilo libre	Realizo brazada de libre con punto muerto en las diferentes posiciones básicas Ejecuto desplazamiento con brazada técnica del estilo libre Afianzo la respiración lateral derecha -izquierda Controlo el ciclo respiratorio lateral realizando patada y brazada Coordino movimientos de tren superior e inferior propios del estilo				
	44							Enfatizar las fases de la brazada identificando el agarre, tracción, empuje y recobro	Manejo la independencia segmentaria	Realizo brazada de libre con entrada, agarre, tracción, empuje, deslizamiento y recobro Ejecuto la brazada realizando rolido y entrada correcta de la mano. Aplico fluides en la brazada Ejecuto la brazada en relación a la frecuencia, tiempo y espacio. Coordino la brazada, patada y respiración en distancia de 25 metros. Implemento la coordinación con los ciclos de patada, brazada y respiración.		
23	45					Coordinar la dinámica general del estilo libre	Domino los movimientos alternos de brazos con fluidez y relajación junto a la ejecución de la patada y la coordinación dinámica general	Mejoro la resistencia Realizo estilo libre fluido Afianzo la propiocepción en la ejecución del estilo Potencio el deslizamiento ventral, los rollos y empujes.				
	46							Realizar el viraje del estilo libre	Coordino el rollo, empuje y deslizamiento para la dinámica general del viraje	Comprendo la aproximación para el viraje Identifico el acercamiento a la pared para el viraje del estilo espalda Integro el giro con el empuje en el viraje Afianzo el control respiratorio. Aplico el rechazo para el deslizamiento ventral subacuático en posición hidrodinámica. Coordino el viraje		
24	47					Realizar la salida del estilo libre	Coordino la salida del estilo libre	Fortalecer la confianza de la entrada al agua a diferentes alturas Experimento las fases de impulso, vuelo, entrada de manos y cabeza. Mejoro el deslizamiento subacuático en relación con la salida Integrar todo el gesto técnico con salidas desde el partidior				
	48							Integrar todos los elementos técnicos del estilo: salida, estilo, viraje y toque	Demuestro los gestos técnicos de salida y viraje	Ejecuto la salida del estilo libre Realizo el viraje del estilo libre Integro la salida y nado del estilo libre Domino el nado y el viraje del estilo libre Coordino salida, nado, viraje y toques del estilo libre		
25	49					Integrar todos los elementos técnicos del estilo: salida, estilo, viraje y toque	Demuestro los gestos técnicos de salida, estilo, viraje y toque	Ejecuto recorridos en estilo libre por 50 metros Realizo salidas, nado, viraje y toques del estilo completo Identifico el reglamento técnico del estilo y lo aplico Experimento actividades pre competitivas.				
	50							Evaluar la ejecución del estilo libre	Coordino las fases del estilo libre	Realizo la salida y deslizamiento subacuático por 5 metros de estilo libre Ejecuto viraje deslizamiento subacuático por 5 metros del estilo libre Coordino salida, nado, viraje y toques del estilo libre por 50 metros		
DOMINIO PECHO												
OBJETIVO GENERAL						Generar dominio del estilo pecho con sus diferentes elementos técnicos.						
TIEMPO	DIMENSIÓN PSICOSOCIAL					DIMENSIÓN MOTRIZ	Identifico las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés natacion.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Vivencio diversos juegos y ejercicios de carácter individual y colectivo con y sin la utilización de elementos deportivos propios del centro de interés natacion.					
						DIMENSIÓN COGNITIVA	Identifico los elementos técnicos del estilo para ser aplicados en su ejecución					
SEMAN	CLASE Nº	PERSONAL	FAMILIAR	SOCIAL	CONCEPTUA	CONTENIDO	TEMA	SUBTEMA				
31	61	Aplicar lo aprendido en el centro de intrés para el desarrollo personal en la vida social	Construir amientes productivos y saludables para los NNJA que promuevan la practica deportiva	Garantizar la participación de los NNJA en la vida deportiva	Proyectar los objetivos personales hacia la construcción de un proyecto de vida desde la practica deportiva	Afianzar el ajuste postural del estilo pecho para la patada	Aprendo la patada del estilo por fases fuera del agua	Comprendo las fases de la patada y posiciones a ejecutar Irradio la patada desde la transferencia tierra - agua Diferencio e identifico los movimientos de abducción y aducción de cadera Diferencio e identifico los movimientos de dorsiflexión y plantiflexión de cuello de pie Identifico las fases de la patada: preparatoria o de rcobro y propulsora Demuestro la patada propia del estilo pecho				
	62					Ajustar los elementos tecnicos de la patada del estilo pecho		Sensibilizo la patada técnica del estilo pecho	Afianzo la ejecución de patada con y sin apoyo móvil Aplico el deslizamiento luego de la apropiulsión de patada. Ejecuto patada del estilo pecho en las posiciones básicas torpedo, equilibrio, flecha Finalizo la patada con total extensión de las articulaciones de miembros Coordino los gestos tecnicos de la patada en posición ventral y dorsal			
32	63					Ajustar los elementos tecnicos de la brazada para la del estilo pecho	Irradio la coordinación de miembros superiores con ciclos respiratorios para el estilo pecho	Identifico a partir de la transferencia tierra agua las fases de la brazada Comprendo la tracción de la brazada: agarre y apoyo Demuestro la tracción de la brazada: agarre y apoyo Comprendo el recobro de la brazada, extensión de codos Demuestro el recobro de la brazada, extensión de cdos Integro la respiración frontal en la brazada Coordino la brazada en su totalidad tecnicamente ejecutada con control respiratorio				
	64							Ajustar los elementos tecnicos para la del estilo pecho	Mantengo la coordinación de miembros superiores con ciclos respiratorios para el estilo pecho	Integro la respiración frontal en la brazada Mantengo el control respiratorio en l ejecución de la brazada Coordino la brazada en su totalidad tecnicamente ejecutada con control Ajusto la cabeza correctamente en relación a la respiración y momento de Coordino la brazada en su totalidad tecnicamente ejecutada con control respiratorio y ajuste corporal		
33	65					Coordinar el movimeinto de miembros superiores y miembros inferiores para el estilo pecho	Ejecuto el estilo pecho de manera coordinada	Afianzo la brazada con realización de scullig y remadas Realizo ciclo de brazada por ciclo de patada Coordino el momento de ejecución patada con el momento de ejecución de la brazada Enfatizo en el deslizamiento Mantengo la continuidad en el ritmo de ejecución d Coordino de manera general y técnica el estilo pecho				
	66							Coordinar el movimeinto de miembros superiores y miembros inferiores para el	Ejecuto el estilo pecho de manera coordinada	Realizo ejercicios con cilos de brazada y patada 1-1 / 2-2 / 3-3 etc... Enfatizo en el deslizamiento Mantengo la continuidad en el ritmo de ejecución Coordino de manera general y técnica el estilo pecho		
34	67					Realizar el viraje del estilo pecho	Coordino el giro, empuje y deslizamiento para la dinámica general del viraje	Comprendo la aproximación para el viraje Identifico el acercamiento y el toque a la pared para el viraje del estilo pecho Comprendo el giro para el viraje del estilo pecho Realizo el giro para el ciraje del estilo pecho Integro la aproximación, giro y toque para el estilo pecho				
	68							Realizar la salida del estilo pecho	Construllo la entrada del estilo pecho	Comprendo el rechazo y el deslizamiento como elentos del viraje Ejecuto los elementos del viraje de manera fluida y coordinada Fortalecer la confianza de la entrada al agua a diferentes alturas Experimento las fases de impulso, vuelo, entrada de manos y cabeza. Mejoro el deslizamiento subacuático en relación con la salida Integrar todo el gesto técnico con salidas desde el partidior Exploro, interiorizo y desarrollo el gesto de doble deslizada Ejecuto la salida del estilo con sus elementos tecnico y la doble deslizada.		
35	69					Integrar todos los elementos técnicos del estilo: salida, estilo, viraje y toque	Demuestro los gestos técnicos de salida, estilo, viraje y toque	Ejecuto recorridos en estilo pecho por 50 metros Realizo salidas, nado, viraje y toques del estilo completo Identifico el reglamento técnico del estilo y lo aplico Experimento actividades pre competitivas.				
	70							Evaluar la ejecución del estilo pecho	Coordino las fases del estilo pecho	Realizo la salida y doble deslizada por 8 metros Ejecuto viraje doble deslizada por 8 metros Coordino salida, nado, viraje y toques del estilo pecho por 50 metros		

OBJETIVO GENERAL						DOMINIO - MARIPOSA						
						Generar dominio del estilo mariposa con sus diferentes elementos técnicos.						
TIEMPO		DIMENSIÓN PSICOSOCIAL				DIMENSION MOTRIZ	Exploro las reacciones y cambios de su cuerpo cuando realiza ejercicios del estilo mariposa.					
						DIMENSIÓN LÚDICA	Comprendo que a través del juego la tolerancia es importante en la vida cotidiana, respetando las diferentes circunstancias que permitan contribuir a nuestro desarrollo.					
						DIMENSION COGNITIVA	Interpreto y comprendo los diferentes elemetos técnicos del estilo para lograr una ejecución técnica optima.					
SEMAN	CLASE Nº					CONTENIDO	TEMA	SUBTEMA				
36	71	Mantener la motivación hacia la practica deportiva según sean los onjetivos proyectados para la misma	Incentivar la practica deprtiva en la vida y rutina familiar	Integrar a la sociedad en el proyecto de vida saludable como fomento a la salud y bienestar general de los NNJA	Comprender la inportancia del proceso y aprendizajes adquiridos desde la practica deportiva de la natación.	Afianzar la ondulación ventral y dorsal	Fortalezco la patada delfín como base para el estilo mariposa	Comprendo la cadena cinetica para la ondulación				
							Coordino movimientos simultáneos ondulatorios					
72	Afianzar la ondulación					Domino la acción del movimiento ondulatorio	Afianzo el ajuste postural con ondulaciones en las diferen posiciones					
37	73					Explorar la acción simultanea de los brazos	Afianzo los gestos técnicos ptr la brazada del estilo	Realizo ondulaciones en posicion ventral y dorsal.				
								Fortalezco fuerza y resistencia para la ejecución del estilo				
								Identifico las fases de la patada: preparatoria-ascendente y propulsiva - descendente				
								Coordino movimientos simultáneos ondulatorios				
39	74					Tecnificar la acción simultánea de los brazos y la patada	Coordino los tiempos y movimientos técnicos para la mecánica respiratoria con la brazada del estilo mariposa	Fortalezco el ajuste postural con ondulaciones en las diferen posiciones básicas				
	75					Tecnificar la acción simultánea de los brazos y la patada	Coordino los elementos técnicos de brazada, respiración y patada porpios del estilo	Realizo ondulaciones en posicion ventral con el ajuste corporal indicado				
	76					Ajustar la tecnica general de la ejecución del estilo	Ejecuto el estilo espalda	Ejecuto ondulacions en posición hidrodinámica con control rspiratorio frontal				
	77					Realizar la salida del estilo pecho	Dominio la técnica fluida del estilo mariposa	Comprendo la fase aérea de la brazada				
40	78					Realizar el viraje del estilo pecho	Corrigo el estilo e irradiar salidas, virajes y llegadas	Identifico la fase aérea o de recobro de la brazada, codos elevados				
	79					Integrar todos los elementos técnicos del estilo: salida, estilo, viraje y toque	Demuestro los gestos técnicos de salida, estilo, viraje y toque	Afianzo el gesto de recobro de atrás hacia afuera, los lados y hacia adelante manteniendo la relajación y posición correcta de la mano.				
	80					Evaluar la ejecución del estilo mariposa	Realizo festival de destrezas de los estilos	Comprendo la fase acuatica o de tracción de la brazada y sus elementos				
								Aplico el agarre, apoyo y empuje de la tracción				
Coordino las dos fases de la brazada												
Integro la mecanica respiratoria con la ejecución de brazada												
Identifico la frecuencia del ciclo respiratorio en el ejecución del estilo												
Combino ejecicios de brazada alterna - simultánea con los ciclos respiratorio												
Integro la patada con la brazada y el ciclo respiratorio												
Realizo dos patadas por ciclo de brazada												
Aplico la técnica de la brazada con deslizamiento												
Coordino primer btido de piernas con el inicio de la tracción												
Coordino segundo batido de piernas con el inicio de la tracción												
Alineación y ajuste postural												
Ejecuto el estilo por 15 metros continuos												
Afianzo la patada de delfín en el ajecución del estilo												
Ajusto la cabeza con el mentón sobre la superficie del agua para la inspiración												
Coordino el momento de la inspiración con la fase final del empuje y el inicio												
Coordino primer btido de piernas con el inicio de la tracción												
Coordino segundo batido de piernas con el inicio de la tracción												
Integro los elemntos técnicos en la ejecución del estilo												
Fortalecer la confianza de la entrada al agua a diferentes alturas												
Experimento las fases de impulso, vuelo, entrada de manos y cabeza.												
Mejoro el deslizamiento subacuático en relación con la salida												
Integrar todo el gesto técnico con salidas desde el partidior												
Comprendo la aproximación para el viraje												
Identifico el acercamiento y el toque a la pared para el viraje del estilo mariposa												
Comprendo el giro para el viraje del estilo mariposa												
Realizo el giro para el viraje del estilo mariposa												
Integro la aproximación, giro y toque para el estilo pecho												
Comprendo el rechazo y el deslizamiento como elmentos del viraje												
Ejecuto los elementos del viraje de manera fluida y coordinada												
Ejecuto recorridos en estilo mariposa por 30 metros												
Realizo salidas, nado, viraje y toques del estilo completo												
Identifico el reglamento técnico del estilo y lo aplico												
Experimento actividades pre competitivas.												
Realizo la salida y deslizamiento subacuatico por 5 metros												
Ejecuto toque y viraje por 5 metros												
Coordino salida, nado, viraje y toques del estilo mariposa por 50 metros												

OBLIGACIÓN No. 1

EVIDENCIA 6



PLAN PEDAGÓGICO

NATACIÓN

2024-2027



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

IDRD



Comité directivo

Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte
Instituto Distrital de Recreación y Deporte – IDRD
Comité Directivo y Asesor

Director General

Daniel García Cañón

Secretario General

Gabriel Lagos Medina

Subdirector Administrativo y Financiero

Juan Carlos Rodríguez Waltero

Subdirector Técnico de Recreación y Deportes

William René Torres Agudelo

Subdirectora de Contratación

Claudia Patricia Herrera Logreira

Subdirectora Técnica de Construcciones

María Mercedes Molina Rengifo

Subdirector Técnico de Parques

Rodrigo Alberto Manrique Forero

Nivel asesor

**Asesor Código 105 Grado 01 de la Dirección para la
Gerencia del Proyecto Jornada Escolar Complementaria.**

William René Torres Agudelo



IDRD



Realizadores

Asesor de Dirección General Jornada Escolar Complementaria - IDRD

William René Torres Agudelo

Componente pedagógico Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

Eddy Yubelny Rojas Abello
Fernando Ardila Patiño
Luis Alfonso Oviedo Moreno
Yair Javier González Chaparro
Heidy Martínez Triana
Daniel Hernando Lugo Jaramillo
Pedro Enrique Castañeda León

Componente pedagógico Jornada Escolar Complementaria - IDRD:

Paula Sofia Peña Ruíz
Yohana Quiroga
Angie Gómez
Luigi Castro
Lina Mazuera
Daily Lavoe

Diseño y diagramación del documento

Laura Milena Sarmiento Rodriguez
Laura Valentina Rubio Tarapues

Versión 2. Plan Pedagógico



Tabla de contenido

6	Presentación
7	Introducción
8	1. Contexto histórico
8	1.1 Historia y desarrollo
9	2. Antecedentes
9	2.1 Propuestas internacionales
10	2.1.1 Propuestas en América Latina
10	2.1.2 Propuestas locales
11	3. Marco normativo
14	4. Fundamentación pedagógica actual Jornada Escolar Complementaria
14	4.1 Modelo de participación activa: Para la formación integral Jornada Escolar Complementaria (2020-2024))
14	4.1.1 Objetivo General
14	4.1.2 Objetivos Específicos
15	4.2 Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar, para la construcción ciudadana
19	4.3 Apuesta de fortalecimiento al currículo de las IED, a partir de procesos de armonización y articulación de Jornada Escolar Complementaria del IDRD
19	4.3.1 Armonización
19	4.3.2 Articulación curricular
22	4.4 Estados de Semaforización del proceso de articulación entre el Centro de Interés de la Jornada Escolar Complementaria y la Institución Educativa



27

5. Nociones y corrientes pedagógicas de Jornada Escolar Complementaria

- 27 5.1 Modelo pedagógico social
- 28 5.2 Enfoque Metodológico Jornada Escolar Complementaria
- 31 5.3 Secuencia didáctica
- 32 5.4 Los centros de interés y su apuesta por el desarrollo integral
- 34 5.5 Valoración formativa de la Jornada Escolar Complementaria (VAF) (VAF)
- 35 5.6 Etapas de la iniciación deportiva escolar del centro de interés

66

6. Microdiseño curricular

- 66 6.1. Justificación del centro de interés: en el marco de Jornada Escolar Complementaria
- 67 6.2. Propósitos del centro de interés
- 67 6.2.1 Objetivo general desde el centro de interés
- 67 6.2.2 Objetivos Específicos
- 68 6.3. Concepto de deporte
- 68 6.4 ¿Qué esperamos fortalecer en el escolar desde el centro de interés de la Jornada Escolar Complementaria?
- 69 6.5 Políticas del centro de interés
- 69 6.5.1. En presencialidad
- 70 6.5.2 En sesiones sincrónicas remotas
- 70 6.6. Diagrama visual del centro de interés general ubicando las dimensiones y competencias
- 71 6.7. Metodología de enseñanza aprendizaje basado en acción-reflexión-acción
- 73 6.8 Estrategia(s) didáctica(s) empleadas en el centro de interés
- 745 6.9 Estrategia de valoración formativa

76

7. Bibliografía



Presentación

El Instituto Distrital de Recreación y Deporte, presenta una propuesta pedagógica y social en el marco del "Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria, articulado al Plan Distrital de Desarrollo 2020- 2024 "Un nuevo contrato social y ambiental para el siglo XXI" (Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), 2020), bajo el programa "Bogotá, referente en cultura, deporte, recreación y actividad física, con parques para el desarrollo y la salud", en el cual se reconoce en el deporte escolar propuesto por 35 centros de interés integrado por disciplinas deportivas específicas donde los niños, las niñas y los adolescentes participantes pueden elegir con el fin de fortalecer y profundizar aspectos de orden social y pedagógico en el marco de la jornada única, completa y extendida de cada institución educativa distrital (IED), de manera que la atención a quienes participan se convierta en una posibilidad para construir una ciudadanía respetuosa de las diferencias, que habita el espacio público, lugares que cobran mayor relevancia por diversos motivos: por mencionar solamente dos, el primero tiene que ver con la predisposición natural que los niños y las niñas tienen al movimiento y el segundo la posibilidad de disfrute que les permite el acercamiento y reconocimiento de los otros y las otras con quienes construyen su espacio de vida.

Esta práctica deportiva escolar en la Jornada Escolar Complementaria se convierte para las niñas, niños, adolescentes y jóvenes (**NNJA**) participantes, en la posibilidad de reconocer y experimentar su corporeidad en la relación "cuerpo-sujeto-cultura", en el cual experimentan sentimientos, emociones y diversas formas de pensar que ponen en movimiento no solamente su cuerpo si no las posibilidades de relacionamiento y construcción de acuerdos tan necesarios para su desarrollo y la vida en sociedad, en la medida que su autonomía se fortalece. El movimiento a su vez construye relaciones que se fortalecen con el otro y con el mundo que les rodea y que le permite cimentar los significados necesarios que van dando sentido a ser de ciudadano propositivo frente a la realidad que lo cobija. Por lo tanto, este planteamiento propone una apuesta pedagógica cercana a una corriente socio-crítica que busca el reconocimiento de los **NNJA** como sujetos de derechos desde su corporeidad y corporalidad en la práctica deportiva escolar; en esta propuesta, el escolar no se concibe como un sujeto pasivo sino como protagonista que lleva a su vida cotidiana el aprendizaje adquirido fortaleciendo el desarrollo de las dimensiones del desarrollo motor, psicosocial, lúdico y cognitivo.

Introducción

El presente documento, abarca las orientaciones pedagógicas del “Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria”, del IDRD articulado al nuevo plan de desarrollo distrital y que permite una mirada holística bajo unos elementos propios del proyecto que permite interpretar la práctica pedagógica como eje transversal de una transformación ciudadana en donde los **NNJA** son los protagonistas activos en el proceso de formación integral, por medio de la enseñanza de centros de interés establecidos por 35 disciplinas deportivas ofertadas bajo pactos de formación a las Instituciones Educativas Distritales para fortalecer los procesos de transformación curricular en el marco de la jornada única, extendida y completa.

Inicialmente, se presenta una contextualización general reconociendo el marco legal del cual se rige el proyecto de inversión ciudadana, y algunos antecedentes a nivel internacional y nacional sobre las apuestas de construcción de la Jornada Escolar Complementaria.

Igualmente, se describe y argumenta la intencionalidad pedagógica y social desde el planteamiento de la Jornada Escolar Complementaria 2020-2024, con una propuesta que busca favorecer formación integral por medio de la práctica deportiva escolar en el cual se plantea el contenido del Plan Pedagógico con el micro diseño por centro de interés y las 35 mallas curriculares creadas bajo orientaciones del equipo pedagógico bajo acompañamiento de gestores pedagógicos y sociales, asimismo, la construcción de orden temático fundamental estuvo a cargo de los formadores y formadoras

pertenecientes a cada centro de interés, y en el cual los Gestores IED propenden para que estas acciones fueran desarrolladas en el tiempo establecido, que invita a desarrollar proceso de formación de enseñanza aprendizaje bajo una corriente socio-critica que integral metodologías que permita a los **NNJA** llevar los gestos técnicos y aspectos psicosociales, lúdicos, y cognitivos aprehendidos y comprendidos a la práctica deportiva y la vida misma en los diferentes entornos en los que cotidianamente están inmersos.

Este documento ha sido construido bajo los lineamientos del IDRD, liderado desde la gerencia del proyecto sirviendo como insumo a todos los componentes del proyecto con el fin de enaltecer y reconocer la importancia de una apuesta pedagógica que busca formar **NNJA** en contextos educativos formales aumentando la permanencia académica de **NNJA** motivados por los diferentes ambientes de aprendizaje propuestos en la Jornada Escolar Complementaria.



1. Contexto histórico

1.1 Historia y desarrollo

La apuesta del proyecto de inversión ciudadano surge bajo la denominación “Jornada Escolar de 40 horas, para la formación integral y la excelencia académica (JE40h)” (Secretaría de Educación Distrital (SED), 2014) que definió las estrategias de calidad educativa del Plan de Desarrollo “Bogotá Humana 2012-2016 en el ámbito de la equidad, la no discriminación social y el ejercicio de los derechos humanos. La propuesta buscaba ofrecer a los **NNJA** alternativas para el buen uso del tiempo libre complementado la formación recibida en las diferentes Instituciones Educativas Distritales (IED), bajo diseños curriculares formales, favoreciendo la motivación intrínseca y extrínseca de escolares por permanecer en los procesos educativos a través de la práctica de actividades deportivas, recreativas, artísticas y culturales aumentando el gusto por la academia bajo estrategias que fortalezcan la formación escolar.

Al respecto, el IDRD se articuló como entidad aliada de la SED a través de una apuesta donde la oferta deportiva en el sector educativo formal aumentara, pues se identificó que era muy baja generando factores de riesgo como el sedentarismo en los **NNJA** y la falta de oportunidad de los escolares para acceder a la práctica de una disciplina deportiva de su interés. Esta situación no contribuía a generar hábitos de vida

saludable en términos de bienestar y convivencia ciudadana; como también el estrecho margen académico, deportivo y cultural que ofrecía el sistema educativo del distrito capital, que no alcanzaba las 30 horas semanales. Sumado a esta problemática al interior de la institución educativa se evidenció una insuficiencia de docentes en educación física o entrenadores, una reducida infraestructura y en algunos casos el uso inadecuado de los que existen. Todo esto establecido en el (Instituto de Recreación y Deportes ficha EBI, Plan de desarrollo Bogotá Humana 2014, p 3-11) indica que : “La Jornada Escolar 40x40 bajo el eje temático Deportes, Recreación y Actividad Física, se estableció como soporte para los centros de interés en las instituciones educativas del distrito, que ofrecían como alternativa para el disfrute de los escolares que por propia iniciativa lograran practicar una disciplina deportiva, realizar regularmente actividad física o recrearse, a través de procesos pedagógicos sistemáticos e integrados al PEI, con un carácter totalmente perspectivo, donde se distinguían etapas que van desde la Iniciación hasta el arribo a niveles de aprestamiento hacia el rendimiento deportivo la adquisición de hábitos saludables a lo largo de la vida”.

A pesar de la implementación del proyecto durante el periodo 2016-2019 y de todos los



esfuerzos para el desarrollo de esta estrategia y según la ficha EBI (Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD), 2020) identificó resultados que indican el bajo nivel de permanencia en los programas de formación deportiva integral de los niños, niñas, adolescentes que participaron del proyecto. De acuerdo a los datos de la población beneficiada por el proyecto Tiempo Escolar Complementario (TEC), mediante la enseñanza en deporte y actividad física, se evidenció que a pesar de tener alta cobertura de atención (181.958 **NNJA**) en 123 Instituciones Educativas Distritales, manteniendo un bajo nivel de permanencia pues solo 8.586 **NNJA** se mantuvieron de manera constante durante los 4 años, perdiendo el proceso formativo y de permanencia de los **NNJA**, identificando así solo 50 niños, niñas y adolescentes como posibles talentos deportivos en el periodo mencionado.

Por esta razón, actualmente la apuesta en marcha denominada Jornada Escolar Complementaria busca robustecer aspectos pedagógicos y sociales que permitan aumentar la permanencia de **NNJA** mediante un proceso integral de formación deportiva, que incluya aspectos psicosociales y ciudadanos, que a su vez contribuya al aumento de la base deportiva de Bogotá.

2. Antecedentes

2.1 Propuestas Internacionales

En las últimas décadas las propuestas que amplían la jornada escolar se han convertido en un determinante importante que favorecen los cambios sociales y cambios de la dinámica de vida de escolares, en todo el mundo. En efecto estas políticas de extender la jornada escolar de los estudiantes, donde se han desplegado políticas públicas modificando el tiempo escolar es España que en el 2000 gracias los acontecimientos políticos, económicos y culturales le dio vida a la "Nueva Jornada Escolar Continua" en los Colegios públicos y algunos privados haciendo énfasis a la Educación Primaria, es a partir de este momento cuando surge la figura de monitor de actividades formativas y complementarias de

una o varias modalidades deportivas, donde se busca ir más allá de impartir unos contenidos complementarios a las clases de Educación física, facilitando y promoviendo hábitos de vida óptimos minimizando el riesgo de una vida sedentaria en la comunidad escolar. (Velázquez Buendía, 2001) En Alemania desde el 2003, crearon las escuelas de tiempo extendido denominados (full- day schools); el objetivo de la escolarización de todo el día es que la educación, como proceso, se considere una vez más como un todo, en lugar de dividirse en dos partes separadas: la enseñanza académica, por un lado, y la atención, por otro. Además de una comida caliente a la hora del almuerzo y ayuda con los deberes, las nuevas escuelas de jornada completa proponen una serie de actividades educativas como deportes, artes gráficas, literatura, teatro, danza, música y salidas a la naturaleza. (OCDE Escolarización durante todo el día en Düsseldorf, Alemania).



Mientras tanto en Finlandia, el estado destina alrededor de una quinta parte de su presupuesto a todo lo relacionado con la educación y la extensión del tiempo de cuidado a cargo de las escuelas primarias durante la tarde en el que los niños y niñas también puede acudir a una escuela especializada en alguna materia concreta algunas de estas escuelas son privadas como artes plásticas, música, deportes, pedagogía especializada (por ejemplo, la pedagogía Waldorf) o hacer actividades que los haga felices y les estimule sus conocimientos.

2.1.1 Propuestas en América Latina

En América Latina, la preocupación por los rendimientos educativos en los años noventa resultó ser uno de los principales dinamizadores del debate educativo donde en distintas conferencias internacionales se planteó, con fuerza, que el crecimiento de la escolarización principalmente, en los niños en situación de pobreza, y sugería ampliar el calendario escolar aumentando los días de clase o la duración de la jornada en las que países como Chile, Uruguay y Venezuela, expresan que estos cuatro países parten de la idea de proteger a los niños y las niñas de sectores vulnerables frente a riesgos sociales. Por ejemplo, la propuesta de Escuelas de Tiempo Completo de México (Zorrilla Fierro, 2008) incorpora todas estas ideas a la vez, junto al objetivo de brindar mejores condiciones escolares para un aprendizaje de calidad con equidad.

En Chile, la jornada completa nace con el objetivo de aumentar el tiempo escolar, para mejorar la calidad de los aprendizajes, sin embargo, un estudio realizado en el 2006 generó una amplia discusión pública "sobre el impacto que tiene la Jornada Escolar Extendida en la calidad de los procesos educativos y de los aprendizajes. Esta discusión relevó los problemas pedagógicos que tiene la implementación de la JEC y las dificultades que existen en la cultura escolar para organizar el tiempo y la pedagogía de modo más flexible e innovador" Martinic, S., Huepe, D., & Madrid, Ángela. (2016).

En todas estas experiencias la extensión de la jornada no se presenta como una acción

aislada para atender determinados factores para el mejoramiento de la calidad de la educación; se presenta como parte de un plan de reformas educativas que generalmente compromete asuntos como cobertura y reforma de la educación inicial, la evaluación de los aprendizajes, funcionamiento de los sistemas educativos, acciones en favor de la inclusión y la equidad (Tenti Fanfani, 2010).

2.1.2 Propuestas Locales

En Bogotá en el año 2008 la reorganización curricular por ciclos propone que los estudiantes tuvieran diversas actividades que pudieran mejorar los espacios de formación para favorecer el diseño de currículos que promovieran experiencias de aprendizaje significativas y la formación integral, en el proyecto de Colegios Públicos de excelencia se propuso organizar cuatro campos de pensamiento: pensamiento matemático, pensamiento científico, tecnológico, pensamiento histórico y pensamiento de comunicación, arte y expresión (Secretaría de Educación Distrital, Reorganización Curricular por ciclos, 2008, p 7-11).

Así se buscó superar la dispersión del conocimiento alrededor de múltiples asignaturas y generar núcleos integradores en los cuales se establecieran conexiones entre distintos saberes, esperaba entonces que el trabajo



alrededor del currículo se orientara a plantear articulaciones entre las asignaturas para así llegar a la formulación de los campos de pensamiento, esto implicaba tiempos para el trabajo en conjunto de los maestros y maestras con el fin de que pudieran construir tales articulaciones y acompañamientos para que pudieran tener como recurso a la ciudad, ya que se consideró que esta ofrecía múltiples oportunidades para ser el contexto de aprendizaje de los estudiantes (Secretaría de Educación Distrital, Programa "Escuela, Ciudad, Escuela, 2008"), la ciudad como un libro abierto según (Muxi, 2007), los espacios públicos significan un gran potencial educativo informal en las ciudades, así mismo en los parques y ambientes fuera de la escuela cada escenario con los que cuenta la ciudad.

Buscando transversalizar e integrar los aprendizajes, se establecen actividades predominantes para cada etapa de desarrollo humano (ejes de desarrollo), se definen prioridades de formación y estrategias pedagógicas, se establecen criterios y formas de evaluación de acuerdo con las características de cada ciclo y con los aprendizajes esenciales de la base común.

Se caracterizan por posibilitar a las niñas y niños oportunidades de desarrollo a través de experiencias significativas y por tener en su desarrollo un carácter abierto a la inclusión, la participación y el aprendizaje desde y con la diversidad. En este sentido la SED establece la estrategia de centro de interés como una enorme posibilidad para pensar los procesos de articulación curricular, rompiendo con la idea de contenidos como acumulación de información para pensar en procesos de desarrollo amplios que permitan abordar la integralidad rompiendo con la idea de dimensiones o áreas por separado.

(Secretaría de Educación Distrital, (2014) Orientaciones Generales 40x40, p. 47-55)

3. Marco normativo

Las Jornadas Escolares Complementarias aparecen dentro del sistema general de educación, con la Ley 508 de 1999, dentro del Plan Nacional de Desarrollo 1999-2002: Cambio para construir la paz, y posteriormente las jornadas escolares complementarias aparecen dentro del sistema general de educación, con la Ley 508 de 1999, dentro del Plan Nacional de Desarrollo 1999-2002: "Cambio para construir la paz"

- ★ Los 15 lineamientos para la implementación de la Jornada Escolar Complementaria a través de la Ley 633 de 2000 se formalizan las fuentes de financiación de las jornadas escolares complementarias, en el Artículo 64 que señala: Destinación de los recursos del FOVIS. Los recursos adicionales que se generen respecto de los establecidos con anterioridad a la presente ley se destinarán de la siguiente manera: a. No menos del cincuenta por ciento (50%) para vivienda de interés social; b. El porcentaje restante después de destinar el anterior, para la atención integral a la niñez de cero (0) a seis (6) años y la Jornada Escolar Complementaria. Estos recursos podrán ser invertidos directamente en dichos programas abiertos a la comunidad, por las Cajas de compensación sin necesidad de trasladarlos al FOVIS. Parágrafo. En aquellos entes territoriales que cuentan con recursos para la cofinanciación de los Programas de Jornada Escolar Complementaria y atención

a los niños de cero (0) a seis (6) años más pobres, las Cajas de Compensación Familiar podrán establecer convenios y alianzas con los gobiernos respectivos para tal fin. Este artículo le permite a las cajas de compensación familiar ampliar sus líneas de acción, aunque para ese momento no se lograra contar con unas definiciones precisas sobre las implicaciones de una estrategia de este tipo, posteriormente los Decretos 2405 de 1999 y 348 de 2000, precisan aspectos concernientes a la implementación de las Jornadas Escolares Complementarias: El Decreto 2405 de 1999 amplía por medio del Artículo 6, la cantidad y el tipo de organizaciones que pueden celebrar de convenios de asociación para implementar la Jornada Complementaria (ICBF, cajas de compensación familiar, gobiernos departamentales, distritales, municipales y ONG), tomando en cuenta que estas personas públicas o privadas deben tener experiencia probada en programas de tipo educativo. El Decreto 348 de 2000 incorpora una nueva concepción sobre la población vulnerable y amplía el foco social de intervención de la JEC hasta el nivel III del Sisbén, además de que se incluyen también tácitamente la población en extra edad y participante de la educación básica. En 2002 se promulga la Ley 789,

en la que se establecen las normas para apoyar el empleo y ampliar la protección social y se modifican algunos artículos del Código Sustantivo de Trabajo, además se incorpora al fondo especial Foniñez (Fondo para la atención integral a la niñez y Jornadas Escolares Complementarias), que establece en el Capítulo V, en su Artículo 16 sobre las Funciones de las cajas de compensación, parágrafo.

El proyecto de inversión planteado se enmarca jurídica y técnicamente en los siguientes artículos:

- ★ La Constitución Política de Colombia define la educación como “un derecho de la persona y un servicio público que tiene una función social con ella se busca el acceso al conocimiento, a la ciencia, a la técnica, y a los demás bienes y valores de la cultura” (Artículo 67) y consagra en el Artículo 44, la educación como un derecho fundamental de los niños y niñas y la formación integral para los jóvenes (Artículo 45), estableciendo como función del Estado: “velar por su calidad, por el cumplimiento de sus fines y por la mejor formación moral, intelectual



y física de los y las estudiantes garantizar el adecuado cubrimiento del servicio y asegurar a los menores las condiciones necesarias para su acceso y permanencia en el sistema educativo" (Artículo 67).

Por otra parte, la Ley 115 de 1994 establece que son fines y propósitos de la educación, entre otros,

- ★ El pleno desarrollo de la personalidad (...) dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, social, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos (...) la formación en el respecto a la vida y a los demás derechos humanos, a la paz, a los principios democráticos, de convivencia, pluralismo, justicia, solidaridad y equidad, así como en el ejercicio de la tolerancia y de la libertad", (...) la formación para facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan, (...) el acceso al conocimiento, la ciencia, la técnica y demás bienes y valores de la cultura, el desarrollo de la capacidad crítica, reflexiva y analítica(...), la adquisición de una conciencia para la conservación, protección y mejoramiento del medio ambiente, la promoción en la persona.(Artículo 5)

Para el logro de lo anterior, se organizan las directrices y políticas del Plan en tres ejes estratégicos:

1. Una ciudad que reduce la segregación y la discriminación: el ser humano en el centro de las preocupaciones del desarrollo.
2. Un territorio que enfrenta el cambio climático y se ordena alrededor del agua.
3. Una Bogotá en defensa y fortalecimiento de lo público (Artículo 3).

Dentro del eje estratégico número 1 se ubica el programa "construcción de saberes, educación incluyente, diversa y de calidad para disfrutar y aprender" (Artículo 9) y como uno de sus proyectos prioritarios la "jornada educativa única para la excelencia académica y la formación integral", que busca "ampliar en forma progresiva la jornada educativa en los colegios distritales, mediante una estrategia que combina la implementación de jornadas únicas y la ampliación de la jornada académica a 40 horas semanales en colegios con doble jornada.

- ★ El artículo 52 de la Constitución Nacional establece que todas las personas tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y aprovechamiento del tiempo libre.
- ★ La Ley 181 de 1995 regula el derecho a la práctica de la educación física, el deporte, la recreación y aprovechamiento del tiempo libre y establece la implantación, el fomento, patrocinio, masificación, planificación,



coordinación, ejecución, asesoramiento y práctica del deporte. Establece además en la creación del Sistema Nacional del Deporte, la articulación de organismos para permitir el acceso de la comunidad al deporte, la educación física, la recreación, la educación extraescolar y el aprovechamiento del tiempo libre (Art. 46); los objetivos del sistema (Art. 47 y 48); la elaboración del plan nacional, sus objetivos, instituciones, contenidos, convocatoria, organización y plan de inversiones (Art. 52, 53, 54, 55, 56 y 57).

- ★ Acuerdo 4 de 1978 Por el cual se crea el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte.
- ★ Ley General de Educación, Artículo 85, que establece las jornadas en los establecimientos educativos, reglamenta que: "El servicio público educativo se prestará en las instituciones educativas en una sola jornada diurna.
- ★ El artículo 52 de la Constitución Nacional establece que todas las personas tienen derecho a la práctica del deporte y la recreación y aprovechamiento del tiempo libre.
- ★ Acuerdo 4 de 1978: Por el cual se crea el Instituto Distrital para la Recreación y el Deporte.

4. Fundamentación pedagógica actual Jornada Escolar Complementaria

4.1 Formación integral e deporte escolar: Jornada Escolar Complementaria (2020-2024)

El proyecto Jornada Escolar Complementaria bajo el Plan de desarrollo "Un nuevo contrato social y ambiental para el siglo XXI" 2020 – 2024, promovió el "Proyecto 7854 Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá", que busca:

4.1.1 Objetivo General

Aumentar los niveles de permanencia en los programas de formación deportiva complementaria de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de las Instituciones Educativas Distritales IED de Bogotá D.C.

4.1.2 Objetivos Específicos

- ★ Aumentar la apropiación de los ambientes de aprendizaje no aularios como parte de la educación integral de los escolares.
- ★ Realizar procesos que aporten a la formación integral a través de la práctica deportiva para niños, niñas, adolescentes y jóvenes que involucren aspectos de orden psicosocial y ciudadano que acompañen la formación primaria, básica y media.

- ★ Desarrollar planes pedagógicos de formación deportiva que incluyan aspectos de orden psicosocial y ciudadano que contribuyan a la formación integral.

Dentro de este marco el proyecto tiene como “alternativa de solución el desarrollo del proceso de formación integral de los escolares de las Instituciones Educativas Distritales (IED) a través de la práctica deportiva, a través de los siguientes componentes”:

1. Desarrollo de estrategias para aumentar la permanencia de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en los procesos de formación integral a través del deporte, con la realización de las siguientes actividades.
2. Desarrollo de estrategias para aumentar la apropiación de los ambientes de aprendizaje no aularios para la formación integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, con la realización de las siguientes actividades.
3. Involucrar aspectos de orden psicosocial y ciudadano en los procesos de formación integral a través de la práctica deportiva, con la realización de las siguientes actividades.

4.2 Una apuesta pedagógica y social a partir de la práctica deportiva escolar, para la construcción ciudadana.

De acuerdo a lo anterior, la propuesta pedagógica desde la Jornada Escolar Complementaria busca promover la formación integral, vista como el resultado de un proceso continuo, dinámico, permanente, interactivo, que propende desarrollar y potencializar en los **NNJA** las dimensiones del desarrollo humano desde lo motor, lúdico, psicosocial y cognitivo por medio de la práctica deportiva escolar en los ciclos educativos uno, dos, tres y cuatro de 85 Instituciones Educativas Distritales de jornada única, extendida y completa adscritas actualmente en el proyecto. La práctica deportiva en el proyecto tiene una dimensión abierta, participativa, solidaria, creativa y constructiva que permite ver la experiencia en tres instancias:

- ★ La práctica deportiva es en principio (para todos los niños y niñas participantes) un instrumento para la formación, para el diálogo, para madurar la personalidad y para generar la inclusión social. Es un medio para encontrarse, conocer y conocerse a nivel personal y emocional
- ★ El deporte en segunda instancia (para los **NNJA** que participan en semillero) es una práctica intencionada para el desarrollo personal y social con una disciplina particular.
- ★ El deporte es una opción de vida (hacia el alto rendimiento).

En este sentido, la Jornada Escolar Complementaria permite hacer de la práctica deportiva un medio para que la creatividad y el pensamiento crítico se conviertan en una dinámica cotidiana en los participantes desde una propuesta que se esquematiza a continuación. *Ver figura 1.*





Este esquema toma ejes fundamentales de transversalización en la práctica pedagógica del deporte escolar como Cultura Ciudadana que busca desde el deporte escolar la promoción de valores y actitudes desde la sensibilidad humana en clave de la vida social, individual y colectiva que reconoce las diferencias, las valora, las defiende y las siente como propias para construirnos como seres humanos facilitando la convivencia a través de fundamentos que cimentan la construcción de ciudadanía donde los **NNJA** son protagonistas activos en la sociedad, por su capacidad de participar de sus transformaciones y de incidir en el destino colectivo de la sociedad, que le permita apropiarse del espacio público de la ciudad (parques y escenarios deportivos) vistos como ambiente de aprendizaje y de construcción con un sentido individual y colectivo puesto que son lugares de encuentro con sí mismo y él y los otros donde se ejerce la vida en sociedad.

En tal sentido, el deporte, visto más allá de su sentido competitivo y sin lugar a duda importante, permite la promoción de y el sentido de la amistad, la solidaridad, la otredad,

la alteridad y la ética, aplicado al juego limpio y a la construcción de subjetividad que favorece también la construcción de un proyecto de vida que expande las posibilidades del sujeto desde el disfrute, no solo reconociéndolos como elementos valiosos para la tramitación de los conflictos propios de la práctica deportiva como una forma que permite la toma de decisiones acordes a construir la vida de manera colectiva. Otro eje fundamental que se debe intencionar en este proceso, tiene que ver con el Enfoque Diferencial reconociendo y respetando las características particulares a partir del principio de la igualdad y equidad de oportunidades en relación a los derechos a partir de la identidad de género, propiciando espacios de inclusión, integración, disociando los estereotipos a partir de construcciones sociales y simbólicas de injusticia que se validan como naturales en contra de las mujeres y de las diferencias que nos constituyen sociales y simbólicas.

Aunado a lo anterior, la propuesta busca incidir en la formación integral de los **NNJA** a partir de cuatro (4) dimensiones del desarrollo humano:



Dimensión lúdica

En la estrategia Jornada Escolar Complementaria se comprende la dimensión lúdica, como la posibilidad y la capacidad de goce y disfrute que se expresa en la inserción en un centro de interés que lo conecta con los otros y con el entorno, favoreciendo la construcción de su proyecto de vida desde el disfrute, en relación con los compañeros y compañeras con quienes juega y despliega las otras dimensiones que pretende impactar la estrategia.

Dimensión motora

Desde la Jornada Escolar Complementaria, se trabajan aquellas actividades motrices y deportivas, mediante procesos educativos y pedagógicos en edad escolar, logrando satisfacer sus necesidades e intereses promoviendo la cultura de la práctica deportiva y utilización del tiempo libre. Propiciando el desarrollo físico y hábitos de vida saludable que necesitan los escolares para enfrentar la vida.



Dimensión cognitiva

Los procesos de pensamiento desde la estrategia Jornada Escolar Complementaria, buscan fortalecer en los escolares la capacidad de comprender, analizar, relacionarse, entender la realidad y transformarla; permitiendo la construcción de conocimiento basado en sus experiencias de vida y como esta experiencia de la práctica deportiva escolar puede cambiar la visión que tiene del mundo.



Dimensión Psicosocial

Aunque el deporte hace especial énfasis en el cuerpo y sus habilidades, la estrategia Jornada Escolar Complementaria trabaja el enfoque psicosocial como la oportunidad de entender al niño y a la niña como alguien relacional, afectivo, con derechos y en proceso de construcción en su dimensión subjetiva y social.



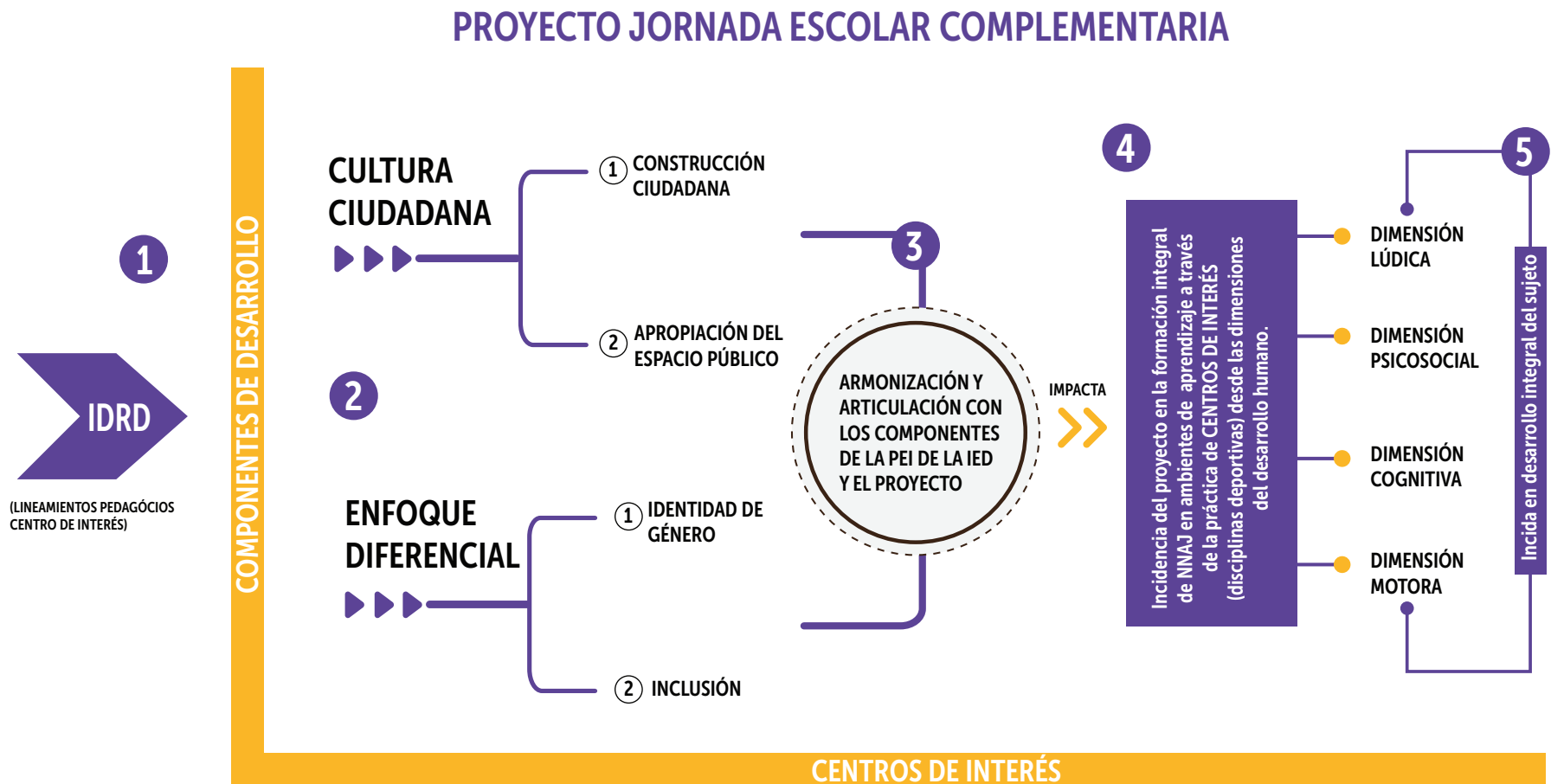


Figura 1. Esquema propuesta Jornada Escolar Complementaria

De esta manera, el quehacer pedagógico-social y metodológico que desarrollan los formadores y formadoras se robustece con una apuesta temática que permita entonces que niños, niñas y adolescentes puedan entender el deporte y su práctica como un ejemplo de promoción de actitudes ciudadanas y prevención de situaciones que los pongan en riesgo.

4.3 Apuesta de fortalecimiento al Currículo de las IED, a partir de procesos de armonización y articulación de Jornada Escolar Complementaria del IDRD

Los colegios que cuentan con un PEI cimentado, respaldado por una dirección activa y una trayectoria pedagógica, abiertos a la innovación y transformación de la escuela, son los más propicios para la organización e implementación de acciones que favorezcan el currículo, desde la experiencia existen modelos de organización escolar flexibles, participativos, democráticos, otros con una visión tecnológica etc. Es por esto que se diseñó una ruta de armonización y articulación curricular que reconoce el contexto de cada IED y permite visualizar el alcance y resultados del proceso formativo de la Jornada Escolar Complementaria del IDRD como experiencia significativa en diferentes escenarios de aprendizaje que se puedan integrar a los elementos curriculares de la IED.

4.3.1 Armonización

Por lo anterior, la Jornada Escolar Complementaria diseñó una ruta en el proceso de armonización con una serie de fases y acciones orientados al diálogo entre gestores IED del IDRD y docentes enlace de la IED, con el fin de encontrar los puntos de convergencia entre la propuesta del IDRD y el componente curricular del PEI.

La ejecución de estas fases robustece los diseños curriculares de los Proyectos Educativos Institucionales a través de:

1. Fase de contextualizar: Comprender la particularidad de la IED bajo un reconocimiento del horizonte institucional

haciendo énfasis en los puntos de encuentro entre el PEI y la Propuesta de la Jornada Escolar Complementaria.

2. Fase de conceptualización y acuerdos interinstitucionales: Permite conceptualizar los contenidos de la educación formal y los contenidos del proyecto de inversión, identificando los acuerdos bajo el diseño curricular interinstitucional, dónde se identifique cuáles son los contenidos curriculares que se quiere fortalecer por medio de la práctica deportiva escolar bajo la modalidad de disciplinas deportivas.
3. Fase de ejecución a los acuerdos: Evidencias de la ejecución de los acuerdos establecidos.
4. Seguimiento y resultados: Resultado de la experiencia del proceso. **Ver tabla 1**

4.3.2 Articulación curricular

Este proceso es dinamizador y permite establecer y proyectar en que elemento curricular la propuesta de la Jornada Escolar Complementaria a través de la implementación de los diferentes centros de interés se busca fortalecer el currículo a través del PEI, este proceso trasciende del conocimiento específico, fortaleciendo la formación integral de niños, niñas, adolescentes y jóvenes, exigiendo la unión coherente del plan de estudios, la didáctica, los procesos de valoración y evaluación entre ambas entidades.

La ruta de articulación con el currículo es la expresión del PEI, en el entendido que parte de las necesidades sociales y hace parte integral de la cultura; como instrumento, permite la distribución social del conocimiento y como práctica, permite la reflexión y acción crítica de la práctica educativa. En ese sentido y retomando a Álvarez (2010), se entiende el currículo como traductor del PEI, como articulador del conjunto de elementos que dinamizan la práctica educativa y como proyectivo en la medida que permite proyectar al estudiante a otros ámbitos del desarrollo y de la comprensión del mundo. Por lo tanto, se presenta dos acciones:

1. Proyección Curricular: Se socializa los resultados del proceso formativo, con el

RUTA DEL PROTOCOLO DE ARMONIZACIÓN CON LAS IED 2021					
FASE DE CONTEXTUALIZACIÓN		Esta fase permite reconer el contexto de la IED y su dinámica curricular. Acá se puede visualizar como podemos armonizar con la IED.			
ACCIÓN	RESPONSABLES	OBJETIVO	INSTRUMENTO (recolección de información)	TIEMPO PROYECTADO PARA LA EJECUCIÓN	% AVANCE
Recopilación de Información (Formato de Identificación Institucional): reconocimiento de la IED y estado actual.	Gestotes IED Docente Enlace IED Formadores	Identificar los aspectos fundamentales de los proyectos educativos institucionales, para el diseño de un plan de trabajo que favorezca el desarrollo de aspectos comunes: los que traza la institución educativa a través del PEI y los propuestos en los lineamientos pedagógicos del proyecto Jornada Escolar Complementaria IDRD.	Formato de Identificación Institucional (elaboración Componente Pedagógico del IDRD)	2 meses	15 %
Socialización de la propuesta Jornada Escolar Complementaria marco de la jornada única y jornada completa a la comunidad educativa.	Gestores Pedagógicos Gestores IED	Presentar y socializar la importancia del proyecto Jornada Escolar Complementaria en el marco de la jornada completa, extendida, única y el aporte a la formación integral de cada NNJA .	Acta de socialización y si hay observaciones o sugerencias	2 meses	10 %
Recopilar información para la caracterización Psicosocial – Morfológica desde la virtualidad (edadpeso-talla); aspectos Sociodemográficos (localidad, upz, estrato), hábitos de vida saludable adquiridos.	Institución Educativa Distrital. SED	Caracterizar la población beneficiaria, con el fin de reconocer el estado de los escolares que permita realizar una comparación en los cambios de la población.	Matriz de aspectos de caracterización, diseñada por el componente pedagógico del IDRD.	Depende de la aprobación por parte de los responsables.	5 %
Concertación de cronograma de acciones de conceptualización. Según calendario Institucional.	Gestores IED Docentes enlace IED	Proyectar las reuniones que se desarrollaran al inicio, con el fin de garantizar los espacios programados que apoyen el proceso de la siguiente fase.	Formato de cronograma	2 meses	10 %

FASE DE CONCEPTUALIZACIÓN Y ACUERDOS INTERINSTITUCIONALES					
Esta fase permite reconocer el contexto (PEI) de la IED y su dinámica curricular. Esta fase permite visualizar como podemos armonizar (encontrar los punto en común) entre el proyecto del IDRD con la IED.					
ACCIÓN	RESPONSABLES	OBJETIVO	INSTRUMENTO (recolección de información)	TIEMPO PROYECTADO PARA LA EJECUCIÓN	% AVANCE
1. Modalidades de atención a NNAJ	Gestores IED, Coordinadores, Docentes de área	Concertar la modalidades de atención que se van a desarrollar con los NNAJ en las diferentes IED.	Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico.	1 mes	0,05
2. Elegir el elemento curricular a fortalecer a través de la práctica deportiva escolar con centros de interés: • Plan de estudios de la IED/ propuesta jornada escolar complementaria área del plan de estudios (propuesta jornada escolar) / plan de área/ caracterización centros de interés. • Proyectos transversales / centros de interés Malla curricular de la asignatura IED/ malla curricular de los centros de interés jornada escolar complementaria. • Ambientes de aprendizaje de la IED / ambientes de aprendizaje desde el centro de interés	Gestores IED, Coordinadores, Docentes de área, formadores	Establecer el elemento curricular como lugar donde se espera fortalecer la formación integral de NNAJ a través de los centros de interés. Establecer los acuerdos sobre los que se pretende fortalecer el proyecto transversal con la ejecución de los centros de interés. Establecer acuerdos sobre los elementos de la malla curricular que la ejecución de los centros de interés y como se va a fortalecer el diseño curricular de la asignatura. Establecer acuerdos sobre los elementos de la malla curricular que la ejecución de los centros de interés y como se va a fortalecer el diseño curricular de la asignatura.	Formato de conceptualización con los acuerdos interinstitucionales socializados por el componente pedagógico. • Documentos en el drive de plan de estudios de la IED y Plan Pedagógico de Jornada Escolar Complementaria en el drive. • Documentos Plan de área y caracterización del centro de interés. • Documentos: PEI de la IED (evidenciar las excepciones donde está en construcción o no se cuenta con el PEI). • Documento en borrador que establezca la construcción interinstitucional. • Acta institucional IDRD con los acuerdos interinstitucionales. • Documento del Proyecto transversal de la IED Documento en el drive: Malla Curricular de la asignatura de la IED y Malla curricular de los Centros de Interés Jornada Escolar Complementaria. • Documento que indique la metodología, métodos y estrategias de enseñanza de la IED y de la Jornada Escolar Complementaria. • Formatos Plan de clase de la disciplina deportiva y Formato Plan de aula de la IED. • Se debe anexar la documentación sobre la que se desarrolle el acuerdo interinstitucional.	2 a 3 meses, a partir del inicio de los acuerdos	20 % 2 MESES
FASE DE EJECUCIÓN Y SEGUIMIENTO		Esta fase de ejecución se establece de forma simultánea a los acuerdos, acuerdos aprobados por el consejo académico o proyecto del área (si es posible) la ejecución está a cargo de los formadores y formadoras en el proceso de formación, el seguimiento se desarrolla en las mesas de trabajo mensual con los gestores IED, docente enlace y formadores.			
Ejecución de los acuerdos interinstitucionales	Gestores IED Docentes enlace IED Formadores Gestores Pedagógicos	Posterior o de manera alterna a los acuerdos y elementos curriculares la ejecución se genera gracias a la aprobación del proceso administrativo que tenga la IED.	Formato de conceptualización y acuerdos, describiendo el seguimiento de los acuerdos mes a mes. Resultado de la valoración formativa cada dos meses.	Posterior a la aprobación	25 %
RESULTADO DEL PROCESO		Esta fase permite la recopilación de información documental y descriptiva con el fin identificar el resultado e incidencia de la ejecución de la propuesta y del desarrollo de cada acción que permita avanzar hacia la articulación curricular.			
Avance de cada acción desarrollada con la IED presnetación en PPT.	Gestores IED Formadores Gestores Pedagógicos Docente enlace	Registrar el seguimiento de las acciones desarrolladas en el proceso de formación de manera general sobre cual elemento curricular se fortaleció la formación integral a través de las dimensiones del desarrollo humano y las competencias del siglo XXI relacionadas.	Documentos (en borrador) interinstitucionales contruidos evidenciando el avance de cada acción. Formato de conceptualización y acuerdos con el avance desarrollado.	Al final del año académico	15 %
					100%

Tabla 1. Diseño Componente Pedagógico JEC Ruta del Proceso de armonización con las IED - Parte 2

fin de establecer la proyección curricular donde se plantee fortalecer el elemento curricular y que pueda quedar registrado en la documentación de la IED.

2. Estado de semaforización curricular: Los criterios de semaforización permite identificar los avances que se ha obtenido con el desarrollo de las acciones, y tomar decisiones que permita mejorar o afianzar cada vez la articulación curricular con la IED de la siguiente manera. *Ver tabla 2*

4.4 Estados de Semaforización del proceso de articulación entre el Centro de Interés de la Jornada Escolar Complementaria y la Institución Educativa.

Entendiendo que los procesos de las Instituciones Educativas son distintos y que esa particularidad es la que permite establecer diversas acciones respetando las dinámicas propias del contexto de la IED, la Jornada Escolar Complementaria propone un estado de semaforización con una escala de colores (verde, amarillo y rojo) que indican el avance en cada una de las fases de las acciones que alcanzando la articulación curricular entre el proyecto de inversión y la IED fortaleciendo la formación integral.

La escala de semaforización plantea unos factores que logran diversificar los avances en el desarrollo de la armonización y articulación curricular, por lo tanto, los tres estados de semaforización van a variar entre una IED y otra, dependiendo muchas veces de factores externos que impiden avances significativos, para lo cual es necesario que los Gestores Pedagógicos por zona realicen una lectura de la descripción de cada estado y revisión exhaustiva de los avances, evidencias disponibles del proceso de cada fase establecida en el protocolo entregados por los Gestores IED, y así ubicar a la IED en un estado específico que permita desarrollar las acciones de fortalecimiento con el Gestor IED más adecuadas según sea el caso.

Para el desarrollo de esta escala se tuvo en cuenta algunas orientaciones del protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular de la Secretaría de Educación Distrital (2015).

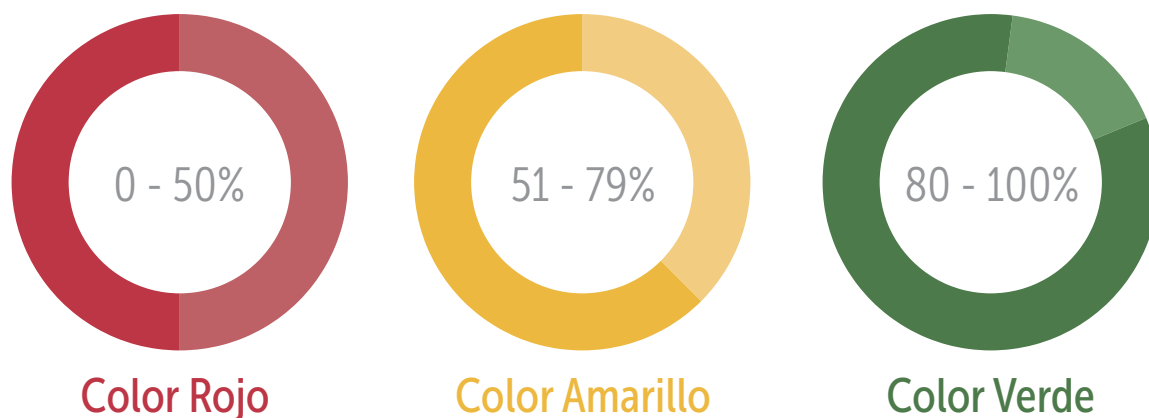


Figura 2 Porcentaje de semaforización de la armonización y articulación curricular.

RUTA DEL PROTOCOLO PARA LA ARTICULACIÓN CON LA IED					
Fase 1: PROYECCIÓN ARTICULAR	Acorde los avances que se han visto con los acuerdos y con los resultados de formación, se encamina hacia el dialogo de saberes y como podriamos evidenciarr nuestra propuesta en la documentación curricular de la IED.				
ACCIÓN	RESPONSABLES	OBJETIVO	INSTRUMENTO (recolección de información)	TIEMPO PROYECTADO PARA LA EJECUCIÓN	% AVANCE
Socialización del resultado de la ejecución de los acuerdos mes a mes en las mesas de trabajo. Socialización y dialogo de saberes del resultado de la ejecución en la formación de los acuerdos interinstitucionales de los aspectos curriculares y el afianzamiento en lo (lúdico, cognitivo, psicosocial y motor) y competencias del siglo XXI, que favorecen la formación integral.	Gestores IED Docente Enlace Formadores Gestor pedagógico	Socializar a la IED los avances mensuales del resultados del proceso, con el fin de afianzar y/o establecer acciones de mejora.	Seguimiento en el Formato de conceptualización y acuerdos mes a mes de los resultados. Resultado de valoración formativa.	2 meses al inicio de actividades académicas	15 %
Proyección de documento interinstitucional donde se evidencia la construcción y fortalecimiento al elemento curricular elegido.	Docente enlace Gestor IED	Proyectar el documento de la IED se evidencia el aporte de los centros de interés.	Documento (borrador) en construcción de las dos entidades.	Durante la vigencia a partir de la construcción y aprobación	15 %
Documentación interinstitucional construido donde se evidencia en los aportes escritos de ambas entidades.	Docente enlace	Evidenciar el aporte en los aspectos curriculares y documentación de la IED.	Documento construido Formato de Acuerdos interinstitucionales	Durante la vigencia a partir de la construcción y aprobación	40 %
Fase 2: ESTADO DE LA ARTICULACIÓN	En esta fase se recopila la información con el fin de revisar la incidencia de la ejecución de la propuesta y de cada proceso que permita establecer estrategias de fortalecimiento y/o de mejoramiento.				
Presentación final de la documentación recopilada durante todo el proceso que determina el estado en el que esta cada IED desde la articulación curricular con la Jornada Escolar Complementaria.	Gestores IED Formadores Gestores Pedagógicos (apoyo) Docente enlace	Registrar el seguimiento de las acciones desarrolladas en el proceso de formación de manera general a través de las dimensiones del desarrollo humano y las competencias del siglo XXI relacionadas que logre documentar la experiencia y los avances con las IED.	Presentación final Recopilación de los documentos construidos durante la vigencia (formatos, actas, documentos institucionales).	Al finalizar el proceso	30 %

Factores que definen la escala de semaforización de color verde

La Institución Educativa Distrital ha avanzado de manera considerable y satisfactoria a partir del acuerdo en el componente curricular con la propuesta de Jornada Escolar Complementaria en el marco de la jornada completa, se debe fortalecer el resultado de los aprendizajes en los **NNJA** a través de la práctica del centro de interés.

1. La IED consolidó, ejecuto de manera clara y coherente totalmente los acuerdos curriculares en el documento de conceptualización alguno de los documentos institucionales, que se referencian a continuación:

- ★ Plan de estudios (área fundamental).
- ★ Proyecto Transversal y /o pedagógico.
- ★ Malla Curricular del área fundamental (objetivos, contenidos, temáticos)
- ★ Indicadores de Valoración en el Sistema de evaluación.
- ★ Ambientes de aprendizaje (métodos, técnicas), desde la modalidad de atención.
- ★ Los acuerdos interinstitucionales en el desarrollo de las fases de armonización y articulación curricular construidas en las mesas de trabajo, se incorporan en la planeación anual de la IED o en el Plan de Mejoramiento Institucional.

2. La IED reconoce los resultados de la ejecución de los procesos de formación desde las dimensiones del desarrollo de la lúdica, motriz, cognitiva y psicosocial en **NNJA** del centro de interés, permitiendo evidenciar la documentación institucional de una posible articulación curricular.

3. La IED permite acciones de seguimiento y retroalimentación, con el fin de analizar la

relevancia de la implementación bimensual del proceso, planteando los ajustes pertinentes, proyectando la armonización y articulación curricular en el POA y/o en el Plan de Mejoramiento.

4. La IED valora los resultados de la experiencia de formación de los centros de interés socializando a la comunidad educativa, identificando la incidencia en las dimensiones del desarrollo desde práctica deportiva escolar en la vida de los **NNJA**.

Acciones de mejora:

- ★ Generar estrategias a partir de la identificación de fortalezas y debilidades que permitan dar continuidad al proceso.
- ★ Fortalecer la documentación existente interinstitucional que se ha venido construyendo durante el proceso.
- ★ Proyectar posibles cualificaciones interinstitucionales que permitan la transformación de las prácticas en el aula.



Factores que definen la semaforización de color amarillo

La IED ha tenido un avance aceptable en el desarrollo de acuerdos. La institución requiere intensificar el mejoramiento de las prácticas en relación al proceso de armonización y articulación.

1. La IED cuenta con la disposición al desarrollo de la propuesta de la Jornada Escolar Complementaria, sin embargo, existen situaciones externas que afectan el desarrollo de la construcción de los acuerdos interinstitucionales claros y concretos en alguno de los siguientes elementos curriculares:

- ★ Plan de estudios (área fundamental)
- ★ Proyecto Transversal y/o pedagógico.
- ★ Malla Curricular del área fundamental (objetivos, contenidos, temáticos).

- ★ Indicadores de Valoración en el Sistema de evaluación.

- ★ Ambientes de aprendizaje (métodos, técnicas), desde la modalidad de atención.

2. La IED realiza el intercambio de documentos institucionales que permiten analizar y desarrollar acuerdos proyectando una posible ejecución en el proceso de armonización y articulación curricular.

3. La propuesta de la Jornada Escolar Complementaria no se ha logrado vincular de manera clara y continua en la gestión curricular de la IED.

4. Se tienen elementos curriculares definidos que permiten realizar acuerdos interinstitucionales, pero estos aún no se encuentran en etapa de ejecución.

Acciones de mejora:

- ★ Socialización del resultado del proceso de formación desde las dimensiones del desarrollo humano del centro de interés.

- ★ Intercambiar ideas a través de espacios donde el diálogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.

- ★ Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través de la experiencia del deporte escolar.

- ★ Socialización del resultado del proceso de formación desde las dimensiones de desarrollo del centro de interés.

- ★ Intercambiar ideas a través de espacios donde el diálogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.

- ★ Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través de la experiencia del deporte escolar.



Factores que definen la semaforización de color rojo

La IED no alcanza los mínimos esperados del proceso de armonización y articulación, por lo tanto, se requiere ser priorizada con estrategias de mejoramiento desde el proyecto Jornada Escolar Complementaria y la SED, para mejorar la adopción y adherencia de la importancia del proceso de armonización y articulación en la IED.

1. La propuesta y el protocolo de armonización y articulación curricular de la Jornada Escolar Complementaria no se ha logrado vincular en ninguno de los elementos curriculares de la IED.
2. Los Centros de Interés se desarrollan como actividades de manera aislada e independiente del proceso curricular integrando el proceso de armonización y articulación curricular.
3. El aporte valorativo desde el centro de interés, se incorpora en la evaluación de los estudiantes especialmente como estrategia para garantizar su permanencia en estos.
4. La relación entre los elementos curriculares y los centros de interés es mínima o inexistente.
5. Se plantean reuniones ocasionales por situaciones ajenas, que no permiten avanzar en el protocolo de armonización y articulación.

Acciones de mejora:

- ★ Realizar mesas de diálogo y socialización de las experiencias significativas en la Jornada Escolar Complementaria con IED que tengan un avance en el proceso.
- ★ Intercambiar ideas a través de espacios donde el diálogo de saberes interinstitucionales entre otras IED que cuenten la experiencia significativa del proceso.
- ★ Potenciar el acompañamiento pedagógico desde las entidades aliadas, que posibiliten estrategias para la transformación a través de la experiencia del deporte escolar.



Finalmente se define el tipo de articulación que se adelanta con la IED teniendo en cuenta la siguiente clasificación:

Articulación vertical y descendente: cuando se lleva a cabo entre la educación media, la básica y la inicial.

Articulación interdisciplinar: cuando se da entre los componentes de un campo disciplinar, centrada en un solo saber, se definen los objetos de conocimiento, los conceptos y las metodologías específicas (áreas de educación física, mallas).

Articulación multidisciplinaria: esencialmente temática. Se apoya en los temas, ideas, proyectos, e implica la especificación de los aportes particulares de diferentes disciplinas.

Articulación transversal: se basa en la identificación de principios organizativos comunes a diferentes disciplinas (términos, conceptos, procedimientos, técnicas) y que luego se emplean de manera común en diferentes áreas o disciplinas del currículo.

Articulación estructural: supone lazos de complementariedad e igualdad entre las disciplinas; implica la definición de líneas de trabajo e investigación que apuntan a síntesis de procedimientos, conocimientos y estrategias mediante la adopción de un marco común.

Articulación interdisciplinaria: trata de garantizar la concurrencia de conocimientos provenientes de distintas disciplinas en torno al estudio de problemas: el objeto de estudio no es la disciplina, sino los problemas que resultan relevantes para los ciudadanos, en este caso, para la escuela.

5. Nociones y corrientes pedagógicas de Jornada Escolar Complementaria

5.1 Modelo pedagógico - social

El modelo pedagógico de la estrategia "Jornada Escolar Complementaria" se reconoce como eje articulador de un proceso pedagógico y social que se desarrolla desde el deporte, pero se encuentra anclado a la formación integral de los y las participantes. En suma, no se trata de un proyecto deportivo pero se trata de una apuesta de ciudad que desde el deporte como un fenómeno cultural y humano se ancla en el movimiento como lugar de apoyo para que quienes participan de los centros de interés, no solamente aprendan los gestos técnicos de una disciplina deportiva si no que se construyan como ciudadanos y ciudadanas; en este horizonte de sentido, es posible que algunos y algunas, por sus condiciones, opten por el deporte de alto rendimiento como una manera de construirse su existencia; otros, la gran mayoría encontrarán en el deporte, no una forma de ganarse la vida como deportistas, pero sí una posibilidad de constituirse como seres humanos más allá del deporte mismo.





El deporte como fenómeno cultural y humano, construye posibilidades para los sujetos que van desde las relaciones que fortalecen su capacidad de vinculación y creativa (Nussbaum, 2012), hasta el punto de construirse la vida desde una mirada placentera (Malina-Gallo y Sánchez-Londoño, 2016) de la misma que le permite ampliar su horizonte moral (Cahn y Sen, 2018).

Este horizonte moral, no es otra cosa que la posibilidad de elegir la vida que cada uno cree que merece vivir (Cahn y Sen, 2018) y ello supone un deber del estado y sus instituciones y en este caso el IDRD para que los niños, las niñas los adolescentes y los jóvenes, cuenten con alternativas que desde su presente les permitan reconocer desde su cuerpo y las relaciones que construyen todos los días, la posibilidad de escoger aquello que creen que es beneficioso para su existir.

En este orden, el modelo pedagógico bebe de diversas fuentes como la praxeología de Parlebas (Saraví, 2000) y se articula con más fortaleza en las corrientes sociocríticas con mayor asiento y construcción en América latina; estas corrientes abogan por el reconocimiento de un saber propio desde el continente y se ubican de acuerdo con De Sousa en un lugar de la línea en el que el conocimiento es despreciado por el saber eurocéntrico (García-Chueca, 2014). En este orden, el enfoque socio crítico nos acerca

a un enfoque metodológico en el territorio que se concentra en tres momentos fundamentales: acción - reflexión - acción.

Desde las miradas críticas del quehacer pedagógico, estos tres momentos son cruciales para el desarrollo de las apuestas pedagógicas y didácticas, para ello es importante comprenderlas cada una por separado.

5.2 Enfoque Metodológico Jornada Escolar Complementaria

En este orden, el enfoque sociocrítico nos acerca a un quehacer metodológico en el territorio que se concentra en tres momentos fundamentales: acción - reflexión - acción que integra en módulos de aspectos psicosociales como:

- ★ Niños y niñas como sujeto de derechos, en donde se busca un protagonismo activo de niños y niñas frente a sus derechos, dejando de lado la com de socialización, aspecto que permite generar acciones que buscan que, a partir de las reflexiones, las familias tengan un lugar más activo en el proceso de formación.
- ★ El cuerpo como primer territorio de garantía de derechos, el cual tiene como objetivo complementar el concepto del cuerpo como fundamento de la práctica deportiva con una comprensión del cuerpo como centro de la comprensión de la ciudadanía, la participación y la existencia.
- ★ El deporte como un espacio de encuentro con los y las otras.
- ★ Autoestima, autoconcepto y autoimagen, tres temas que permiten complementar los aspectos relacionados con la construcción de la personalidad y la autónoma de manera dinámica.

Desde las miradas críticas del quehacer pedagógico, estos tres momentos son cruciales para el desarrollo de las apuestas pedagógicas y didácticas, para ello es importante comprenderlas cada una por separado:

Acción: se refiere a la necesidad de que el formador reconozca la vida previa de los y las participantes, ello se centra en la necesidad de reconocer sus formas de movimiento, sus gestos técnicos, sus formas de relacionamiento; se trata de comprender al sujeto que se encuentra frente a mí como formador con todas sus características y condiciones morfofuncionales, así como sus condiciones sociales y culturales; quien llega a la práctica deportiva es un cuerpo dotado de subjetividad y por ello necesariamente un sujeto que debe reconocerse en todas sus dimensiones.

Reflexión: en este momento, el rol del formador se concibe como un papel fundamental, pues ha de favorecer las nuevas apropiaciones de los y las participantes a partir de lo reconocido en el momento inicial y de su espejo cultural como formador/a.

Su tarea no es menor, supone que sus acciones han de tener una triple entrada: lo primero es un trabajo motor que ayuda a cualificar los gestos deportivos de los y las participantes; lo segundo supone la necesidad de que los gestos técnicos sean comprendidos más que actuados, pero precisamente para que sean llevados a una práctica comprendida en relación con los otros y las otras que nos rodean; ello supone una comprensión amplia de los mismos y de su impacto en la vida humana para que sean acciones reflexionadas y no simplemente movimientos carentes de sentido que se olvidan en otros espacios y escenarios.

Acción: finalmente y como el elemento central de este accionar metodológico, se encuentra el tercer paso o momento metodológico, la ACCIÓN que realizan los y las estudiantes, pensadas, reflexionadas, comprendidas que suponen, sin duda, una cualificación de sus acciones y gestos técnicos que se mejoran en el espacio deportivo y en la vida misma; se trata de una práctica o un conjunto de acciones que reconocen en su despliegue: la Cultura Ciudadana y la Construcción de Ciudadanía como eje del movimiento en tanto éstos se viven con otros para construirse colectivamente; la Apropiación del espacio público como lugar de vivencia y disfrute del deporte y del encuentro;

el reconocimiento de las diferencias como posibilidades de construcción y no como limitantes de los movimientos o de la vida y la existencia misma; la Identidad de género como la necesidad de reconocer y respetarnos desde los movimientos que hacemos que nos identifican como diferentes pero no en la existencia de uno o varios géneros de menor valía que otros; por último, estas acciones han de considerar la inclusión como un principio fundamental de la vida en comunidad.

Se trata de tres pasos metodológicos que deben ayudar a:

- ★ Un formador que se comprende como un sujeto que se actúa y se mueve, sintiendo y pensando y ello supone una interacción permanente en la sociedad, en una sociedad de diferentes y no de iguales y que reconoce su rol en la tarea de que los niños y las niñas participantes de la Jornada Escolar Complementaria construyan pensamiento, movimiento y sensaciones como una triada indisoluble; pues los cuerpos no se mueven sin sentir y sin pensar.
- ★ Unos y unas escolares que comprenden el movimiento como parte de su existencia y el valor de este en las interacciones cotidianas, no se trata de tener seres humanos que se mueven



muy bien en el desarrollo de sus deportes con gestos técnicos adecuados, sino que estos gestos técnicos y estas formas de despliegue de sus acciones se trasladan a su cotidianidad para reconocer la importancia de los otros, las otras y las diferencias que nos constituyen como seres humanos.

La acción, reflexión y acción se traduce en un proceso metodológico que reconoce la vida y va a la clase y posteriormente regresa a la vida de los escolares; ello se traduce en tres pasos metodológicos para la clase así:

Acción: preparación de la clase y momento inicial de ésta que reconoce la entrada de los niños y las niñas a ésta y a partir de ahí se proponen nuevos movimientos y gestos técnicos por parte del profesor.

Reflexión: el formador ayuda a los niños y a las niñas a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo del movimiento dentro y fuera de los escenarios deportivos. En este momento los niños y niñas deben comprender que movimiento, pensamiento y sensaciones son, como ya se mencionó, una triada indisoluble.

Acción: los y las formadoras junto con los niños y las niñas proponen las comprensiones logradas y se comprometen a la práctica de los movimientos aprendidos en clase para trasladarlos a la vida cotidiana en las diferentes interacciones de su existir. Como se mencionó antes, este puede ser el momento más importante de la metodología en tanto los movimientos se trasladan a la construcción de una vida que se mueve, siente y piensa e interactúa reconociendo las diferencias y la igualdad en tanto sujetos de derechos.

5.3 Secuencia didáctica

Definición fases sucesión de actividades que responden a una estructura secuencial que las encadena a lo largo de un periodo de tiempo definido como el necesario para que los estudiantes adquieran los aprendizajes y se acceda a los conocimientos que se han trazado como metas.

Fase Inicial:

Acción: preparación de la clase y momento inicial de ésta que reconoce la entrada de los niños y las niñas a ésta y a partir de ahí se proponen nuevos movimientos y gestos técnicos por parte del profesor.

Fase Central y Fase de retroalimentación:

Reflexión: el formador ayuda a los niños y a las niñas a reflexionar con preguntas orientadoras para un ejercicio comprensivo del movimiento dentro y fuera de los escenarios deportivos. En este momento los niños y niñas deben comprender que movimiento, pensamiento y sensaciones son, como ya se mencionó, una triada indisoluble.

Fase de retroalimentación y vuelta a la calma:

Acción: los y las formadoras junto con los niños y las niñas proponen las comprensiones logradas y se comprometen a la práctica de los movimientos aprendidos en clase para trasladarlos a la vida cotidiana en las diferentes interacciones de su existir. Como se mencionó antes, este puede ser el momento más importante de la metodología en tanto los movimientos se trasladan a la construcción de una vida que se mueve, siente y piensa e interactúa reconociendo las diferencias y la igualdad en tanto sujetos de derechos.

5.4 Los centros de interés y su apuesta por el desarrollo integral

La acción, reflexión y acción se traduce en un proceso metodológico que reconoce la vida y va a la clase y posteriormente regresa a la vida de los escolares; ello se traduce en tres pasos metodológicos para la clase desde el proceso de enseñanza- aprendizaje través de la formación de 35 centros de interés reorganizadas por modalidades deportivas de la siguiente manera:

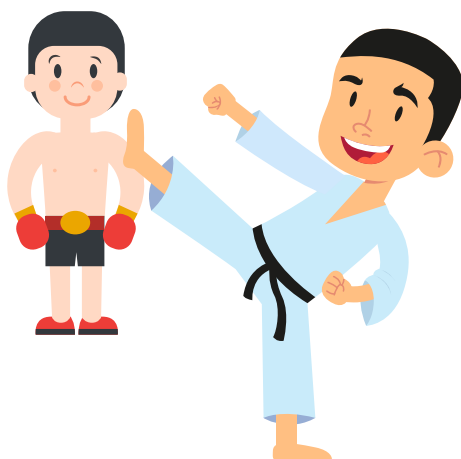
Pelota

Fútbol, baloncesto, sóftbol, futsal, tenis de campo, bádminton, voleibol, tenis de mesa, béisbol, fútbol de salón, balonmano, rugby y squash.



Combate

Judo, lucha, taekwondo, boxeo, karate, esgrima.



Nuevas tendencias deportivas

Escalada, BMX, ultimate, capoeira, skateboarding.



Tiempo y marca:

Natación, atletismo, patinaje, levantamiento de pesas, ciclismo.



Arte y precisión

Porras, gimnasia, baile deportivo.



Iniciación al Movimiento



Disciplinas audiovisuales

Ajedrez y actividad física.



El centro de interés como estrategia pedagógica fortalece la formación integral, potenciando los aprendizajes esenciales partiendo del diálogo y de los consensos sobre los cuales se estructura el centro de interés, se formaliza y se definen los conceptos, las acciones, los tiempos, los recursos y las relaciones curriculares y las formas de identificarlas con cada una de las áreas y ejes transversales para resolver las preguntas que surjan en el centro de interés.

5.5 Valoración formativa de la Jornada Escolar Complementaria (VAF)

La valoración formativa y cualitativa (VAF), en la Jornada Escolar Complementaria busca valorar el progreso y proceso alcanzado por los **NNJA** resultado de la dinámica de enseñanza-aprendizaje en el desarrollo de las actividades de los diferentes centros de interés transversalizando de las dimensiones del desarrollo humano, centrada en:

- ★ Lo que el estudiante logra, más no en lo que le falta.
- ★ Resaltar el interés y dedicación que muestra el escolar al desarrollar las actividades propuestas y destacar el esfuerzo ante la adversidad.
- ★ Entender el contexto (hogar, escenario deportivo, IED) de cada escolar.

Lo anterior sucede en cada sesión de clase y para evidenciar estos procesos el formador realiza y entregará a la IED cada dos meses la VAF a través de una herramienta de seguimiento y valoración diseñada por el componente pedagógico y social del proyecto que se encontrará en el Sistema

de Información Misional SIM. Este proceso busca fortalecer el PEI, mediante las acciones de armonización y articulación curricular acordadas con las diferentes IED en el marco de los proyectos: Fortalecimiento a la formación integral de calidad en Jornada Única y Jornada Completa, para niñas, niños y adolescentes en colegios distritales de Bogotá DC, de la SED y Jornada Escolar Complementaria del IDRD. En este sentido se busca promover la formación integral de **NNJA** desde su dimensión cognitiva, motora, lúdica y psicosocial, a través de la práctica de centros de interés deportivos en ambientes de aprendizaje remotos (sincrónico, asincrónico) mediados por las TIC, guías de aprendizaje y ambientes presenciales no aularios como escenarios y parques de la ciudad para aquellas instituciones que inician el proceso de alternancia. Garantizar un proceso formativo basado en el conjunto de acciones e interacciones que se generan, en forma planificada, entre diferentes agentes (escolares, docentes de las IED, formadores, ambiente no aularios, remoto, recursos educativos, guías de aprendizaje), para lograr los resultados de aprendizaje propuestos. Este conjunto de acciones e interacciones son intencionados dentro de un marco conceptual teórico y práctico, que orientan los procesos pedagógicos de los centros de interés, los cuales se relacionan a continuación:



- ★ Aprendizaje orientado por competencias para la vida: desarrollo de conocimientos, procedimientos y actitudes, con un conjunto de acciones que los escolares pueden desarrollar en su vida cotidiana o en una situación de la vida particular.
 - ★ Aprendizaje experiencial: Ocurre cuando el escolar es capaz de enfrentar situaciones reales se consolida en él un conocimiento significativo, contextualizado, transferible, funcional, y se fomenta su capacidad de aplicar lo aprendido. En este caso por medio de la práctica deportiva escolar y lo que genera en sus dimensiones de desarrollo.
 - ★ Tecnología al servicio del proceso formativo (procesos remotos): La virtualidad llegó para quedarse, por lo tanto, fortalecer las estrategias y metodologías activas y centradas en el estudiante, a través del uso de herramientas tecnológicas acordadas con la IED. Igualmente, la Integración de la tecnología para el mejoramiento de la gestión pedagógica del formador y el seguimiento de los procesos de enseñanza - aprendizaje.
 - ★ El formador y formadora realizará el seguimiento al proceso de formación de los **NNJA** y su respectiva valoración cualitativa VAF en la cual se resaltarán sus logros y aprendizajes.
 - ★ El formador y formadora participará en las mesas de trabajo de cualificación por parte de los gestores pedagógicos y sociales, posteriormente construyen, analizan y revisan las modificaciones a las mallas curriculares de su centro de interés liderado por un profesional de enseñanza.
- Asimismo, se establecen indicadores generales de cada dimensión de desarrollo por ciclo y período académico respetando las etapas de iniciación deportiva escolar desde la exploración, apropiación y dominio.



5.6 Etapas de la iniciación deportiva escolar del centro de interés.

La evaluación formativa es una práctica de comprensión y una oportunidad de aprendizaje. " ... Lo que se observa y valora es la manera en que el estudiante ha recorrido el camino propuesto y el modo en que ha alcanzado los propósitos de aprendizaje" (Hernández, 2012). No es suficiente adquirir conocimientos, es necesario comprender sus lógicas de producción, es decir, comprender las visiones de mundo desde las cuales se producen, es por esto que desde los aspectos pedagógicos la VAF se desarrollará de la planeación de cada malla curricular desde las dimensiones del desarrollo humano desde lo cognitivo, motor y lúdico.

1. Etapa de formación perceptiva motora: Exploración

Esta etapa comienza con el nacimiento y se prolonga hasta los diez años aproximadamente. Se caracteriza por el desarrollo e irradiación de las capacidades perceptivo-motrices desde lo deportivo de cada centro de interés donde se desarrolla el esquema corporal, estructuración temporo-espacial, equilibrio, manipulación de objeto, coordinación dinámica general y coordinación senso motora. Por lo tanto, todas las formas básicas del movimiento como correr, saltar, trepar, recibir, arrojar y variadas experiencias motrices con la intención de que todo sea recreativo, pero asistemático, estimulando y desarrollando sus capacidades ya mencionadas.

2. Etapa de formación deportiva multilateral: Apropiación

Esta etapa abarca desde los once doce a trece años. El desarrollo de las más variadas formas de coordinación, y familiarización, con los más diversos elementos y el desarrollo del pensamiento táctico general. Esta etapa nos presenta una gran capacidad de las técnicas de movimientos combinados en forma global.

No se consigue la inhibición de movimientos, por lo tanto, no hay precisión. Es posible el incremento de las capacidades físicas por medio del entrenamiento sistemático. Se puede desarrollar sus capacidades físicas como la resistencia, fuerza, movilidad, equilibrio, velocidad, coordinación, en forma general. En cuanto a la preparación mental permitirle conocer la idea central, las reglas del centro de interés. Por supuesto que todo esto sin perder de vista el desarrollo de los 3 objetivos de la etapa: desarrollo de los más variados patrones de la coordinación; familiarización con los más diversos elementos, desarrollo del pensamiento táctico general.

3. Etapa de formación específica deportiva: Dominio

También abarca de desde 13 hasta los 17 años. Sus objetivos son: El desarrollo de las destrezas y habilidades específicas, el desarrollo del pensamiento táctico específico, el aprendizaje de las técnicas específicas del deporte.



Indicadores de la dimensión motriz

Ciclo 1

Periodo 1



Explora múltiples formas de ejecución de movimientos de su centro de interés, utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, identificando las diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos mediante el juego dirigido, mejorando su condición física.



Afianza múltiples formas de ejecución de movimientos de su centro de interés, utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, reconociendo las diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos, vivenciando el juego dirigido como una forma de mejorar su condición física.



Domina múltiples formas de ejecución de movimientos de su centro de interés, utilizando los diferentes segmentos corporales a nivel global y segmentario, controlando las diversas formas básicas de movimiento con el uso de elementos y sin ellos, comprendiendo el juego dirigido como una forma de mejorar su condición física.

Periodo 2



Explora a través de su cuerpo diferentes ubicaciones temporo espaciales, identificando la importancia de las rutinas de calentamiento para iniciar y recuperar después de cada actividad física, utilizando algunas actividades gimnásticas que brinden diversas posibilidades de movimiento de su cuerpo y su relación al manipular objetos deportivos propios del centro de interés.



Adquiere ubicaciones temporo espaciales, iniciando con rutinas de calentamiento para iniciar y recuperar al finalizar la actividad física, mediante algunas actividades gimnásticas que permiten ampliar las posibilidades de movimiento de su cuerpo, las técnicas y la manipulación de objetos deportivos propios del centro de interés.



Domina las diversas posibilidades de movimiento de su cuerpo, mediante actividades de ubicación temporo espacial y la relación de la manipulación de objetos deportivos propios del centro de interés, utilizando algunas actividades gimnásticas aplicadas a técnicas propias con pequeñas rutinas de calentamiento para iniciar, recuperar y finalizar la actividad física.

Periodo 3



Explora las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, identificando los diferentes juegos deportivos y competitivos a nivel individual y grupal de su centro de interés teniendo en cuenta los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica deportiva y los efectos en su condición física.



Apropia las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés mediante diversos juegos deportivos y competitivos individuales y grupales, reconociendo los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica deportiva y los efectos en su condición física.



Domina las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, propuestos en el centro de interés, participando activamente en diferentes juegos deportivos y competitivos individuales y grupales vivenciando los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene para su práctica deportiva y los efectos en su condición física.

Periodo 4



Identifica las reacciones y cambios de su cuerpo, identificando los cambios orgánicos que se exteriorizan en él cuando realiza actividad física, ejercicio y juegos propios del centro de interés teniendo en cuenta sus posibilidades físicas.



Reconoce algunos cambios de su cuerpo e identifica los cambios orgánicos que se enfatizan en él cuando realiza actividad física, ejercicio y juegos propios del centro de interés teniendo en cuenta sus posibilidades físicas.



Domina los cambios de su cuerpo cuando participa en actividades físicas, ejercicio y juego con los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo al vivenciar todos los ejercicios propios del centro de interés desplegando todas sus posibilidades físicas.

Indicadores de la dimensión motriz

Ciclo 2

Periodo 1



Explora variados ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés, manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria e Identificando las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios de su centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.



Apropia variados ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés manejando sus segmentos corporales de forma global y segmentaria, vivenciando una diversidad de movimientos básicos y reconociendo las capacidades físicas básicas en la aplicación de juegos y ejercicios manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.



Domina diversos ejercicios y movimientos básicos que responden a las necesidades técnicas de su centro de interés, vivenciando el trabajo de sus segmentos corporales de forma global y segmentaria, aplicando las capacidades físicas básicas en juegos y ejercicios adecuados al centro de interés, manteniendo el control y ritmo de su cuerpo.

Periodo 2



Identifica una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios básicos, explorando su conciencia y control corporal por medio de actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés, experimentando una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.



Combina una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios básicos, desarrollando su conciencia, control corporal y fundamentación en actividades de juego de tensión y de relajación trabajadas en el centro de interés, practicando una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.



Domina una variedad de patrones motrices con la manipulación de objetos, a través de actividades de juego y ejercicios de fundamentación, demostrando conciencia y control corporal por medio de actividades de juego de tensión y relajación trabajadas en el centro de interés, percibiendo una variedad de ejercicios, y movimientos precisos para para la fase de calentamiento y la recuperación del cuerpo.

Periodo 3



Identifica cambios en la respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combinó varios patrones de movimiento con intensidades variadas, participando en juegos, formas jugadas y pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, que lo aproximan a los fundamentos propios del centro de interés, desarrollando sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.



Reconoce la respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combinó varios patrones de movimiento con intensidades variadas, relacionando juegos, formas jugadas y pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, ciertos fundamentos propios del centro de interés, progresando en el desarrollo de sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.



Domina la respiración al realizar diferentes ejercicios y juegos, en donde combinó varios patrones de movimiento con intensidades variadas, aplicando en juegos pre deportivos habilidades, destrezas y reglas, los fundamentos trabajados propios del centro de interés, ejercitando sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua; por medio de la práctica de diferentes juegos y ejercicios propuestos en el centro de interés.

Periodo 4



Explora diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del centro de interés, manifiesta creatividad en la ejecución de juegos y actividades deportivas que ha indagado o practicado en su comunidad, identificando los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los experimenta por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.



Apropia diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del centro de interés, participa con interés e iniciativa en la ejecución de juegos y actividades deportivas que practica en su comunidad y las promueve, distingue las percepciones conceptuales de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, y los desarrolla por medio de la práctica de expresiones motrices, juegos, ejercicios y movimientos técnicos ajustados al centro de interés.



Domina en el juego diferentes posiciones y posturas corporales que se asemejan a las propias de la técnica de movimiento del deporte, utiliza las técnicas de movimiento aprendidas en el centro de interés y las pone en práctica cuando participa en su comunidad, aplica los conceptos de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad, adecuadamente en juegos de aplicación específicos del centro de interés.

Indicadores de la dimensión motriz

Ciclo 3

Periodo 1



Identifica sus capacidades en la realización de ejercicios físicos, juegos y manipulación de elementos del centro de interés, combinando las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.



Afianza sus capacidades físicas en la realización de ejercicios físicos y juegos, con la manipulación de elementos y movimientos acordes al centro de interés, analizando las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.



Domina los movimientos del cuerpo de acuerdo a su centro de interés, dirigidos a la realización de ejercicios físicos y juegos con la manipulación de objetos, dominando las diferentes condiciones físicas y técnicas por medio de expresiones motrices individuales.

Periodo 2



Reconoce y explora las posibilidades de movimiento, propias de la ejecución de expresiones motrices en los esquemas o secuencias de movimiento, controlando y desarrollando de manera espontánea o guiada, las respuestas físicas presentes en cada una de las actividades de los centros de interés.



Apropia sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices, controlando y desarrollando de manera espontánea o guiada, las respuestas físicas presentes en cada una de las actividades de los centros de interés.



Domina sus posibilidades de movimiento y las condiciones propias en la ejecución de expresiones motrices, construyendo de manera espontánea o guiada secuencias de movimiento con control corporal, comprendiendo los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.

Periodo 3



Identifica las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos. explorando la ejecución de formas jugadas y técnicas propias del centro de interés.



Reconoce las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, controlando la ejecución de formas jugadas y técnicas de movimiento de su centro de interés, reconociendo movimientos y actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.



Domina las diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, dominando la ejecución de formas y técnicas de movimiento del centro de interés aplicando movimientos, actividades de calentamiento y recuperación en la actividad física.

Periodo 4



Interpreta y relaciona coherentemente los diferentes movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para su destreza en el centro de interés manifestando la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Comprende coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales en la realización de su centro de interés, reconociendo la práctica de la actividad física como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Explora movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, Identificando la ejecución de formas y técnicas de movimiento motrices y deportivas del centro de interés, reconociendo su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.



Indicadores de la dimensión motriz

Ciclo 4

Periodo 1



Explora movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, identificando la ejecución de formas y técnicas de movimiento motrices y deportivas del centro de interés, reconociendo su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.



Apropia movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, controlando la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas del centro de interés, vivenciado su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.



Domina movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, reforzando la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas del centro de interés, evaluando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas.

Periodo 2



Explora diversidad de actividades físicas del centro de interés que estén de acuerdo con las posibilidades de movimiento con el uso de elementos, identificando las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo, examinando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa – actividad física.



Apropia diversidad de actividades físicas del centro de interés que estén de acuerdo con las posibilidades de movimiento con el uso de elementos, ejecutando diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo, expresando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Domina diversidad de actividades físicas del centro de interés que estén de acuerdo con las posibilidades de movimiento con el uso de elementos, desarrollando las diferentes técnicas del cuerpo a partir de diferentes situaciones de juego y las posibilidades de su desarrollo, atendiendo cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física - pausa – actividad física.

Periodo 3



Explora diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, reconociendo y aplicando una adecuada técnica y los gestos motrices propios del centro de interés, comprendiendo la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Apropia diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, controlando y aplicando una adecuada técnica y los gestos motrices propios del centro de interés, reconociendo la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Domina diferentes acciones motrices que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos, generando y aplicando una adecuada técnica y los gestos motrices propios del centro de interés, valorando la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.

Periodo 4



Explora técnicas de movimientos del centro de interés, que permitan percibir los efectos de estos en su cuerpo, reconociendo la actividad física, siguiendo parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa – actividad física.



Apropia técnicas de movimientos del centro de interés, que permitan percibir los efectos de estos en su cuerpo, comprendiendo la actividad física, siguiendo parámetros técnicos, físicos y de seguridad, expresando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa – actividad física.






Domina técnicas de movimientos del centro de interés que permitan percibir los efectos de estos en mi cuerpo, desarrollando la actividad física, siguiendo parámetros técnicos, físicos y de seguridad, atendiendo cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física - pausa - actividad física.






Indicadores dimensión lúdica

Ciclo 1




Periodo 1

-  Vivencia el juego con sus compañeros y profesor desde la práctica de su centro de interés.
-  Manifiesta gusto por el juego con sus compañeros en el desarrollo de las actividades de su centro de interés.
-  Disfruta de la relación de su cuerpo con sus compañeros, por medio de actividades de juego, deportivas y recreativas, orientadas en el centro de interés.




Periodo 2

-  Explora posibilidades de juego con sus compañeros y compañeras en el desarrollo del centro de interés.
-  Realiza juegos que le permiten otras posibilidades de movimientos en el desarrollo del centro de interés.
-  Amplía la realización de juegos y actividades recreativas para enriquecer las actividades del centro de interés.

Periodo 3

-  Explora las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, identificando los diferentes juegos en el desarrollo de su centro de interés.
-  Apropia las diferentes expresiones de juego en el desarrollo de su centro de interés.
-  Domina juegos y actividades recreativas para su centro de interés.

Periodo 4

-  Explora juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.
-  Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.
-  Domina la realización de juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.

Indicadores dimensión lúdica

Ciclo 2

Periodo 1



Explora juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.



Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.



Domina la realización de juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.

Periodo 2



Explora posibilidades de juego con sus compañeros y compañeras en el desarrollo del centro de interés.



Realiza juegos que le permiten otras posibilidades de movimientos en el desarrollo del centro de interés.



Amplía la realización de juegos y actividades recreativas para enriquecer las actividades del centro de interés.

Periodo 3



Explora las diferentes expresiones motrices, rítmicas y armoniosas a través de los juegos corporales, juegos rítmicos y rondas, identificando los diferentes juegos en el desarrollo de su centro de interés.



Apropia las diferentes expresiones de juego en el desarrollo de su centro de interés.



Domina juegos y actividades recreativas para su centro de interés.

Periodo 4



Explora juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.



Apropia juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.






Domina la realización de juegos como parte de las acciones colectivas con los amigos y amigas en el desarrollo de su centro de interés.




Indicadores dimensión lúdica

Ciclo 3

Periodo 1

-  Explora la posibilidad de realizar actividades físicas desde juegos y diferentes actividades recreativas propias para el enriquecimiento de su centro de interés.
-  Apropia la posibilidad de realizar actividades físicas desde juegos y diferentes actividades recreativas propias para el enriquecimiento de su centro de interés.
-  Domina la posibilidad de realizar actividades físicas desde juegos y diferentes actividades recreativas propias para el enriquecimiento de su centro de interés.

Periodo 2

-  Amplía las posibilidades del movimiento de su cuerpo y sus segmentos propia del trabajo en su centro de interés.
-  Apropia las posibilidades del movimiento de su cuerpo y sus segmentos propia del trabajo en su centro de interés.
-  Domina las posibilidades del movimiento de su cuerpo y sus segmentos propia del trabajo en su centro de interés.



Periodo 3



Explora la ejecución de formas jugadas y técnicas propias del centro de interés a través de diferentes actividades recreativas.



Apropia actividades jugadas y recreativas reconociendo las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.



Domina actividades jugadas y recreativas reconociendo las diferentes acciones motrices, que le permiten conocer su condición y su respuesta fisiológica en la ejecución de los diferentes elementos.

Periodo 4



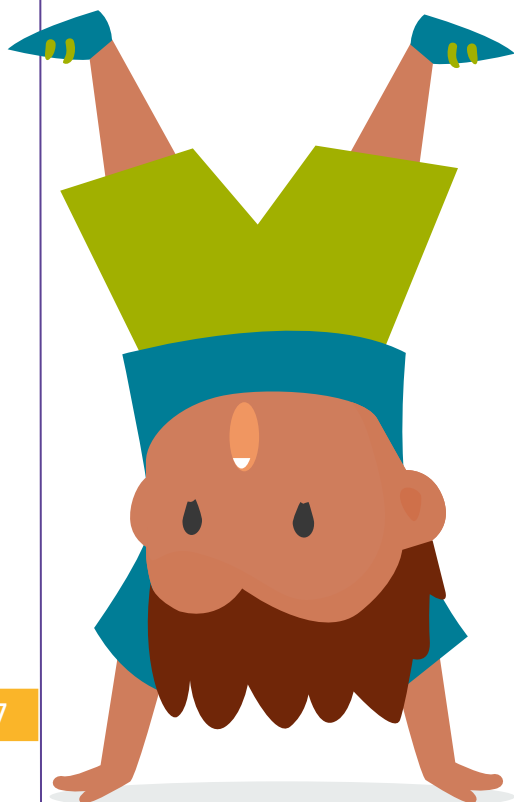
Identifica el movimiento desde el juego y la recreación realizada en su centro de interés, como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Apropia el movimiento desde el juego y la recreación realizada en su centro de interés, como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Domina el movimiento desde el juego y la recreación realizada en su centro de interés, como hábito saludable y la asume como parte de su vida diaria.



Indicadores dimensión lúdica

Ciclo 4

Periodo 1



Disfruta la posibilidad de realizar actividades físicas desde su centro de interés.



Apropia el desarrollo de las acciones de su centro de interés desde el disfrute y la acción colectiva, generando movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía.



Domina movimientos que generan amplitud, destreza y autonomía de movimientos, reforzando la ejecución de formas y técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportiva del centro de interés, evaluando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y disfruta de su realización.

Periodo 2



Disfruta el juego y el movimiento de manera individual y colectiva, favoreciendo el desarrollo de las actividades físicas propias de su centro de interés.



Apropia el juego y el movimiento de manera individual y colectiva, favoreciendo el desarrollo de las actividades físicas propias de su centro de interés.



Domina el juego y el movimiento de manera individual y colectiva, favoreciendo el desarrollo de las actividades físicas propias de su centro de interés.

Periodo 3

- Explora posibilidades de prácticas deportivas con acciones de juego y actividades recreativas diversas.
- Apropia posibilidades de prácticas deportivas con acciones de juego y actividades recreativas diversas.
- Domina posibilidades de prácticas deportivas con acciones de juego y actividades recreativas diversas.

Periodo 4

- Disfruta y comprende la importancia del movimiento y el juego en su centro de interés y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.
- Apropia y comprende la importancia del movimiento y el juego en su centro de interés y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.
- Domina y comprende la importancia del movimiento y el juego en su centro de interés y sigue parámetros técnicos, físicos y de seguridad, analizando cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Indicadores dimensión cognitiva

Ciclo 1

Periodo 1



Identifica algunas acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física a través del juego dirigido y las diferentes formas de movimiento del centro de interés.



Reconoce las acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física a través del juego dirigido y las diferentes formas de movimiento del centro de interés.



Pone en práctica acciones de cuidado de su cuerpo antes, durante y después de la actividad física a través del juego dirigido y las diferentes formas de movimiento del centro de interés.

Periodo 2



Explora las posibilidades de movimiento a partir de juegos y rondas, identificando que hay unos tiempos de juego específicos y unas rutinas de calentamiento para iniciar y finalizar las actividades del centro de interés.



Apropia las posibilidades de movimiento a partir de juegos y rondas, reconociendo los tiempos y orientaciones específicas del centro de interés y las rutinas de calentamiento para iniciar y finalizar cada actividad específica.



Domina las posibilidades de movimiento que brinda el centro de interés a partir de juegos y rondas, cumpliendo con los tiempos y orientaciones establecidas para el centro de interés y la aplicación de rutinas de calentamiento para iniciar y finalizar las actividades específicas.





Periodo 3

- Identifica las normas, reglas de seguridad, comportamiento y los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene en las prácticas del centro de interés y sus efectos en su condición física.
- Reconoce las normas, reglas de seguridad, comportamientos y los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene en la práctica del centro de interés y sus efectos en su condición física.
- Comprende las normas, reglas de seguridad, comportamientos del centro de interés y los beneficios de una buena hidratación, nutrición e higiene en su condición física al realizar cada práctica deportiva.

Periodo 4

- Explora ciertos talentos, habilidades y cualidades en la participación de actividades, juegos o ejercicios del centro de interés, identificando los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo.
- Adquiere ciertas aptitudes, habilidades y cualidades al realizar actividades, juegos o ejercicios propuestos en el centro de interés, reconociendo los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo.
- Manifiesta ciertas aptitudes, talentos, habilidades y cualidades cuando participa en actividades, juegos o ejercicios propuestos en el centro de interés, reconociendo los cambios orgánicos que se exteriorizan en su cuerpo.

Indicadores dimensión cognitiva

Ciclo 2

Periodo 1



Identifica los beneficios de los hábitos de higiene y salud, que se deben tener en cuenta antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.



Reconoce los beneficios de los hábitos de higiene y salud, que se deben tener en cuenta, antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.



Comprende la importancia de tener hábitos de higiene y salud, antes, durante y después de realizar actividades propias del centro de interés.

Periodo 2



Identifica las normas, tiempos de juego, ejercicios, movimientos, fases de calentamiento y recuperación del centro de interés.



Reconoce que los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, son un pilar fundamental para la sana convivencia dentro del centro de interés.



Cumple con los acuerdos, los tiempos establecidos y otras normas durante el juego y fuera de él, para una sana convivencia dentro del centro de interés.



Periodo 3



Identifica las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad, escenarios propios del centro de interés que promueven sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua.



Reconoce las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad, escenarios propios de su centro de interés que permiten el desarrollo de sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua.



Preserva las instalaciones, materiales, elementos, normas de seguridad y uso de los escenarios propios del centro de interés, fortaleciendo sus capacidades físicas de manera pertinente, armoniosa y continua.

Periodo 4



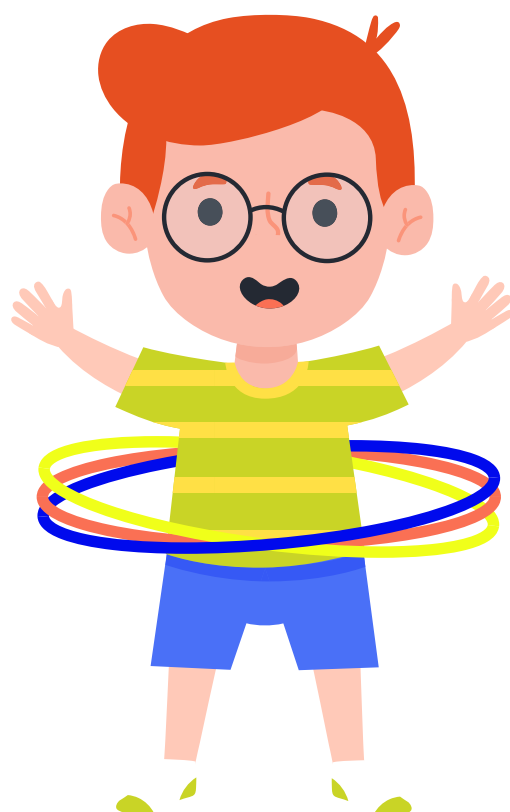
Participa en juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego por medio de la práctica de expresiones motrices, ejercicios y movimientos técnicos del centro de interés.



Desarrolla con autonomía juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego, por medio de la práctica de expresiones motrices, ejercicios y movimientos técnicos del centro de interés.



Práctica de manera emprendedora juegos libres, dirigidos y recreativos, conservando el respeto por sus compañeros y las normas de juego, aplicando conceptos técnicos específicos del centro de interés.



Indicadores dimensión cognitiva

Ciclo 3

Periodo 1



Identifica y reconoce sus capacidades físicas en la práctica deportiva y la realización de ejercicios físicos del centro de interés, haciendo uso adecuado del tiempo de juego y la actividad física, en beneficio de la calidad de vida.



Comprende e interpreta la ejecución de la practica deportiva y la realización de ejercicio del centro de interés de acuerdo a sus capacidades físicas, haciendo uso adecuado del tiempo de juego y de la actividad física, en beneficio de la calidad de vida.



Domina y expresa las diferentes condiciones físicas y técnicas deportivas de su centro de interés de acuerdo a sus capacidades y habilidades cognitivas.

Periodo 2



Explora y reconoce los esquemas o secuencias de movimiento, con control corporal de manera espontánea o guiada desarrollando respuesta física a las actividades del centro de interés.



Reconoce los esquemas y secuencias de movimiento con control corporal de manera espontánea o guiada, interpretando los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas en las actividades de los centros de interés.



Construye y domina esquemas de movimiento con control corporal de manera espontánea o guiada comprendiendo los cambios y desarrollo de las respuestas físicas manifestadas dentro de las actividades de los centros de interés.

Periodo 3



Explora la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando rutinas de calentamiento y recuperación de la actividad física propia del centro de interés.



Controla la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando rutinas de calentamiento y recuperación de la actividad física propia del centro de interés.



Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando rutinas de calentamiento y recuperación de la actividad física propia del centro de interés.

Periodo 4



Reconoce y relaciona coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para práctica de la actividad física y deportiva, reconociendo los cambios y el desarrollo de la respuesta fisiológica manifestada dentro de la actividad física del centro de interés.



Interpreta y ejecuta coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para práctica de la actividad física y deportiva, reconociendo los cambios y el desarrollo de la respuesta fisiológica manifestada dentro de la actividad física del centro de interés.



Comprende y valora coherentemente los movimientos técnicos y las capacidades individuales necesarias para práctica de la actividad física y deportiva, reconociendo los cambios y el desarrollo de la respuesta fisiológica manifestada dentro de la actividad física del centro de interés.



Indicadores dimensión cognitiva

Ciclo 4

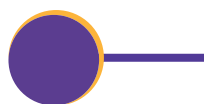
Periodo 1



Explora la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, identificando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y resolución de diversas situaciones del juego propias del centro de interés.



Explora la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, reconociendo su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y resolución de diversas situaciones del juego propias del centro de interés.



Domina la ejecución de formas técnicas de movimiento en diferentes prácticas motrices y deportivas, evaluando su condición física a partir de la realización de pruebas específicas y resolución de diversas situaciones del juego propias del centro de interés.

Periodo 2



Identifica las diferentes técnicas del movimiento a partir de las diferentes combinaciones en situaciones de juego del centro de interés, explorando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Ejecuta las diferentes técnicas del movimiento a partir de las diferentes combinaciones en situaciones de juego del centro de interés, expresando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Domina las diferentes técnicas del movimiento a partir de las diferentes combinaciones en situaciones de juego del centro de interés, reconociendo los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Periodo 3



Reconoce y aplica una adecuada técnica de los gestos motrices propios del centro de interés, comprendiendo la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Controla y aplica una adecuada técnica de los gestos motrices propios del centro de interés, identificando la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.



Domina y aplica una adecuada técnica de los gestos motrices propios del centro de interés, valorando la importancia de la práctica deportiva como una oportunidad de vida saludable.

Periodo 4



Reconoce la actividad física y la práctica deportiva siguiendo los parámetros técnicos, físicos y de seguridad propios del centro e interés, explorando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Comprende la actividad física y la práctica deportiva siguiendo los parámetros técnicos, físicos y de seguridad propios del centro e interés, expresando los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.



Adopta la actividad física y la práctica deportiva siguiendo los parámetros técnicos, físicos y de seguridad propios del centro e interés, atendiendo los cambios fisiológicos que se presentan entre actividad física – pausa - actividad física.

Indicadores dimensión psicosocial

Personal

Ciclo 1

Periodo 1 al 4



En el desarrollo de la práctica deportiva, el niño o la niña no manifiesta fácilmente sus emociones, ni genera una interacción armónica con los demás.



El niño o la niña reconoce el espacio, sabe que puede manifiesta sus mociones durante la clase, no tiene la iniciativa para interactuar con los demás pero intenta una participación activa.



El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, reconoce los sentimientos de las otras personas y en el desarrollo de la práctica deportiva exige respeto cuando alguien sufre una exclusión o cuando alguien es discriminado.



El niño o la niña se relaciona respetuosamente con los otros, promueve estrategias que permitan generar empatía con los demás y promueve dinámicas colectivas de participación.

Ciclo 2

Periodo 1 al 4



En su clase, el niño o la niña experimenta estados de ánimo que reconoce inciden de manera positiva o negativa en el desarrollo de actividades deportivas, pero no socializa con los demás.



El niño o la niña vivencia en la práctica deportiva actitudes de comunicación asertiva como fórmula para fomentar el respeto por sí mismo y por los demás.



El niño o la niña genera actitudes de respeto y diálogo como vía para facilitar las relaciones interpersonales y la sana convivencia.



El niño o la niña participa activamente en la clase, propone actividades en las cuales se participe activamente y reconoce el respeto como dimensión fundamental.

Ciclo 3

Periodo 1 al 4



El niño o la niña no es acompañado por su familia, se muestra disperso e indiferente en la actividad deportiva y no participa activamente de las actividades que propone el formador.



El niño o la niña reconoce diferentes formas de exclusión y discriminación, pero no aplica estrategias para impedir esta situación.



El niño o la niña presenta relaciones armónicas con los demás y se muestra motivado con el trabajo en equipo.



El niño o la niña tiene buenas relaciones con niños y niñas, tiene habilidades para tramitar los conflictos que se presentan y es reconocido por su amistad, su cooperación y su comunicación asertiva.

Ciclo 4

Periodo 1 al 4



Reconoce con dificultad la importancia de la práctica deportiva para su desarrollo personal y para relacionarse con su familia y los demás.



Atribuye significación a algunos aspectos de la práctica deportiva como medio para su desarrollo y el relacionamiento con su familia y los demás.



Comprende la práctica deportiva como una dimensión con la cual complementar su proceso de desarrollo y como medio para relacionarse con su familia y con los demás.



Entiende que con la práctica deportiva está generando un mejor proceso de desarrollo, tiene argumentos que le permiten soportar sus reflexiones alrededor de la importancia de su desarrollo físico y mental con la práctica deportiva y los comparte en diferentes contextos y con diferentes personas.

Indicadores dimensión psicosocial Familiar

Ciclo 1

Periodo 1 al 4



La familia no acompaña el desarrollo de la Jornada Escolar Complementaria del niño o la niña.



La familia reconoce el papel que le corresponde dentro del proceso de formación de su hijo dentro del centro de interés, pero no existe una participación efectiva en los mismos.



La familia se muestra motivada para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés. La familia reconoce las normas y acuerdos construidos por los niños y formadores en los centros de interés.



Los padres, madres y/o cuidadores asumen su rol dentro del proceso de formación preocupándose porque su hijo asista cumplida y puntualmente a las sesiones de clase asegurándose que asista en condiciones adecuadas de aseo y ropa deportiva, y con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades.

Ciclo 2

Periodo 1 al 4



La familia no acompaña el desarrollo de la Jornada Escolar Complementaria del niño o la niña.



La familia reconoce el papel que le corresponde dentro del proceso de formación de su hijo dentro del centro de interés, pero no existe una participación efectiva en los mismos.



La familia se muestra motivada para vincularse a las diferentes actividades organizadas desde el centro de interés. La familia reconoce las normas y acuerdos construidos por los niños y formadores en los centros de interés.



Los padres, madres y/o cuidadores asumen su rol dentro del proceso de formación preocupándose porque su hijo asista cumplida y puntualmente a las sesiones de clase asegurándose que asista en condiciones adecuadas de aseo y ropa deportiva, y con los materiales necesarios para el desarrollo de las actividades.

Ciclo 3

Periodo 1 al 4



El niño y la niña no muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes.



El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia, pero se le dificulta ponerlos en práctica.



El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y Fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar.



El niño y la niña participa en propuestas de solución de situaciones problemáticas en su familia mostrando capacidad para transformar su realidad.

Ciclo 4

Periodo 1 al 4



El niño y la niña no muestra interés por hablar y conocer acerca de la familia, sus funciones y deberes



El niño y la niña Participa en conversaciones sobre deberes y derechos de la familia, pero se le dificulta ponerlos en práctica.



El niño y la niña reconoce el valor de la comunicación en la familia y Fortalece los vínculos afectivos de unión y solidaridad familiar.



El niño y la niña participa en propuestas de solución de situaciones problemáticas en su familia mostrando capacidad para transformar su realidad.

Indicadores dimensión psicosocial Social

Ciclo 1

Periodo 1 al 4



Se relaciona con dificultad y de manera esporádica en las actividades propuestas dentro del Centro de Interés.



Reconoce los beneficios del trabajo colectivo en el ejercicio de las actividades del Centro de Interés.



Apropia los conocimientos adquiridos por medio de la práctica deportiva vinculándonos en su vida diaria.



Comparte de manera solidaridad la importancia del deporte en su vida, trabajando constructivamente en equipo.

Ciclo 2

Periodo 1 al 4



Se relaciona con dificultad y de manera esporádica en las actividades propuestas dentro del Centro de Interés.



Reconoce los beneficios del trabajo colectivo en el ejercicio de las actividades del Centro de Interés.



Apropia los conocimientos adquiridos por medio de la práctica deportiva vinculándonos en su vida diaria.



Comparte de manera solidaridad la importancia del deporte en su vida, trabajando constructivamente en equipo.

Ciclo 3

Periodo 1 al 4



Explora con esfuerzo los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés.



Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral.



Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros.



Construye espacios de reconocimiento, fortaleciendo el desarrollo común por medio de la práctica deportiva.

Ciclo 4

Periodo 1 al 4



Explora con esfuerzo los retos individuales y colectivos propuestos dentro del Centro de Interés.



Identifica los beneficios de la práctica deportiva en su desarrollo integral.



Fomenta la importancia del deporte en la vida, favoreciendo el desarrollo propio y de los otros.



Construye espacios de reconocimiento, fortaleciendo el desarrollo común por medio de la práctica deportiva.

Indicadores dimensión psicosocial

Conceptual

Ciclo 1

Periodo 1 al 4



El **NNJA** no reconoce los contenidos expuestos en la clase, se le dificulta participar y socializar con sus pares.



El **NNJA** interactúa ocasionalmente con sus pares y entorno, muestra interés en mejorar su socialización y participación en la clase deportiva.



El **NNJA** identifica los contenidos expuestos en la clase deportiva, socializa e interactúa y cuida su entorno, reconociendo su rol en la clase.



El **NNJA** Interioriza los conceptos orientados en la clase deportiva, reflejado en su socialización e interacción con sus pares, permeados por el respeto por sí mismo y el otro.

Ciclo 2

Periodo 1 al 4



El **NNJA** presenta dificultad para atender las orientaciones brindadas por el formador en la clase deportiva y reconocer que la práctica deportiva integra aspectos de adecuadas relaciones interpersonales y sociales en su cotidianidad.



El **NNJA** entiende los conceptos orientados por el formador en clase deportiva, con relación a derechos, valores, ciudadanía y género, sin embargo, aún se le dificulta ponerlos en práctica en su cotidianidad.



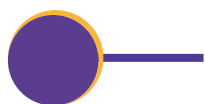
El **NNJA** identifica y apropia los conceptos brindados por el formador; mostrando interés en incorporarlos en el vínculo de relaciones con sus pares y entorno.



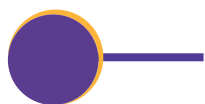
El **NNJA** apropia y desarrolla los conceptos orientados por el formador desde la práctica deportiva y comprende la necesidad de relacionarse con sus pares y formadores de forma respetuosa y solidaria.

Ciclo 3

Periodo 1 al 4



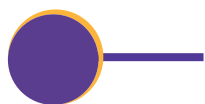
El **NNJA** en la clase desde su centro de interés, tiene dificultad en la identificación de los conceptos relacionados con valores, derechos, ciudadanía y género, entre otros, presentando dificultad en reconocer su aplicabilidad en la vida cotidiana.



El **NNJA** reconoce los conceptos orientados por el formador en el centro de interés, alusivos a los valores, derechos, ciudadanía y género, se le dificulta ponerlos en práctica de manera permanente.



El **NNJA** conceptualiza las orientaciones brindadas por el formador en el centro de interés, referentes a los valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, además, las materializa a través de su relación con sus pares y entorno



El **NNJA** a partir de la interiorización conceptual (valores, derechos, ciudadanía, género) orientada en el centro de interés, reconoce cuáles son sus fortalezas y aspectos por mejorar que le permiten adaptarse a su contexto ciudadano.

Ciclo 4

Periodo 1 al 4



Al **NNJA** se le dificulta interiorizar y comprender las reflexiones orientadas por el formador en la clase deportiva, no expresa sus opiniones ni participa de la construcción de la clase.



El **NNJA** apropia los conceptos relacionados con; valores, derechos, ciudadanía y género entre otros, expuestos en clase desde el centro de interés.



El **NNJA** comprende y reflexiona en torno a los conceptos orientados en la clase deportiva, establece relaciones de convivencia desde el reconocimiento y el respeto de sí mismo y el de los demás.



El **NNJA** reflexiona y participa de manera permanente de la clase, evidenciando y poniendo en práctica los conceptos relacionados a los valores éticos y ciudadanos; promoviendo la garantía de los mismos en los diferentes escenarios donde se desenvuelve cotidianamente.

6. Microdiseño curricular

Este proceso de planeación micro curricular es una estrategia que permite orientar el proceso formativo del centro de interés de manera específica.

6.1 Justificación del centro de interés: en el marco del proyecto Jornada Escolar Complementaria.

El deporte desde el proyecto Jornada Escolar Complementaria está dirigido a consolidar procesos educativos y pedagógicos que fortalezcan la formación integral de NNAJ en la etapa escolar siendo complemento del desarrollo educativo. La natación es uno de los deportes con los cuales se pretende encaminar los objetivos educativos desde su aprendizaje y practica en los escenarios dispuestos para este fin. Desde la conexión con la naturaleza es el agua el elemento que de vida y para la interacción social nos otorga diversión; nosotros le añadimos la experiencia educativa a partir de una necesidad hacer aportes significativos para la vida personal y social de nuestros estudiantes. El desarrollar

habilidades acuáticas es una necesidad para los seres humanos y partiendo de este hecho no podemos esperar que una niña, niño, adolescente y/o joven se comporte de manera segura en el agua si no sabe cómo hacerlo, pues para ella/él la piscina será un lugar de juego más y es ahí que desde las orientaciones pedagógicas de cada formador deportivo se plantean objetivos que propendan orientan y dirigir los conocimientos, deseos, anhelos de los NNAJ para este proceso de formación deportiva.

Al desarrollar el trabajo desde edades tempranas en el medio acuático se pueden proporcionar beneficios en la edad escolar tales como:

- ★ Desarrollo multilateral del niño, adecuado desarrollo físico y saludable desarrollo psicológico.
- ★ Contribuye a una correcta evolución en las cualidades físicas básicas (resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad).
- ★ Debido al dominio que se requiere para hacer cualquier tipo de actividad en el medio acuático (aplicación del gesto motriz más adecuado en cada momento, y con la fuerza necesaria, reacción ante estímulos con rapidez y conservar la estabilidad del cuerpo en todo momento) requiere un trabajo y por lo tanto una evolución y un desarrollo de la coordinación motriz y del equilibrio, bastante importante.
- ★ Incrementa la capacidad de adaptación del niño.
- ★ Aumenta la autonomía y la autoestima de los niños debido a las muchas posibilidades lúdicas que ofrece el medio acuático, así como favorece la socialización.
- ★ Contribuye al crecimiento de huesos y músculos.
- ★ Contribuye a la correcta alineación vertebral y por tanto a la reeducación postural.
- ★



- ★ En el medio acuático se suelen hacer muchas actividades que contribuyen a frenar algunas desviaciones de la columna vertebral y a corregir otras muchas, para que el crecimiento no incremente dichas patologías.
- ★ En las actividades acuáticas en piscina se aprenden muchos hábitos relacionados con la seguridad y la higiene personal.
- ★ Ayuda a prevenir y reducir en un menor riesgo el padecer enfermedades crónicas a nivel cardio respiratorio, diabetes, hipertenso, asma entre otras.

Es por ello que la actividad acuática relacionada con la natación, se convierte así, en una estrategia educativa que incentiva el “aprender para la vida a través de la exploración, la investigación y la curiosidad” a partir de la lúdica y el juego como estrategias indispensables para el proceso educativo siendo una herramienta que permita una mayor motivación y aprendizaje significativo en los NNAJ.

6.2 Propósitos del centro de interés

6.2.1 Objetivo general desde el centro de interés

Desarrollar capacidades y habilidades básicas en el medio acuático que favorezcan la formación integral de los NNAJ, atendidos en el proyecto Jornada Escolar Complementaria, desde la práctica del centro de interés, propuesta articulada con la IED asignada.

6.2.2 Objetivos Específicos

- ★ Construir una malla curricular en la que se establezcan los contenidos a trabajar desde el centro de interés de natación a través de las dimensiones motriz, lúdica, cognitiva y psicosocial que permita orientar el proceso de enseñanza aprendizaje con coherencia y proyección.
- ★ Orientar a las IED, a los Acompañantes de las



NNAJ, a los Padres de Familia, al Equipo de Trabajo del Centro de Interés de Natación y a la comunidad en general, a tener una guía en donde se encuentra toda la información pertinente para el óptimo funcionamiento del Centro de interés.

- ★ Propiciar acciones pedagógicas a través de las dimensiones del desarrollo humano social, cognitivo, lúdico y motriz al escolar en el medio acuático por medio de la enseñanza de la natación, con base en las capacidades, procedimientos y actitudes del escolar.
- ★ Realizar el seguimiento del proceso motriz, psicosocial, cognitivo y lúdico de los NNAJ por medio de las evaluaciones de las diferentes instituciones educativas participantes del proyecto Jornada Escolar Complementaria y las valoraciones requeridas por el IDRD para el centro de interés.
- ★ Fomentar hábitos de vida saludable en los NNAJ desde el centro de interés natación para mejorar la calidad de vida personal, en su ambiente escolar y su entorno social.

6.3 Concepto de deporte

La natación es una actividad del ser humano que consiste en mantenerse sobre la superficie

del agua o flotar, moviendo los brazos y piernas además de ser catalogada como una actividad física muy completa esto debido a que durante su práctica actúan la mayoría de los grupos musculares del cuerpo, lo cual favorece el funcionamiento general de los sistemas orgánicos que componen el cuerpo humano. A través de su evolución y de acuerdo con las solicitudes individuales y sociales, la natación presenta diversas formas: natación recreativa, natación escolar, por placer y sentido lúdico; natación para la prevención y cuidado de la salud, y natación competitiva. La natación es una actividad fabulosa, con innumerables ventajas para el que la práctica; estar en contacto total con el agua y la libertad de moverse en ella. Presenta inmensos beneficios para nuestro sistema muscular, nervioso, y respiratorio, ya que es un deporte donde más músculos incluyen en su ejecución, aumentando la resistencia y tonificación muscular en todo el cuerpo, desde el aspecto psicológico, mental también hay grandes aportes desde su práctica. De igual manera "la natación tiene una gran ventaja frente a otras modalidades deportivas y es que puede ser practicada por cualquier persona, en cualquier edad. Debido a lo anterior, encontramos que existen programas de natación para bebés, niños, jóvenes, adulto, adulto mayor y grupos de personas que presentan algún tipo de discapacidad o condición particular. Cada grupo de estos tiene objetivos generales e individuales diferentes, sin embargo, todos encuentran en la natación una modalidad deportiva que permite el desarrollo personal en cualquiera de sus dimensiones. Así mismo en el contexto educativo la natación escolar implementa estrategias pedagógicas mediante actividades lúdicas, motrices y deportivas haciendo parte del currículo escolar dentro del proyecto Jornada Escolar Complementaria facilitando y apoyando los procesos de enseñanza aprendizaje en articulación con los PEI de las IED.

6.4 ¿Qué esperamos del escolar en el centro de interés de la Jornada Escolar Complementaria?

68

El estudiante debe lograr estar en disposición de

reformular y solucionar problemas, manifestar las ideas de manera respetuosa, lograr un adecuado control de las emociones y los sentimientos a través de las habilidades comunicativas, siendo respetuoso para garantizar la convivencia pacífica dentro de la diferencia, y asumir una actitud positiva frente al aprendizaje del centro de interés de Natación. A partir del centro de interés esperamos que los NNAJ afiancen las habilidades básicas propias de la natación por medio de las sesiones de clase logrando los objetivos específicos de cada nivel establecidos desde la malla curricular demostrando la ejecución de aptitudes motrices específicas del deporte. Además, siendo la natación, uno de los deportes más completos y desarrollados a nivel motriz, esto se debe a los beneficios que tiene en la salud y en el desarrollo físico para los practicantes siempre y cuando se practiquen de forma adecuada. Con la práctica de la natación se logra mejorar la autoestima, estimular el crecimiento y el desarrollo físico psíquico, estimular la circulación sanguínea, ayuda a mantener una presión arterial estable, reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares y desarrolla la mayor parte de grupos musculares.

6.5 Políticas del centro de interés



6.5.1 En lo presencial

- ★ Llevar el vestido de baño de poliamida o lycra
- ★ Usar el gorro de baño de tela, lycra, caucho o silicona.
- ★ Uso de calzado adecuado para el escenario, toalla personal.
- ★ Respetar y hacer cumplir las normas de los escenarios deportivos (piscinas IDRD- SED).
- ★ Llegar puntualmente a las clases y actividades programadas por el (CI-Natación).
- ★ Entregar las planillas con los datos personales y documentos de identidad de cada uno de los alumnos antes de iniciar actividades en piscina, con el fin de tener actualizada la base de datos en caso de cualquier eventualidad y por solicitud de la administración de cada parque. (IDRD)
- ★ Garantizar la continuidad de las NNAJ en (CI-Natación) en cada año lectivo.
- ★ Antes de iniciar clases en agua entregar protocolo para casos de emergencia (SED) a la Coordinación del (CI-Natación), para los fines correspondientes.
- ★ Enviar a las NNAJ con el/los uniforme/s que identifica a la IED.
- ★ Garantizar la protección de los escolares participantes del (CI-Natación), a través de Póliza de Seguros y/o convenio con la secretaria de Salud Distrital expedida para la IED - SED; entregar copia a la Coordinación Pedagógica del (CI-Natación).
- ★ Garantizar la aplicación de la Ley de Infancia y Adolescencia, en lo relacionado al cambio de vestuario deportivo, única y exclusivamente en los vistieres de las distintas piscinas

6.6 Diagrama visual del centro de interés general ubicando las dimensiones y competencias

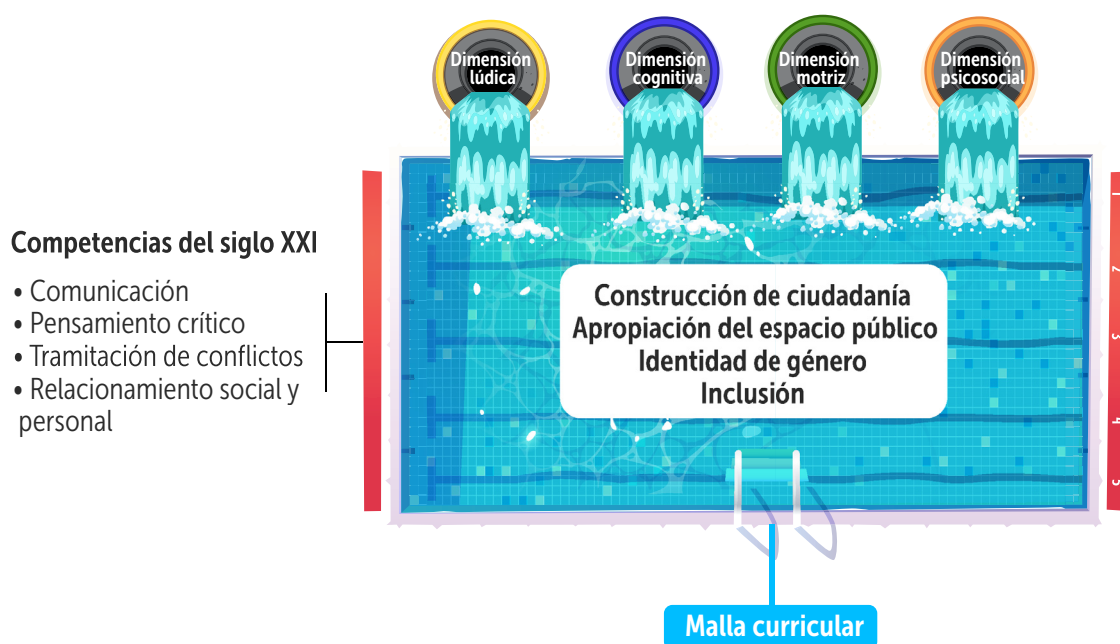


Figura 3 Dimensiones y competencias del siglo XXI orientadas desde el C.I. Natación

6.7 Metodología de enseñanza aprendizaje basado en acción-reflexión-acción

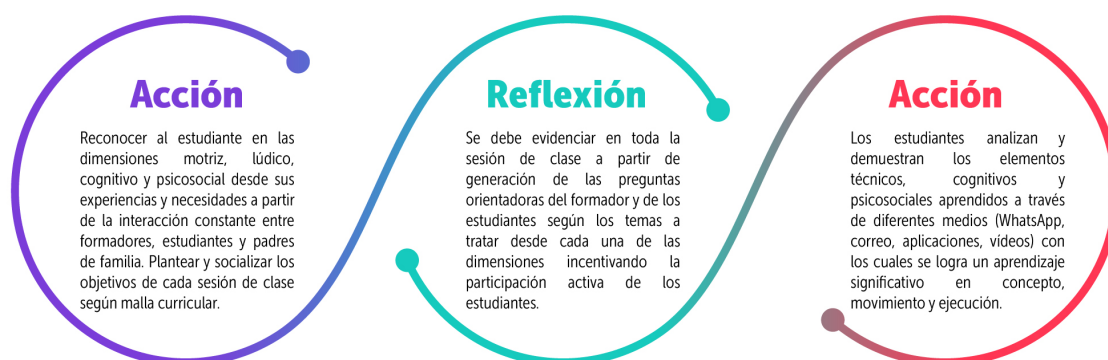


Figura 4 Dimensiones y competencias del siglo XXI orientadas desde el C.I. Natación

Competencia(s) desde el proyecto Jornada Escolar Complementaria en la cual se enmarca el centro de interés desde la exploración apropiación y dominio

# DE SESIONES POR NIVEL	CICLO 1	CICLO 2	CICLO 3	CICLO 4
10	ADAPTACIÓN 1	ADAPTACIÓN 1	ADAPTACIÓN 1	ADAPTACIÓN 1
10			ADAPTACIÓN 2	ADAPTACIÓN 2
10	ADAPTACIÓN 2	ADAPTACIÓN 2	PRE ESTILOS ALTERNOS	PRE ESTILOS ALTERNOS
10			PRE ESTILOS SIMULTÁNEOS	PRE ESTILOS SIMULTÁNEOS
10	PRE ESTILOS ALTERNOS	PRE ESTILOS ALTERNOS	ESPALDA	ESPALDA
10		ESPALDA	LIBRE	LIBRE
10	PRE ESTILOS SIMULTÁNEOS	LIBRE	PECHO	PECHO
10		PRE ESTILOS SIMULTÁNEOS	MARIPOSA	MARIPOSA

Exploración

Apropiación

Dominio

Tabla 4. Fundamentación técnica del centro de interés

EJES TRANSVERSALES	DIMENSIONES-DESCRIPCIÓN	
	(Dimensiones)	Descripción de los indicadores
CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA	Cognitivo:	<p>EXPLORACIÓN: Identifico las diferentes habilidades básicas tales como flotaciones ventrales, dorsales con desplazamientos controlando su respiración, control corporal, propulsiones, rollos, cambios de posición, entradas básicas al agua.</p> <p>APROPIACIÓN: Reconozco y utilizo habilidades fundamentales para el buen desempeño en el medio acuático en la globalidad de los estilos espalda, libre, pecho y mariposa.</p> <p>DOMINIO: Comparto en grupos las experiencias aprendidas en el centro de interés...</p>
	Motor	<p>EXPLORACIÓN: Realizo ejercicios y desplazamientos adecuados con seguridad y eficacia dentro y fuera del medio acuático.</p> <p>APROPIACIÓN: Manejo fundamentos básicos del movimiento en diversas situaciones y contextos en el aprendizaje de los estilos espalda, libre, pecho y mariposa en su globalidad.</p> <p>DOMINIO: Aplico la técnica de los estilos con sus salidas y virajes respectivos.</p>
	Lúdico	<p>EXPLORACIÓN: Reconozco el valor del juego como elemento socializador y democratizador</p> <p>APROPIACIÓN: Identifico el juego como una forma placentera para disfrutar de todas las actividades realizadas</p> <p>DOMINIO: Participo con agrado en las actividades recreativas individuales y colectivas propuestas en el centro de interés.</p>
	Psicosocial	<p>TEMATICAS GENERALES DESDE LOS EJES TRANSVERSALES DEL PROYECTO</p> <p>CONSTRUCCIÓN DE CIUDADANÍA</p> <p>APROPIACIÓN DEL ESPACIO PUBLICO</p> <p>IDENTIDAD DE GÉNERO</p> <p>•INCLUSIÓN</p>

Tabla 5. Ejes transversales al centro de interés indicadores de competencia

6.8 Estrategia(s) didáctica(s) empleadas en el centro de interés

01. Secuencias didácticas.

Son las diferentes actividades que debemos de crear para encadenar y articular una unidad didáctica.

02. Sesión cerrada.

Son actividades motrices secuenciadas que se organizan en tres fases: inicial, desarrollo y final. Predomina el mando directo y la escasa o nula participación sugerente de los alumnos.

03. Sesión abierta.

Se integran con actividades motrices secuenciadas que se organizan en tres fases: inicio, desarrollo y fin. Se caracterizan por el predominio de la exploración libre y la participación activa de los alumnos.

04. Unidad didáctica.

Son unidades de programación de enseñanza con un tiempo determinado. La Unidad Didáctica es una propuesta de trabajo relativa a un proceso de enseñanza aprendizaje completo. Este modelo didáctico aparece muy ligado a las teorías constructivistas.

05. Actividades alternativas.

Actividades que se utilizan cuando no es posible salir al patio escolar.

06. Circuitos de acción motriz:

recreativo, patrón de movimiento, fundamentos deportivos. El circuito de acción motriz es una forma de trabajo en la cual realizamos diferentes actividades de forma secuencial en estaciones de trabajo. Sirve para realizar distintas actividades en diferentes momentos dentro de una misma sesión, además que facilita el trabajo simultáneo de los integrantes del grupo, permite la individualización del trabajo.

07. Juegos modificados.

Son juegos que mantienen en esencia la naturaleza problemática del juego deportivo estándar o deporte (por lo tanto, también su

táctica). No pertenecen a ninguna institución deportiva ni están sujetos a la formalización y estandarización.

08. Juegos cooperativos.

Pueden definirse como aquellos en los que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora ya que: Libera de la competición, de la eliminación, libera para crear sus propias reglas. (Velásquez Callado, 2004)

09. Juegos con reglas.

El juego de reglas da acceso a la realidad social y viaja de la imposición e imitación a la autonomía y a la comprensión del sentido de la regla, como contenido y como medio para la relación entre las personas que juegan. (Navarro y Adelantado, 2002)

10. Itinerarios didácticos rítmicos.

Secuencia metodológica que orienta un proceso creativo a partir de la construcción de movimientos, a través de la utilización de elementos perceptivo- motrices (ritmo externo, ritmo interno, ubicación espacio-temporal entre otros) como resultado de estímulos externos.



11. Fábula motora.

La fábula es un relato breve escrito en prosa o verso, donde los protagonistas son animales que hablan. Las fábulas se hacen con la finalidad de educar, lo cual es la moraleja, esta normalmente aparece al final, al principio o no aparece porque se encuentra en el mismo contenido del escrito.

12. Cuento motor.

Es un relato que nos remite a un escenario imaginario dentro de un contexto de reto y aventura, con el fin de lograr que los niños y niñas se puedan sentir identificados desde la actividad motriz, emulando a los personajes del propio cuento. Pone en juego aspectos de índole afectivo y cognitivo con lo cual se desarrolla la creatividad, la imaginación, educación en valores, pensamiento estratégico y trabajo cooperativo propiciando un proceso de reflexión y dialogo entre los alumnos. El cuento motor cobra mayor sentido dentro de un ámbito interdisciplinario.

13. Formas jugadas.

Son una estrategia didáctica que se pone a disposición de la práctica de actividades previas a la realización de un juego o deporte que permiten incursionar, conocer y practicar los distintos desempeños motrices que se exigen del mismo

14. Juegos naturales (no reglados).

Los juegos naturales son actividades que los

niños practican en forma cotidiana dentro y fuera de la escuela que cumplen una función importante para su desarrollo y que constituyen un instrumento de afirmación individual. Su característica básica consiste en que permiten establecer y aceptar normas mínimas, generalmente propuestas por los mismos niños.

15. Juego simbólico.

El juego simbólico introduce al niño en el terreno de la simbolización, o acción del pensamiento de representar en la mente una idea atribuida a una cosa. Para acceder a la simbolización, o utilización de símbolos, es necesario manipular algo; es decir, el uso de alguna idea u objeto, no solo manejarlas físicamente; en cualquiera de estas opciones hay simbolización. Al ser el símbolo una atribución, supone la separación entre pensamiento y acción, ya no es acción por la acción, sino símbolo para la acción, o acción por el símbolo. (Navarro y Adelantado. 2002)

16. Festivales intramural y general.

Espacio en el cual se evidencia el desarrollo del proceso realizado en el centro de interés desde la competencia generando en el deportista emociones y sentimientos de felicidad, tristeza, ansiedad; valores tales como el respeto, trabajo en equipo, tolerancia, solidaridad además de evidenciar el desarrollo motriz, la igualdad de género e inclusión de los NNAJ.



17. Actividades: día de la niñez y Halloween:

Espacio donde se brinda a los NNAJ la oportunidad de demostrar –exponer– su libre expresión por medio de actividades lúdicas propias del centro de interés (disfraz, compartir, prendas realizadas por los estudiantes) reconociendo sus derechos y deberes

18. Fides:

Espacio donde se brinda a los NNAJ de inclusión la oportunidad de demostrar las habilidades aprendidas en el centro de interés.

19. Supérate:

Espacio donde se brinda a los NNAJ la oportunidad de demostrar las habilidades aprendidas en el centro de interés.

20. Festivales interinstitucionales:

Espacios de torneos distritales, municipales y nacionales con el apoyo del IDRD y padres de familia

21. Torneos:

Justas deportivas realizadas con la finalidad de obtener triunfos y premios en las diferentes pruebas grupales e individuales en las cuales participan los estudiantes del centro de interés pertenecientes a los semilleros de las diferentes disciplinas.

6.9 Estrategia de valoración formativa**Diagnóstica:**

Preguntas problematizadoras que desarrollará reflexiones e interpretaciones del contexto.

Formativa:

La autoevaluación en presencialidad

Valoración:

Está relacionado a los productos como documentos escritos de guías, prácticas motrices y participación a través de la observación, creatividad.



Bibliografía

Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (2020). Ficha EBI Proyecto 7854: Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá (pp. 1–5). Bogotá: IDRD.

Álvarez, María Gladys. Diseñar el currículo universitario: un proceso de suma complejidad la formación humana y curricular. Signo pensam. Vol.29 (Nº56). Bogotá.2010.

Alcaldía Mayor de Bogotá, Distrito Capital. Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD). (2020). Ficha EBI Proyecto 7854: Formación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes en las disciplinas deportivas priorizadas, en el marco de la Jornada Escolar Complementaria en Bogotá (pp. 1–2). Bogotá: IDRD.

Martinic, S., Huepe, D., & Madrid, Ángela. (2016). Jornada Escolar Completa en Chile. Evaluación de Efectos y Conflictos en la Cultura Escolar. Revista Iberoamericana De Evaluación Educativa, 1(1). Recuperado a partir de <https://revistas.uam.es/rie/article/view/4686>

Muxí, Zaida. (2019). La co-creación del espacio público como estrategia para ciudades educadoras. (2019). vol. 6, nº11. Barcelona, España.

Ramírez Llorens, Fernando (2014), como se citó en Zorrilla Fierro (2008). Sobre la extensión de la jornada escolar en Uruguay: ocho supuestos de la política educativa en debate. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México), XLIV (2),13-38. [fecha de Consulta 3 de agosto de 2021]. ISSN: 0185-1284. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27031268002>

Secretaría de Educación Distrital (SED). (208). Reorganización por ciclos: Transformación de la enseñanza y desarrollo de los aprendizajes comunes y esenciales de los niños, niñas y jóvenes, para la calidad de la educación (pp. 7-11). Bogotá: Imprenta Nacional.

Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones generales (pp. 11–26). Bogotá: SED.

Secretaría de Educación Distrital (SED). (2014). Secretaría de Educación Distrital. Currículo para la excelencia académica y la formación integral: Orientaciones Generales 40x40. Bogotá.

Secretaría de Educación Distrital (SED). (2020). Bases para la construcción de orientaciones pedagógicas y el acompañamiento en el marco del plan de desarrollo distrital 2020 – 2024 “un nuevo contrato social y ambiental para Bogotá del siglo XXI”. SED – DEPB –Proyecto 1005.

Secretaría de Educación Distrital (2015). Protocolo para la armonización con el PEI y la articulación curricular. SED.

Schnitter Mareike, (2010). Escolarización durante todo el día en Düsseldorf, Alemania. <https://www.oecd.org/germany/all-dayschoolingindusseldorfgermany.htm>. [oecd.org](https://www.oecd.org).

Tenti Fanfani, E. (2010). Estado del arte: Escolaridad primaria y jornada escolar en el contexto internacional. Estudio de casos en Europa y América Latina. Buenos Aires: