



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FOR-BS-048
Página 1 de 4

ACTA N° 41

FECHA: Bogotá, Abril 25 de 2019
HORA: 11:30 am
LUGAR: Piscina CDC Simón Bolívar
TEMA: Seguimiento cursos de Natación

ASISTENTES: Listado adjunto

ORDEN DEL DÍA:

1. Programación y seguimiento de las clases de acua adaptación niños con discapacidad de 6 a 12 años martes y Jueves de 2:30 a 4:30 pm.
2. Realizar seguimiento al entorno de inclusión deportiva de las personas con discapacidad y sus cuidadores

DESARROLLO:

De acuerdo a la planeación de actividades, durante las clases programadas durante el mes de abril se trabajó con los cuidadores y personas con discapacidad:

CLASE 1
OBJETIVO DE LA CLASE
<p>Reforzar hábitos relacionados con la higiene personal y el autocuidado mediante actividades específicas de reconocimiento de su esquema corporal y el escenario deportivo; haciendo énfasis en la autonomía e independencia emocional.</p>
ACTIVIDADES
<p>1 caminar hacia adelante y hacia atrás reconociendo la piscina. 2 saltar hacia adelante y hacia atrás. 3 transportar la pelota con la mano derecha y regresarse con la izquierda. 4. realizar amneas superficiales entrando y saliendo del aro.</p>



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FOR-BS-048
Página 2 de 4

CLASE 2
OBJETIVO DE LA CLASE
Estimular la propiocepción de su esquema corporal mediante formas jugadas posibilitando relación con el mismo, con el otro y con el entorno, buscando adaptarse al medio acuático con relación a su discapacidad.
ACTIVIDADES
<ol style="list-style-type: none">1. Caminar hacia adelante y hacia atrás reconociendo la piscina.2 Saltar hacia adelante y hacia atrás.3 Transportar la pelota con la mano derecha y regresar con la izquierda.4. Realizar amneas superficiales entrando y saliendo del aro.

CLASE 3
OBJETIVO DE LA CLASE
Realizar patrones básicos de movimiento mediante actividades específicas explorando la realización de los ajustes neuromusculares y temporo espaciales básicos en la piscina, con base en la discapacidad individual.
ACTIVIDADES
<ol style="list-style-type: none">1. Sumergirse y salir realizando apneas.2 sumergirse y recoger el objeto3 en colchoneta desplazarse realizando movimientos alternos de brazos.4 desplazarse realizando movimientos simultáneos de brazos.

CLASE 4
OBJETIVO DE LA CLASE
Realizar patrones básicos de movimiento mediante actividades específicas afianzando el desarrollo de los ajustes neuromusculares y temporo espaciales básicos en la piscina desde la independencia segmentaria y la lateralidad; permitida desde la discapacidad que presente.
ACTIVIDADES
<ol style="list-style-type: none">1. Desplazarse moviendo solo el lado derecho del cuerpo y viceversa.2 colocar el aro según la ubicación que indique el docente3. caminar haciendo control respiratorio

Sede Principal: Carrera 7 # 32-12 / Ciudadela San Martín
Secretaría Distrital de Integración Social
Teléfono: 3 27 97 97
www.integracionsocial.gov.co
Código postal: 110311



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ
MEJOR
PARA TODOS

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

FOR-BS-048
Página 3 de 4

CLASE 5	
Estimular adecuación de la respiración en el agua mediante actividades específicas, continuando con el trabajo de ajustes musculares y temporo espaciales de su esquema corporal, determinando limitaciones y capacidades desde la discapacidad que presenta el usuario	
ACTIVIDADES	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Flotación ventral con apoyo realizando control respiratorio 2. Flotación ventral sin apoyo en estrella 3. Flotación ventral en torpedo. 4. Flotación ventral combinando estrella y torpedo 	

CLASE 6	
OBJETIVO DE LA CLASE	
Realizar control respiratorio mediante inmersiones superficiales mejorando su seguridad y confianza en el medio acuático con y sin apoyo de elementos, en el lugar corporal que representa tranquilidad.	
ACTIVIDADES	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Flotación dorsal con apoyo 2. Flotación dorsal en torpedo y equilibrio 3. Flotación dorsal combinando las diferentes posiciones 	

CLASE 7	
OBJETIVO DE LA CLASE	
Estimular la posición prona mediante el manejo del equilibrio estático dentro del agua buscando la estabilidad caporal y propiciando espacios de confianza y seguridad en el medio acuático.	
ACTIVIDADES	
<ol style="list-style-type: none"> 1 Repaso de flotación ventral y dorsal 2. Vadeo estático. 3 Vadeo dinámico 4 Cambios de posición. 	



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

SECRETARÍA DE INTEGRACION SOCIAL

FOR-BS-048
Página 4 de 4

CLASE 8
OBJETIVO DE LA CLASE
Estimular la posición supina mediante el manejo del equilibrio estático dentro del agua buscando la estabilidad corporal y propiciando espacios de confianza y seguridad en el medio acuático.
ACTIVIDADES
1 Desplazamiento ventral con MI con movimiento alterno 2. Desplazamiento dorsal con MI 3. Desplazamiento dorsal con MI

En el mes de abril se evidenció que las personas con discapacidad han tenido avances en flotación ventral, dorsal, manejo de patrones respiratorios, esquema corporal entre otros. Una dificultad para este mes fue que la piscina entró en mantenimiento por daños en la caldera lo que generó no ingresar a la misma pero se realizó trabajo en tierra con las personas con discapacidad y sus cuidadores.

Participantes: PCD: 3
Cuidadores: 2
Total: 5

En constancia de lo anterior firman:

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma
Santiago Beltrán	Docente formador	IDRD	
Carolina Rosales	Profesional EIC Usaquén	SDIS - 1113	
Ximena Corrales	Profesional EIC Usaquén	SDIS - 1113	

Elaboró: Carolina Rosales G. – Profesional EIC Usaquén
Ximena Corrales - Profesional EIC Usaquén