



INFORMACIÓN NATACIÓN INFANTIL

Principios pedagógicos

- **Los ritmos de aprendizaje.**
Su momento madurativo y evolutivo del participante establecerá la evolución de los objetivos a lograr. Las actividades acuáticas como una herramienta más en el proceso educativo del niño/a y no solo como un contenido motor.
- **Aprendizajes positivos.**
El cursillista es el centro del aprendizaje. Se fomenta la participación activa y respetuosa con la voluntad de los alumnos. Las vivencias positivas y significativas facilitarán el logro de los contenidos trabajados durante las sesiones.
- **El juego como herramienta.**
Las actividades lúdicas guiadas son una herramienta fundamental al proceso de aprendizaje.
- **La comunicación.**
Aprovechar la oportunidad que nos ofrece el medio acuático como punto de encuentro y como un núcleo que favorece la comunicación en todos los niveles: tónico-emocional, verbal, gestual y afectivo.
- **El compromiso con la práctica.**
Crear el hábito de la actividad física para fomentar hábitos saludables.
- **La iniciación deportiva.**
La actividad acuática educativa facilitará la posterior adaptación a otras actividades o deportes acuáticos con mayor dificultad técnica.

Espacios y temperaturas

	Medidas vaso de agua	Profundidad	Temperatura mínima	Temperatura máxima
Piscina de enseñanza	12 x 6 m	0,6 / 1,25 / 0,6 m	24 °	30 °
Piscina telescópica	20 x 10 m	1,25 / 1,4 / 1,25 m		
Piscina polivalente	25 x 12,5 m	1,45 / 2,20 / 1,85 m		



Normativa general

- Los menores de 6 años tienen que ser acompañados por un adulto responsable a vestuarios, los monitores/se los recogerán y entregarán a los vestuarios.
- Los participantes mayores a partir de 7 años accederán sin acompañante a vestuarios, donde se cambian de manera autónoma, y serán recogidos por los monitores/se. Los abonados tienen la opción de cambiar a sus hijos/se en el vestuario de abonados, siempre que estén en el vestuario correspondiente o a la puerta de acceso a piscina cuando los monitores recogen o entregan a los alumnos.
- Los cursillistas de 13 a 18 años se cambian a vestuarios de abonados y abonadas y accederán a la piscina polivalente donde se realizan los cursillos. Es necesario que lleven candado para que puedan hacer uso de las taquillas.
- El acceso a los vestuarios se realizará con un margen de 15 minutos antes de empezar la sesión y 15 minutos al finalizar.
- No está permitido comer dentro del vestuario.
- El Ayuntamiento no se hace responsable de los objetos de valor que se puedan perder.
- Recomendamos llevar a los niños al lavabo del vestuario antes de acceder a la piscina.

Material necesario para la actividad

- Bañador.
- Chancas fáciles de poner y sacar sin hebilla.
- Gorro de baño.
- Albornoz o capa (aconsejable para los más pequeños) o toalla
- Gafas de natación (opcional)
- Recomendamos marcar todo el material con nombre y apellidos.

Características de las sesiones

Dependiendo del cursillo es de uno, dos o tres días en la semana, con sesiones de 50 minutos de duración.

La sesión empieza cuando la técnica compilación a los niños/as del vestuario donde se trabajan los hábitos de orden y de higiene (llevar el equipo y el calzado adecuado, no correr, respetar la orden de la fila...). Una vez a la piscina, se sitúan en la zona establecida y el técnico pasa lista para facilitar el conocimiento de los alumnos y el control de asistencia. Antes de empezar y al finalizar la sesión, todos pasan por la ducha de la piscina para fomentar los hábitos de higiene. Las sesiones se estructuran de la siguiente manera:

- **Información:** (5 min). Llegar a la piscina y situarse en el espacio correspondiente, pasar lista y poner a los participantes en situación sobre que trabajarán, cuando y como. Establecer hábitos de higiene (ducha inicial).
- **Activación:** (10 min). Introducción a los contenidos procedimentales de manera progresiva.
- **Logro de objetivos:** (25 min.) Tiempo dedicado a plantear las actividades relacionadas con los objetivos que se pretenden conseguir.
- **Estabilización:** (5 min). Parte destinada a hacer un trabajo compensatorio del resto de la sesión, intentando volver a un estado de calma y relajación.
- **Feedback final:** (5min). Tiempo para conocer el efecto de la sesión en los alumnos, hacer una valoración general, establecer hábitos con los niños de recogida del material utilizado y de higiene personal (ducha final, ponerse las zapatillas el albornoz antes de ir al vestuario).

Criterios para crear los grupos

La agrupación de los niños/as se realizará principalmente en función de su edad, de este modo trabajamos con grupos homogéneos donante más facilitado al técnico para seguir la programación establecida y a los alumnos que se encuentran con su grupo de iguales. Puede haber excepciones teniendo en cuenta otros factores como: el número de niños/as inscritos de cada edad, el mismo desarrollo/necesitado de cada alumno/a y el espacio de trabajo, entre otros

El número de alumnos por cada técnico varía en función de la edad.

3-4 años: 7 alumnos por técnico / 5-12 años: 12 alumnos por técnico / 13-18 años: 14 alumnos por técnico.

Objetivos generales

Objetivos generales 3-4 años: "Dominio del medio acuático y desplazamientos básicos"

- Familiarizarse con el medio acuático.
- Potenciar el desarrollo psicomotor.
- Dominar los principios hidrodinámicos básicos: flotación, propulsión y respiración.
- Iniciarse en el trabajo de las habilidades acuáticas básicas (saltos, inmersiones, giros, equilibrios...)
- Realizar los primeros desplazamientos con material y sin.
- Adquirir hàbits higiènicos.

• Objectius generals 5-9 anys: "Iniciació a la tècnica d'estils"

- Ser autónomo y trabajar en el dominio del medio acuático.
- Controlar el proceso respiratorio al medio acuático.
- Iniciarse en la técnica de estilos de natación.
- Adaptar tareas motrices variadas al medio acuático.
- Adquirir hábitos higiénicos, trabajo en equipo y respecto a los otros.
- Fomentar el hábito saludable de hacer ejercicio.

• Objetivos generales 10-16 años: "Perfeccionamiento de la técnica de estilos"

- Dotar a los alumnos de un gran dominio del medio acuático con un ancho bagaje motor dentro del agua.
- Lograr el dominio del proceso respiratorio al medio acuático.
- Perfeccionar la técnica de los diferentes estilos de natación.
- Utilizar la iniciación a los deportes acuáticos como herramienta de transmisión de valores y conocimientos.
- Conocer, identificar y ejecutar tareas motrices relacionadas con la actividad acuática.
- Valorar y disfrutar de la actividad acuática, en orden al bienestar físico y mental, practicando hábitos de higiene personal.



VESTUARIOS NATACIÓN ESCOLAR: LUNES - MIÉRCOLES

DE 17.15 A 18.05H

ACTIVIDAD	NATACIÓNN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS / 5-6 AÑOS		
VESTUARIO	ROJO (3-4 AÑOS)	AZUL (5-6 AÑOS)	VERDE (5-6 AÑOS)
PROCEDIMIENTO	- 17.00 a 17.15h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 17.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 17.15 a 18.05h se realiza la actividad de piscina - 18.05h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.		
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 7-9 AÑOS		
VESTUARIO	Nº3 (MASCULINO)	Nº 4 (FEMENINO)	
PROCEDIMIENTO	- 17.00 a 17.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 17.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 17.15 a 18.05h se realiza la actividad de piscina - 18.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.		

DE 18.15 A 19.05H

ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS	
VESTUARIO	ENTRADA VESTIUARI 5 I 6 (3-4 AÑOS)	SORTIDA VESTUARIO ROJO (3-4 AÑOS)
PROCEDIMIENTO	- 18.00 a 18.15h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 18.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 18.15 a 19.05h se realiza la actividad de piscina - 19.05h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 7-9 AÑOS / 10-12 AÑOS	
VESTUARIO	Nº3 (MASCULINO)	Nº 4 (FEMENINO)
PROCEDIMIENTO	- 18.00 a 18.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 18.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 18.15 a 19.05h se realiza la actividad de piscina - 19.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 13-18 AÑOS	
VESTUARIO	VESTUARIO ABONADOS/ABONADAS	
PROCEDIMIENTO	- 18.00 a 18.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 18.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 18.15 a 19.05h se realiza la actividad de piscina - 19.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.	

DE 19.15 A 20.05H

ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 10-12 AÑOS	
VESTUARIO	Nº3 (MASCULINO)	Nº 4 (FEMENINO)
PROCEDIMIENTO	- 19.00 a 19.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 19.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 19.15 a 20.05h se realiza la actividad de piscina - 20.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.	

ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 13-18 AÑOS	
VESTUARIO	VESTUARIO ABONADOS/ABONADAS	
PROCEDIMIENTO	- 19.00 a 19.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 19.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 19.15 a 20.05h se realiza la actividad de piscina - 20.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.	

DE 20.15 A 21.05H

ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 13-18 AÑOS	
VESTUARIO	ROJO (FEMENINO)	AZUL (MASCULINO)
PROCEDIMIENTO	- 20.00 a 20.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 20.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 20.15 a 21.05h se realiza la actividad de piscina - 21.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS	

VESTUARIOS NATACIÓN EXTRAESCOLAR: MARTES - JUEVES

DE 17.15 A 18.05H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS / 5-6 AÑOS
VESTUARIO	ROJO (3-4 AÑOS)AZUL (5-6 AÑOS)
PROCEDIMIENTO	- 17.00 a 17.15h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 17.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 17.15 a 18.05h se realiza la actividad de piscina - 18.05h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 7-9 AÑOS
VESTUARIO	Nº3 + Nº4 (FEMENINO)VERDE (MASCULINO)
PROCEDIMIENTO	- 17.00 a 17.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 17.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 17.15 a 18.05h se realiza la actividad de piscina - 18.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.

DE 18.15 A 19.05H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 7-9 AÑOS / 10-12 AÑOS
VESTUARIO	Nº3 + Nº4 (FEMENINO)VERDE (MASCULINO)
PROCEDIMIENTO	- 18.00 a 18.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 18.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 18.15 a 19.05h se realiza la actividad de piscina - 19.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 13-18 AÑOS
VESTUARIOO	VESTUARIO ABONADOS/ABONADAS
PROCEDIMIENTO	- 18.00 a 18.15h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 18.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 18.15 a 19.05h se realiza la actividad de piscina - 19.05h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS.

VESTUARIOS NATACIÓN EXTRAESCOLAR: VIERNES

DE 17.15 A 18.05H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS / 5-6 AÑOS
VESTUARIO	ROJO (3-4 AÑOS)Nº4 (5-6 AÑOS)
PROCEDIMIENTO	- 17.00 a 17.15h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 17.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 17.15 a 18.05h se realiza la actividad de piscina - 18.05h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.
DE 18.15 A 19.05H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS / 5-6 AÑOS
VESTUARIO	ENTRADA VESTIUARI 5 I 6 (3-4 AÑOS)SALIDA VESTUARIO ROJO (3-4 AÑOS)VESTUARIO 3 (5-6 AÑOS)
PROCEDIMIENTO	- 18.00 a 18.15h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 18.15h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 18.15 a 19.05h se realiza la actividad de piscina - 19.05h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.

VESTUARIOS NATACIÓN EXTRAESCOLAR: SÁBADO

DE 9.30 A 10.20H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS
VESTUARIO	ROJO
PROCEDIMIENTO	- 9.15 a 9.30h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 9.30h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 9.30 a 10.20h se realiza la actividad de piscina - 10.20h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.

DE 10.30 A 11.20H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 3-4 AÑOS
VESTUARIO	ROJO
PROCEDIMIENTO	- 10.15 a 10.30h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 10.30h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 10.30 a 11.20h se realiza la actividad de piscina - 11.20h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario.

DE 11.30 A 12.20H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 5-6 AÑOS
VESTUARIO	ROJO
PROCEDIMIENTO	- 11.15 a 11.30h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 11.30h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 11.30 a 12.20h se realiza la actividad de piscina - 12.20h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario..

DE 12.30 A 13.20H	
ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 5-6 AÑOS
VESTUARIO	ROJO
PROCEDIMIENTO	- 12.15 a 12.30h los padres/madres/acompañantes recogen y cambian a los/as niños/as en el vestuario - 12.30h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 12.30 a 13.20h se realiza la actividad de piscina - 13.20h Los técnicos entregan a los/as niños/as a sus padres/madres/acompañantes en el vestuario..

ACTIVIDAD	NATACIÓN EXTRAESCOLAR 7-9 AÑOS / 10-12 AÑOS	
VESTUARIO	AZUL (FEMENINO)	VERDE (MASCULINO)
PROCEDIMIENTO	- 12.15 a 12:30h Los/as niños/as entran y se cambian en el vestuario correspondiente. - 12.30h Los técnicos recogen a los/as niños/as en el vestuario y se los llevan a la piscina - 12.30 a 13.20h se realiza la actividad de piscina - 13.20h Los técnicos acompañan a los/as niños/as al vestuario y salen cuando acaban de vestirse. LOS ACOMPAÑANTES ESPERAN EN LA ENTRADA PRINCIPAL DE LA INSTALACIÓN. NO PUEDEN ACCEDER A LOS VESTUARIOS..	

CURSOS DE BEBÉS (4-36 MESES)
OCUPACIÓN VIERNES de 15.00 a 19.15h
OCUPACIÓN SÁBADOS de 8.45 a 12.45h

VESTUARIO HOMBRES	 COLOR VERDE
VESTUARIO MUJERES	 COLOR AZUL

AL CURSO DE BEBÉS SOLO PUEDE ACCEDER EL ADULTO QUE REALIZA LA ACTIVIDAD, NO SE PERMITEN MÁS ACOMPAÑANTES.