

# PROGRAMA DE EDUCACION FISICA



## I.DATOS INFORMATIVOS

**NIVEL:** Preparatoria.

**DEPARTAMENTO:** Deportes-Natación.

**CURSO:** Maternal.

**AÑO LECTIVO:** 2020-2021.

## II.PERFIL DE EGRESO DE LOS ESTUDIANTES

Cuando concluya el período lectivo de la educación preparatoria, los infantes sean capaces de construir su identidad corporal, motriz y social con autonomía y desarrollar destrezas que les permitan desenvolverse como ciudadanos de derecho en el marco de un estado democrático.

## III.CONTENIDOS PROGRAMATICOS

CONTENIDOS PROGRAMÁTICOS POR UNIDAD	FECHA
<b>UNIDAD 1. Familiarización con el medio acuático.</b> Participar autónomamente en diversas prácticas acuáticas. Identificar las características de diferentes tipos de juegos acuáticos. Comprender la necesidad de reglas y roles para poder jugar con otros.	<b>Abril- Mayo</b>
<b>UNIDAD 2. Patada de Libre.</b> Identificar con que parte del cuerpo se realiza la patada. Explorar sus capacidades de coordinación, flotabilidad y velocidad. Resistencia, fuerza, durante la realización de la patada con tabla.	<b>Junio- Julio</b>
<b>UNIDAD 3. Flotabilidad.</b> Reconocer el segmento corporal con el que se ejecuta la flotación. Usar gestos convencionales y/o espontáneos, habilidades motrices.	<b>Julio-Agosto</b>
<b>UNIDAD 4. Lanzamientos y Entradas al agua.</b> Ejecutar la posición que nos ayudara entrar al agua correctamente. Utilizar implementos como aros para desarrollo del lanzamiento. Aplicar el intercambio gaseoso según el medio en el que estamos.	<b>Septiembre- Octubre</b>
<b>UNIDAD 5. Respiración y su Técnica</b> Reconocer y explorar las características de la toma de aire Percibir, registrar y expresar sus estados corporales según la etapa del nado. Reconocer las nociones espaciales, dentro y fuera del agua.	<b>Noviembre-Diciembre</b>
<b>UNIDAD 6. Relaciones entre prácticas corporales y salud.</b> Reconocer el uso adecuado de los implementos de la materia. Salud dentro y fuera del agua, como nos aseamos.	<b>Diciembre-Enero</b>