

Activitats aquàtiques per a adults

Descripció

Programa dirigit a persones majors de 16 anys, que busqui finalitats educatives, utilitàries i higièniques dependent del grup i de les seves expectatives.

Objectius

Millorar i mantenir la condició física.
Aconseguir autonomia en el medi.
Millorar i perfeccionar les diferents tècniques d'estils.
Ampliar el coneixement de les diferents modalitats esportives aquàtiques.
Adquirir hàbits higiènics i esportius.
Millorar la qualitat de vida.

Aspectes metodològics

Es produiran variacions en funció de la edat dels usuaris.
Classificar els grups en funció del seu nivell aquàtic.
Compensar la feina en les diferents parts del cos.

Aspectes funcionals/ organitzatius

Dues sessions setmanals cursos de perfeccionament.
Una sessió setmanal curs d'iniciació.
Estructura en nivells de menor a major complexitat.
Programa trimestral.

Dates

Curs trimestral, que es renova automàticament durant la temporada que comença el 8 de setembre de 2025 fins el 7 de juny de 2026.

Aspectes d'interès del programa

- Les classes són de 45 minuts
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet**

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
Primer pagament: al mes de setembre
Segon pagament: al mes de desembre.
Tercer pagament: al mes de març.
Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic.
En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.
- **Ús del Carnet;** Aquest carnet caldrà dur-lo **obligatòriament** per accedir a la instal·lació i passar pel control d'accés. Aquest carnet és propietat de l'ajuntament de Sant Joan Despí que el cedeix, a canvi d'un dipòsit. L'import serà l'establert a l'ordenança Fiscal Municipal, i caldrà abonar-lo en efectiu en el moment de rebre el carnet.

Activitats aquàtiques “aquatlon”

Descripció

Programa dirigit a persones majors de 16 anys, que busqui com a finalitat entrenaments d'alta intensitat per preparació de proves.

Objectius

Perfeccionar les diferents tècniques d'estils.
Ampliar el coneixement de les diferents modalitats esportives aquàtiques.

Aspectes metodològics

Classificar els grups en funció del seu nivell aquàtic.
Compensar la feina en les diferents parts del cos.
Utilització de sistemes d'entrenaments de la natació.

Aspectes funcionals/ organitzatius

Dues sessions setmanals.
Estructura en nivells de menor a major complexitat.
Programa trimestral.

Dates

Curs trimestral, que es renova automàticament durant la temporada que comença el 8 de setembre de 2025 fins el 7 de juny de 2026.

Aspectes d'interès del programa

- Les classes són de 45 minuts
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet**

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
Primer pagament: al mes de setembre.
Segon pagament: al mes de desembre.
Tercer pagament: al mes de març.
Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic.
En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.
- **Ús del Carnet;** Aquest carnet caldrà dur-lo **obligatòriament** per accedir a la instal·lació i passar pel control d'accés. Aquest carnet és propietat de l'ajuntament de Sant Joan Despí que el cedeix, a canvi d'un dipòsit. L'import serà l'establert a l'ordenança Fiscal Municipal, i caldrà abonar-lo en efectiu en el moment de rebre el carnet.

EN6-15 Aprèn a nedar

Descripció

Programa aquàtic dirigit a nens i nenes nascuts entre els anys 2019 i 2010, on s'ensenya les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Familiaritzar-se amb el medi aquàtic.
- Treballar les habilitats, equilibris...
- Descobrir la flotació i els primers desplaçaments.
- Adquirir hàbits higiènics.

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin l'experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una sessió setmanal.
- Treball de grup
- Programa anual.
- Horari no lectiu.

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles que estiguin també identificats amb el seu nom i sobretot, que siguin senzills de posar; penseu que el tècnic s'encarregarà d'ajudar a posar els ponxos i les sabatilles als nens de menys de 5 anys quan aquests surten de l'aigua, així doncs, han de ser el més pràctic possible.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

EN16/18 Aquajove

Descripció

Programa dirigit a nens i nenes nascuts els anys 2008, 2007 i 2006, on s'ensenyen les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic per a poder aconseguir un domini integral.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Millorar les qualitats físiques bàsiques
- Treballar les habilitats aquàtiques
- Consolidar i millorar la tècnica d'estils.
- Millorar la tècnica de viratges i socorrisme aquàtic
- Conèixer els esports aquàtics

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin la experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una o dues sessions setmanals.
- Treball de grup
- Programa anual
- Horari no lectiu

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles amb el seu nom.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels nens.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.
- Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

EN12/15

Descripció

Programa dirigit a nens i nenes nascuts els anys 2013, 2012, 2011 i 2010, on s'ensenyen les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic per a poder aconseguir un domini integral.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Millorar les qualitats físiques bàsiques
- Treballar les habilitats aquàtiques
- Consolidar i millorar la tècnica d'estils.
- Iniciar-se en la tècnica de viratges i socorrisme aquàtic
- Conèixer els esports aquàtics

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin la experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una o dues sessions setmanals.
- Treball de grup
- Programa anual
- Horari no lectiu

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles amb el seu nom.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.

Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.

- **Baixa:** No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

EN10/11

Descripció

Programa dirigit a nens i nenes nascuts els anys 2015 i 2014, on s'ensenyen les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic per a poder aconseguir un domini integral.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Millorar les qualitats físiques bàsiques
- Treballar les habilitats aquàtiques
- Consolidar i millorar la tècnica d'estils.
- Conèixer els esports aquàtics

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin la experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una o dues sessions setmanals.
- Treball de grup
- Programa anual
- Horari no lectiu

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles amb el seu nom.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

EN8/9

Descripció

Programa dirigit a nens i nenes nascuts els anys 2017 i 2016, on s'ensenyen les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic per a poder aconseguir un domini integral.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Treballar la immersió i la flotabilitat.
- Millorar les qualitats físiques bàsiques
- Treballar les habilitats aquàtiques
- Millorar la tècnica d'estils.
- Iniciar-se en els esports aquàtics

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin la experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una o dues sessions setmanals.
- Treball de grup
- Programa anual
- Horari no lectiu

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles amb el seu nom.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.
- Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

EN6/7

Descripció

Programa dirigit a nens i nenes nascuts els anys 2019 i 2018, on s'ensenyen les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic per a poder aconseguir un domini integral.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

Treballar la immersió i la flotabilitat.
Treballar les habilitats aquàtiques
Iniciar-se en la tècnica d'estils.

Aspectes metodològics

Respectar l'evolució individual de l'alumne.
Propiciar situacions que permetin la experimentació.
Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
Mantenir pautes estables.
Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

Una sessió setmanal.
Treball de grup
Programa anual
Horari no lectiu

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles amb el seu nom.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.
- Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

ENP5

Descripció

Programa aquàtic dirigit a nens i nenes nascuts l'any 2020, on s'ensenya les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Familiaritzar-se amb el medi aquàtic.
- Aprofundir la immersió.
- Treballar les habilitats, equilibris...
- Descobrir la flotació i els primers desplaçaments.
- Adquirir hàbits higiènics.

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin l'experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una sessió setmanal.
- Treball de grup
- Programa anual.
- Horari no lectiu.

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Els nens i les nenes hauran d'accedir als vestidors acompanyats d'un adult, i a l'acabar l'activitat ho faran a la zona de vestidors i de dutxes corresponent al gènere de l'acompanyant.
- Als vestidors només s'han de deixar els objectes personals dels nens i nenes que estan fent l'activitat a piscina.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles que estiguin també identificats amb el seu nom i sobretot, que siguin senzills de posar; penseu que el tècnic s'encarregarà d'ajudar a posar els ponxos i les sabatilles als nens de menys de 5 anys quan aquests surten de l'aigua, així doncs, han de ser el més pràctic possible.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.
 Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

ENP4

Descripció

Programa aquàtic dirigit a nens i nenes nascuts l'any 2021, on s'ensenya les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Familiaritzar-se amb el medi aquàtic.
- Descobrir la immersió.
- Treballar les habilitats, equilibris...
- Descobrir la flotació i els primers desplaçaments.
- Adquirir hàbits higiènics.

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin l'experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Afavorir la qualitat per damunt de la quantitat.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una sessió setmanal.
- Treball de grup
- Programa anual.
- Horari no lectiu.

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Els nens i les nenes hauran d'accedir als vestidors acompanyats d'un adult, i a l'acabar l'activitat ho faran a la zona de vestidors i de dutxes corresponent al gènere de l'acompanyant.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra al poliesportiu Francesc Calvet, i Jero Parrado al poliesportiu Salvador Gimeno.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles que estiguin també identificats amb el seu nom i sobretot, que siguin senzills de posar; penseu que el tècnic s'encarregarà d'ajudar a posar els ponxos i les sabatilles als nens de menys de 5 anys quan aquests surten de l'aigua, així doncs, han de ser el més pràctic possible.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.
 Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

ENB3

Descripció

Programa aquàtic dirigit a nens i nenes nascuts l'any 2022, on s'ensenya les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

- Familiaritzar-se amb el medi aquàtic.
- Descobrir la immersió.
- Treballar les habilitats, equilibris...
- Descobrir la flotació i els primers desplaçaments.
- Adquirir hàbits higiènics.

Aspectes metodològics

- Respectar l'evolució individual de l'alumne.
- Propiciar situacions que permetin l'experimentació.
- Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
- Mantenir pautes estables.
- Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

- Una sessió setmanal.
- Treball de grup.
- Programa anual
- Horari no lectiu.

Espai

Piscina de xipolleig.

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Els nens i les nenes hauran d'accedir als vestidors acompanyats d'un adult, i a l'acabar l'activitat ho faran a la zona de vestidors i de dutxes corresponent al gènere de l'acompanyant.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és en Raquel Guerra.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles que estiguin també identificats amb el seu nom i sobretot, que siguin senzills de posar; penseu que el tècnic s'encarregarà d'ajudar a posar els ponxos i les sabatilles als nens de menys de 5 anys quan aquests surten de l'aigua, així doncs, han de ser el més pràctic possible.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
 - Primer pagament: al mes de setembre.
 - Segon pagament: al mes de desembre.
 - Tercer pagament: al mes de març.
- Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic. En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.

ENB2

Descripció

Programa aquàtic dirigit a nens i nenes nascuts al 2023, on s'ensenya les eines bàsiques per a progressar dins del medi aquàtic.

Aquest programa cerca una finalitat educativa on el que es pretén és l'educació integral del individu mitjançant les activitats aquàtiques, respectant la seva evolució natural. Aquests continguts es presenten ordenats amb seqüència de menor a major complexitat, i sempre adaptats a les diferents característiques evolutives, així com a la maduració personal del individu.

Objectius bàsics

Familiaritzar-se amb el medi aquàtic.
Treballar les habilitats, equilibris...
Adquirir hàbits higiènics.

Aspectes metodològics

Respectar l'evolució individual de l'alumne.
Propiciar situacions que permetin l'experimentació.
Utilitzar formes lúdiques dins de l'activitat.
Mantenir pautes estables.
Reforçar el valor de l'aprenentatge per damunt del distintiu de nivell.

Aspectes funcionals/ organitzatius

Una sessió setmanal.
Treball de grup.
Programa anual
Horari no lectiu.

Espai

Piscina de xipolleig.

Aspectes d'interès del programa de natació extraescolar

- Les classes són de 45 minuts, aquest temps inclou des de l'entrega dels nens i nenes al tècnic fins la tornada al vestidor.
- S'ha de respectar l'horari d'ús dels vestidors: Es podrà accedir als vestidors 15 minuts abans de l'inici de l'activitat i s'haurà de sortir 20 minuts després de finalitzar l'activitat.
- Els nens i les nenes hauran d'accedir als vestidors acompanyats d'un adult, i a l'acabar l'activitat ho faran a la zona de vestidors i de dutxes corresponent al gènere de l'acompanyant.
- Qualsevol incidència s'ha de comunicar a la recepció o a l'adreça de correu electrònic del centre i la tramitarà el responsable corresponent.
- **El responsable de l'activitat és Raquel Guerra.**

Material necessari per portar a terme l'activitat, i consells per facilitar una millor dinàmica del curs

- Casquet de bany de tela, de làtex o de silicona amb el seu nom escrit amb retolador perquè el tècnic el pugui identificar en tot moment dins l'activitat.
- Ponxo, tovallola o barnús amb el nom del nen escrit a l'etiqueta o bordat. És molt important per no agafar fred en sortir de l'aigua i en la circulació cap al vestidor.
- Sabatilles que estiguin també identificats amb el seu nom i sobretot, que siguin senzills de posar; penseu que el tècnic s'encarregarà d'ajudar a posar els ponxos i les sabatilles als nens de menys de 5 anys quan aquests surten de l'aigua, així doncs, han de ser el més pràctic possible.
- Una tovallola per als peus (per quan es canviïn als vestidors en acabar la sessió).
- Fer ús d'unes ulleres de piscina serà optatiu en funció del criteri dels pares.

Aspectes administratius

- El pagament del curs està fraccionat en tres pagaments:
Primer pagament: al mes de setembre.
Segon pagament: al mes de desembre.
Tercer pagament: al mes de març.
Si el curs ja està començat en el moment de fer la inscripció s'abonarà la part proporcional del que resti de curs.
- Baixa: No es retornarà cap import abonat, excepte si el motiu de la baixa és per malaltia o accident que impedeixi fer esport i estigui acreditada amb un comprovant mèdic.
En el cas de baixa justificada es retornarà l'import proporcional a la part del curs que resti per finalitzar a partir del moment en què es notifiqui la baixa.
- Per formalitzar la baixa caldrà signar el full de sol·licitud de baixa.