**PLANES COMPLEMENTARIOS DE APOYO**

**Asignatura: Natación Grado: 2° Periodo:** V **Año:** 2019

**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. Este proceso está programado para el* ***martes 05 de noviembre hasta el viernes 8 de Noviembre****. 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 me desplazo realizando la patada de rana y gusanito en fase tosca moviendo mis brazos?

1. **Metas de aprendizaje**

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

* Identifico algunos conceptos del movimiento de la patada de rana, patada de gusanito y mover mis manos en fase tosca.
* Inicio movimientos de la patada de rana, patada de gusanito y mover mis manos brazos en fase tosca.
* Reconozco y respeto mi cuerpo, el cuerpo de los demás y sus posibilidades de movimiento en el medio acuático.

1. **Productos del periodo**
2. **Dibujo y coloreo los ejercicios que puedo realizar de la posición y patada de rana, y posición y patada de gusanito en el agua.**

**Posición patada de rana Saltos de rana**

**Flechita y patada de rana**

**Patada de gusanito Flechita y patada de gusanito**

1. **Observa la imagen, escoge y colorea cuál es la patada correcta para éste estilo de natación.**



1. **Identifico, dibujo y coloreo la patada del estilo rana (pecho)**
2. **Reconozco, dibujo y coloreo la brazada del estilo de rana (pecho)**
3. **Investigo, dibujo y coloreo la posición, patada y brazada del estilo de rana (pecho) y gusanito (mariposa) en natación.**
4. **Referentes bibliográficos**

[**https://www.youtube.com/watch?v=lyA2Xz\_bqJs**](https://www.youtube.com/watch?v=lyA2Xz_bqJs)

[**https://www.youtube.com/watch?v=ciJ\_P30XQC8**](https://www.youtube.com/watch?v=ciJ_P30XQC8)

[**https://www.youtube.com/watch?v=YlhXuC25\_L4**](https://www.youtube.com/watch?v=YlhXuC25_L4)

[**https://www.youtube.com/watch?v=lKAaxsUVc\_Q**](https://www.youtube.com/watch?v=lKAaxsUVc_Q)