



LITTLE SWIMMERS

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

ELENA ORTIZ

(eortiz@p.csmb.es)

INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD

La actividad acuática es beneficiosa para todos. La importancia educativa y de desarrollo corporal de esta actividad, la coloca, cada vez con más insistencia, en la lista de las acciones educativas preferentes.

A través de la natación, se logra el desarrollo de su capacidad perceptiva, equilibrio, movilidad y orientación.

El agua, como un mundo de sensaciones permite el ejercicio de los sentidos, a través de los cuales se genera una gama de sensaciones que participan en la construcción del espacio y en el conocimiento del propio cuerpo. " La natación atiende los fundamentos del desarrollo motor del niño, promueve y maximiza la capacidad de su cerebro para aprender a aprender"

- Primero que debemos conseguir la familiarización de los alumnos tanto con el nuevo entorno, con el medio acuático y el profesor. Este también debe conocer y familiarizarse con sus alumnos. Este proceso facilitara la consecución de los objetivos.
- A partir de este momento vamos a trabajar el resto de los objetivos, desplazamientos, el control de la respiración, inmersiones, saltos...
- Los ejercicios en función de su desarrollo motor se irán complicando.

ASPECTOS a considerar

OBJETIVOS (Que queremos conseguir).

Las actividades acuáticas para la etapa infantil no se trata solo de enseñarles a nadar jugando, sino de ampliar el ámbito del movimiento del niño de forma lúdica, que pierdan el miedo al agua y sean autónomos con o sin material auxiliar.

Queremos que:

- el agua sea una diversión continua
- pierdan el miedo al agua.
- que nuestros alumnos sean autónomos en el agua, con o sin material auxiliar, que consigan un dominio del medio y habilidades acuáticas, esto le facilitará un posterior aprendizaje de la técnica de los diferentes estilos de natación.

CONTENIDOS (Que actividades vamos a realizar)

Creando un clima favorable trabajamos partiendo de aspectos básicos, queremos que la experiencia de los alumnos sea en todo momento satisfactoria y divertida dependiendo de la edad del alumno respetando en todo momento su ritmo de aprendizaje y progresión.

- Familiarización. Dependerá de la relación que cada niño tenga con el agua esta etapa no llevara desde un día o varios meses. Se realizará dentro y fuera de la piscina.
- Desplazamientos:
 - Generales, desplazamientos básicos sin ningún tipo de estilo y trabajando diferentes ejes del cuerpo.
 - con material, todo el material vale para realizar múltiples desplazamientos en el



agua.

- Piernas, brazos. Realizaremos desplazamientos utilizando ambos segmentos, un único segmento, coordinados sin coordinar y con un sin fin de combinaciones.
- Respiración, zambullidas e inmersiones. Realizaremos juegos de inmersión, circuitos...
- Saltos, giros. Saltos en distintas posiciones, con giros, en grupo y de mil formas diferentes. Los giros se dominarán en dos ejes, transversal y longitudinal en dos sentidos.
- Cambios de posición. El dominio corporal en el agua será completo en cualquier postura.
- Equilibrios.
- Habilidades acuáticas.

Los ejercicios se adaptarán según la edad del alumno y el nivel.

METODOLOGIA (Como lo vamos a hacer)

La metodología utilizada es el descubrimiento guiado a través del juego que será el elemento motor de la sesión.

Para ello utilizaremos gran variedad material recreativo de diferentes formas y atractivos colores.

ACTIVIDADES (actividades que se hacen a lo largo del curso)

Actividades temáticas trimestrales. Gymcanas, circuitos, open class, etc.

Observaciones y otras informaciones sobre la actividad

Se realizará una prueba de nivel para establecer el grupo más adecuado para cada alumno.

Para nosotros lo más importante es la seguridad, la cuidamos junto con la calidad de nuestras sesiones, por ello formamos grupos reducidos, buscamos el nivel de destreza y desarrollo motor para cada alumno para incluirle en la clase más adecuada para él.

Para realizar la actividad el alumno deberá llevar:

- Bañador de natación (no playero) o pañal de agua para los niños menores de 3 años incluidos.
- Gorro de baño.
- Zapatillas de piscina.
- Toalla o albornoz.