




# PLANEACIÓN MENSUAL

<b>Grupo</b>	Natación Pre jardín	<b>Profesor/a:</b>	Lina María Gómez Paredes – Diana Marcela Viasus	
<b>Proyecto</b>	Desplazamientos con tabla (posición dorsal – ventral)			
<b>Fecha</b>	1 Abr – 30 Abril	<b>Horario de atención:</b>	Lunes 8am – 9pm	

## Queridos padres:

Al adquirir ciertas habilidades en el agua, los niños ya son capaces de realizar desplazamientos con tabla, elemento que genera mayor dificultad para su desplazamiento. Con los ejercicios corregimos patada y postura del cuerpo en el agua. Para este mes reforzaremos desplazamientos en posición dorsal y ventral.

## Fechas Importantes:

Inicio a semana Santa Lunes 6 de abril



# PLANEACIÓN MENSUAL

Áreas de competencia	Objetivos	Temas	Actividades	Detalles de la actividad
<p><b>Psicomotricidad</b></p>	<p>Realizar desplazamientos con tabla en posición dorsal y ventral, manteniendo una adecuada posición del cuerpo y buena patada al desplazar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamientos con elemento</li> <li>• Flotación</li> <li>• Entradas al agua</li> <li>• Inmersiones profundas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazamiento en tabla en posición ventral y dorsal</li> <li>• Flotación ventral y dorsal</li> <li>• Saltos en diferentes posiciones</li> <li>• Rescate de objetos por debajo del agua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desplazarse en posición ventral sin ayuda con diferentes agarres de la tabla.</li> <li>• Desplazamiento en posición dorsal, ubicando la tabla sobre el pecho y dando patada de espalda.</li> <li>• Estrellitas boca abajo con control respiratorio</li> <li>• Flotación boca arriba, realizando un desplazamiento corto.</li> <li>• Saltar y desplazar hasta el otro lado de la piscina.</li> <li>• Inicio a clavado con y sin ayuda, realizando un desplazamiento corto</li> <li>• Recoger objetos al fondo de la piscina, entrando al agua con ayuda y realizando apneas de mínimo 7 segundos.</li> </ul>

## Actividades del mes



Salto



Flotación



Inmersiones



Desplazamientos con tabla