



**ACTIVIDADES
EXTRACURRICULARES
NATACIÓN**

AÑO ESCOLAR 2024-2025

ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

AÑO ESCOLAR 2024-2025



Curso: Maternal

Días: miércoles 1:50 a 3:00 p. m.

Docente: Manuel Francisco Hernández

- **Definición de la actividad:** Trabajo en piscina de tipo propioceptivo y de manejo de los espacios en superficies inestables con énfasis en los hábitos motores propios de la natación en estas edades como desplazamientos de forma autónoma en tramos cortos con inducción a la permeabilidad de vías aéreas y seguridad en el medio donde los niños puedan llegar al borde o a la escalera y pedir ayuda para salir del agua
- **Finalidad de la actividad:** Que los niños complementen las actividades en tierra de tipo propioceptivo y manejo de los espacios con énfasis en la inestabilidad que puede otorgar el agua y los implementos usados para dichos objetivos; también la seguridad en el agua dado que se busca permanecer en el reflejo de glotis para evitar la broncoaspiración y por ende el ahogamiento.

ACTIVIDADES EXTRACURRICULARES

AÑO ESCOLAR 2024-2025



- **Metodología:** Se utilizarán métodos deductivos en los procesos de corrección y asimilación de las técnicas enseñadas y se utilizarán métodos de exemplificación por parte del profesor o de niños más avanzados en los procesos de enseñanza de nuevos movimientos o coordinación de varios movimientos propios de cada técnica.
- **Observación:** Se realizan observaciones de tipo lúdico al final de cada clase y al final de cada mes mediante juegos que permitan integrar la lúdica con factores de tipo competitivo que permitan crear un ambiente de juego mientras se evalúan las técnicas y movimientos enseñados sin que el niño se sienta presionado por mostrar sus avances, por ejemplo se hacen carreras en parejas llevando un flotador para evaluar la patada de libre, para el niño es un juego pero para el monitor es una forma de saber si el niño asimiló el movimiento de la patada.



**“SUMÉRGETE
EN LA AVENTURA
Y NADA HACIA
TUS SUEÑOS.”**



Actividades

Primer ciclo: agosto 20 de 2024 a diciembre 10 de 2024.

Saltos

agosto - diciembre

- Manejo de los espacios
- Bloqueo de vías respiratorias
- Inestabilidades
- Coordinación de segmentos corporales
- Bloqueo de vías respiratorias

Inmersiones

- Desplazamientos en inmersión
- Locomoción

Desplazamientos

- Coordinación de segmentos corporales
- Coordinación respiración-pata-dia
- Locomoción

Patadas

- Coordinación brazos- piernas
- Coordinación
- Respiración-brazo-pierna

Segundo ciclo: enero 13 a junio 14 de 2025.

Burbujas

enero - junio

- Reflejo de glotis
- Coordinación inhalatoria - exhaladora
- Manejo de espacios

Salidas de piscina

- Ubicación espacial
- Propiocepción
- Inmersiones

Entradas al agua

- Coordinación de segmentos corporales
- Inmersiones
- Reflejo de glotis
- Coordinación de segmentos corporales

Desplazamientos

- Ubicación espacial
- Respiración





www.dscal.edu.co

extracurriculares@aleman.edu.co

Carrera 106A No. 18-160

Ciudad Jardín

Santiago de Cali – Colombia