PLANES COMPLEMENTARIOS DE APOYO

Asignatura: Natación Grado: 9° Periodo: 3 Año: 2023

RECOMENDACIONES

*Cada periodo el docente formula una pregunta problematizadora o situación problema relacionada con las metas de aprendizaje que le ayudan al estudiante a prepararse para sustentar sus conocimientos y niveles de competencia desde cada área. Los planes serán atendidos de la semana del 14 al 17 de agosto y del 22 al 25 de agosto del 2023. El estudiante debe consultar los referentes bibliográficos citados por el docente en cada asignatura y entregar los cinco productos del periodo por medio de trabajos escritos empleando normas básicas que den cuenta de las competencias adquiridas.*

1. Pregunta problematizadora

* *¿Cómo desarrolló los fundamentos técnicos necesarios para el estilo pecho y mariposa?*

1. Metas de aprendizaje

* Desarrollar ejercicios de fundamentación técnica específica, basadas en ejercicios segmentados en aras de consolidar el aprendizaje de la técnica de los estilos.

1. Productos del periodo

* La respiración en el medio acuático.
* Historia del estilo pecho en natación.
* Historia del estilo mariposa en natación.
* Fases del movimiento técnico de los estilos pecho y mariposa.
* Ventajas y desventajas del estilo mariposa.
* Salud en la natación.

1. Referentes bibliográficos

* Explicaciones de las clases.

<https://www.youtube.com/watch?v=E852YPLc1Dc>

<https://www.youtube.com/watch?v=68v708ZdeuA>

<https://www.youtube.com/watch?v=34u83TzQUSU>

<https://www.youtube.com/watch?v=lyA2Xz_bqJs>

<https://www.youtube.com/watch?v=MbKFq1zvesg>

<https://www.youtube.com/watch?v=R6t_pyLfD1E>

<https://www.youtube.com/watch?v=Nh_rcv0YJE4>