

## PLANES COMPLEMENTARIOS DE APOYO

**Asignatura:** Natación

**Grado:** 1°

**Periodo:** II

**Año:** 2019

### RECOMENDACIONES

*Cada periodo el docente formula una pregunta Problematicadora 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. Este proceso está programado desde el **lunes 20 de Mayo hasta el viernes 24 de Mayo**. 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 Problematicadora**

¿De qué manera realizó flotaciones ventral y dorsal de forma tranquila, desplazándome moviendo las extremidades inferiores y superiores en diferentes posiciones?

#### **2. Metas de aprendizaje**

**El alumno estará en condiciones de realizar:**

- Identifico las diferentes posiciones de flotaciones.
- Conozco los diferentes niveles de profundidad en la inmersión.
- Reconozco mi cuerpo y sus posibilidades de movimiento en el medio acuático.
- Inicio de la sensibilización de la patada de libre.

**3. Productos del periodo**

**1. Dibujo y coloreo las diferentes flotaciones en el agua**

---

**Estrellita**

---

**Avión**

---

**Bolita**

---

**Pulpo**

---

**Estatua**

---

**Lápiz**

**2. Identifico, dibujo y coloreo las inmersiones en el agua**

---

**Inmersión de rostros**

---

**Inmersión media agua**

---

Bomberito

---

Bombero acostado

---

Bombero sentado

3. Encuentro las palabras de la sopa de letras (horizontales, verticales , diagonales)

D	P	A	R	A	A	L	C	A	N	Z	A	R	L	O
Q	E	N	T	R	A	D	A	S	U	E	N	U	N	C
A	H	S	A	L	I	D	A	S	A	S	T	E	N	I
D	O	T	P	E	N	D	R	A	S	Q	U	E	H	G
A	C	E	F	L	O	T	A	C	I	O	N	R	L	O
O	B	Q	U	E	A	N	U	N	C	A	H	A	S	R
H	U	E	C	H	O	Z	Y	T	U	S	P	R	D	R
O	R	E	S	P	I	R	A	C	I	O	N	B	U	O
A	B	B	I	L	I	D	A	M	D	E	S	D	C	E
E	U	X	I	T	O	A	U	M	I	E	N	T	H	A
N	J	C	A	D	A	V	E	Z	Q	E	U	E	A	L
O	A	I	N	T	E	N	T	A	S	X	N	O	X	O
X	S	F	E	L	I	C	I	T	A	C	I	T	O	N
E	S	X	T	R	A	J	E	D	E	B	A	Ñ	O	O
I	N	M	E	R	S	I	O	N	E	S	X	O	X	S

PALABRAS:

ENTRADAS  
SALIDAS  
TRAJE DE BAÑO

DESPLAZAMIENTOS  
RESPIRACIÓN  
INMERSIONES

FLOTACIÓN  
BURBUJAS

DUCHA  
GORRO

4. Dibujo, coloreo y escribo los nombres de los desplazamientos en diferentes niveles de profundidad en la piscina.

5. Investigo, dibujo y coloreo la posición y la patada de libre

6. Referentes bibliográficos

[https://www.youtube.com/watch?v=eJL\\_9SSYhbg](https://www.youtube.com/watch?v=eJL_9SSYhbg)  
<https://www.youtube.com/watch?v=v7r6snjw1AY>  
<https://www.youtube.com/watch?v=VdbKX6tbpwM>