

Natació escolar (Primària)

Descripció

Programa aquàtic dirigit a nens/es que estant cursant primària. Els objectius finals són la iniciació, les habilitats aquàtiques, els aprenentatges motrius, el perfeccionament de les tècniques d'estil de natació i els hàbits d'ordre i higiene.

Objectius

1r

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

- Incidir en l'acceptació del medi.
- Observar les possibilitats de moviment dels segments corporals.
- Identificar les fases de contracció muscular i relaxament.

Procediments

- Continuar l'evolució de les habilitats aquàtiques treballades.
- Introduir noves habilitats aquàtiques.
- Introduir la lateralitat.
- Començar a treballar per seqüències.
- Jugar.

Valors, normes i actituds

- Conèixer la normativa específica de l'activitat i de la instal·lació.
- Respectar les normes dels jocs o formes jugades.

2n

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

- Saber els efectes de les variants en l'execució d'habilitats aquàtiques.
- Dominar el vocabulari específic.

Procediments

- Multiplicar les variables en l'execució d'habilitats aquàtiques.
- Desenvolupar el ritme i les fases respiratòries en els desplaçaments.
- Iniciar-se en els equilibris.
- Experimentar les coordinacions no naturals.

Valors, normes i actituds

- Respectar les normes dels jocs o formes jugades.
- Implicar als nens en l'organització del material.

3r

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

- Identificar les fases de contracció muscular i relaxament.
- Dominar el vocabulari específic.
- Diferenciar entre habilitats aquàtiques i nedada.

Procediments

- Introducció en la tècnica dels estils.
- Iniciar el treball de coordinació oculomanual.
- Optimitzar el desplaçament aquàtic.
- Consolidar el treball de vies i fases respiratòries.

Valors, normes i actituds

- Respectar la figura del monitor.
- Respectar els ordres d'intervenció durant la sessió.
- Implicar els nens en l'organització del material.

4t

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

- Conèixer els diferents esports aquàtics.
- Identificar les parts d'una sessió.

Procediments

- Desenvolupar les tècniques dels estils.
- Iniciar el SOS.
- Incidir en la combinació salt-immersió.
- Dificultar les accions coordinatives.

Valors, normes i actituds

- Mostrar respecte per la diferenciació.
- Respectar la figura del monitor.

5è

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

- Conèixer els diferents esports aquàtics.
- Identificar la funcionalitat de les parts del cos en l'execució de tasques.

Procediments

- Desenvolupar les tècniques d'estils.
- Iniciar l'aprenentatge en altres esports aquàtics (waterpolo / sincronitzada).

Valors, normes i actituds

- Respectar la figura del monitor.
- Respectar les intervencions i les idees aportades pels companys.

6è

Fets, conceptes i sistemes conceptuals

- Conèixer els diferents esports aquàtics.
- Configurar una sessió.

Procediments

- Desenvolupar les tècniques d'estils.
- Desenvolupar l'aprenentatge en altres esports aquàtics (waterpolo / sincronitzada).

Valors, normes i actituds

- Respectar la figura del monitor.
- Respectar les intervencions i les idees aportades pels companys.

Aspectes metodològics 'evolució individual de l'alumne.

Propiciar situacions que permetin l'experimentació.

Utilitzar el joc i les formes lúdiques com a inductors de l'activitat.

Mantenir pautes estables.

Aspectes funcionals/ organitzatius

Una sessió setmanal.

Estructura en nivells de menor a major complexitat.

Programa anual.

Horari lectiu i no lectiu.

Avaluació

L'avaluació és un dels aspectes més importants dins de les activitats aquàtiques educatives. És per això que es plantegen els objectius en diferents nivells i amb uns paràmetres d'observació marcats.

A final de curs es lliura un informe de l'alumne, amb informació d'interès cap als pares i representant de forma descriptiva l'assoliment dels objectius plantejats a l'inici de la temporada.

Espai

Piscina fonda. En casos puntuals, i segons el nivell del grup, es farà ús de la piscina poc fonda.