**PLANES COMPLEMENTARIOS DE APOYO**

**Asignatura:** Natación **Grado:** 1° **Periodo:** 4 **Año:** 2024

**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 de apoyo serán atendidos en la semana del* ***15 al 25 de octubre****. El estudiante debe repasar los temas trabajados en el periodo y consultar los referentes bibliográficos citados por el docente en cada asignatura y realizar el taller como guía orientadora para la sustentación.*

1. **Pregunta problematizadora**

¿Cómo me desplazo en posición dorsal y ventral en el medio acuático?

1. **Metas de aprendizaje**

Realizar diferentes ejercicios enfocados en las habilidades motrices básicas acuáticas: desplazamientos en posición dorsal y ventral

1. **Temas del periodo**

* Habilidades motrices básicas acuáticas
* Desplazamientos ventral y dorsal
* Propulsión
* Seguridad en el medio acuático
* Higiene

1. **Taller como guía orientadora para la sustentación**

* Investiga como es el desplazamiento en posición ventral
* Investiga como es el desplazamiento en posición dorsal
* Me dibujo y coloreo en la piscina con barrilete en almohada
* Me dibujo y coloreo con barrilete en barriga panzona
* Me dibujo nadando como perrito

1. **Referentes bibliográficos**

* Habilidades Motrices Acuáticas: <https://www.youtube.com/watch?v=pM9QN8Ar-ng>
* Natación: ¿Cómo es la patada? <https://www.youtube.com/watch?v=hwYpjJjSH44>
* Nadar como perrito: <https://www.youtube.com/watch?v=CMuIedSxTb4>
* Nadar espalda: <https://www.youtube.com/watch?v=kGtzkHXijZo>