

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO TIBABUYES UNIVERSAL (IED) (TIBABUYES UNIVERSAL)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	YAISA NIKOL OLAYA SUAREZ
3. FECHA:	2026-03-13	4. HORA:	Viernes,13:00:00,15:00:00
5. CENTRO INTERÉS:	NATACIÓN	6. N° DE SESIÓN:	65
7. LOCALIDAD:	Suba	8. N° DE SEMANA:	29
8. ZONA:	1	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Desarrollar la capacidad psicomotora de los escolares en el medio acuático mediante actividades lúdicas que fomenten la exploración y combinación de movimientos básicos, promoviendo la familiarización con la piscina, el respeto por las normas y un comportamiento seguro y confiado.			
COGNITIVA : Promover la comprensión de las normas de seguridad y del medio acuático mediante la práctica de habilidades básicas de natación, fortaleciendo la atención, la memoria, la concentración y la disciplina para asegurar un aprendizaje confiable y seguro.			
PSICOSOCIAL : promover el aprendizaje de los valores con mi entorno y reglas de piscina , para llevar una buena armonía en la misma			
LUDICA : Promover el aprendizaje y la participación en natación mediante actividades lúdicas, abordando de manera creativa las situaciones del Centro de Interés utilizando el goce y la diversión como herramientas para despertar interés, facilitar la adquisición de habilidades y fortalecer la confianza en el medio acuático.			
TEMA : Alineación y técnica de la fase subacuática de la brazada de espalda			
SUBTEMAS : coordinación de brazos aéreo y sub acuático.			
IMPLEMENTACION : tablas,			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES se realiza recepción de los alumnos en la entrada de las piscinas, se realiza la retroalimentación de no correr en las instalaciones y también se refuerza los valores del respeto al saludar a las persona que nos están ayudando en las recepción de vestieres y salvavidas. se realiza llamado a lista y retroalimentación de los logros de la clase anteriormente vista. 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. realizo control respiratorio boca nariz, boca boca, boca nariz boca. TIEMPO 30 min			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Conservo la alineación de mi cuerpo durante la ejecución de la brazada subacuática en estilo espalda. Conservo la alineación de mi cuerpo durante la ejecución de la brazada subacuática y aérea con diferente movimientos de coordinación en estilo espalda. Aplico correctamente la tracción y el empuje en la fase acuática, usando elementos de sensibilización para mejorar mi técnica. realizo empujes de objetos subacuáticos para ayudar al aprendizaje del empuje. TIEMPO 60 min			
RETO : ACTIVIDADES realizar flotacion ventral sin apoyos de ayuda. TIEMPO 10 min			
FASE FINAL : ACTIVIDADES dinámica dirigida de 10 min. vuelta a la calma estiramiento de miembros inferiores y superiores. se realiza retroalimentación de los logros vistos en clase y como mejorar si no llegamos a poder realizarlos. dirigimos a cambiar los niñ@s entrega de los niñ@s en la puerta a sus padres. TIEMPO 30 min			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 8159 - Jornada Escolar Complementaria

1. TIBABUYES UNIVERSAL			Nombre Instructor: YAISA NIKOL OLAYA SUAREZ	
2. Fecha:	2026-03-13	5. Centro de Interes NATACIÓN	8. Localidad: Suba	
3. Hora:	Viernes,13:00:00,15:00:00	6. N° de Sesion: 65	9. N° de Semana: 29	
4. Grupo:	NATACIÓN 4		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
5750832	BELEN DEL VALLE GUTIERREZ			Asistio
1149466144	IVANNA YENIBETH ORTEGA			Asistio
1027301238	KALETH ADRIAN GALINDO			Asistio
1233912577	MIGUEL ANGEL MORENO			Asistio
1121509052	JHOSER KALETH BOTINA			Asistio
6055807	MICHELL YOBEXY CEGARRA			Asistio
1233914777	ISABELLA VALENTINA GUEDEZ			Asistio
1031849540	DANNA CAMILA MEDINA			Asistio
1233914776	ANABELLA VICTORIA GUEDEZ			Asistio
1233911575	CARLOS EMILIO OLIVEROS			Asistio
1233919219	LUCAS DAVID GUEDEZ			Asistio
1233921418	MELANY ZAMIRA ABDELNUR			Asistio
1233914816	EMILIA SOFIA RUIZ			Asistio
1031851344	SARA VALENTINA GRAZT			Asistio
1233915126	SHARELLA SOFIA TORRES			Asistio