

A photograph of several children wearing blue swim caps and goggles, smiling and looking towards the camera while in a swimming pool. The background is slightly blurred, showing the pool's edge and some equipment.

INFORMACIÓN ACTIVIDAD TERAPÉUTICA INFANTIL

Introducción

Actividad acuática grupal la principal finalidad de la cual es estimular el desarrollo integral del niño/a en los diferentes ámbitos dentro del medio acuático, respetando siempre su ritmo de aprendizaje y favoreciendo su proceso evolutivo. Se aprovechan las ventajas que proporciona el medio acuático para conocer, aprender, experimentar y vivir sensaciones que enriquecen el crecimiento y desarrollo personal.

Este programa se trabaja con niños/se **acompañados por 1 PERSONA ADULTA.**

Espacio y temperaturas

	Medidas vaso de agua	Profunddad	Temperatura mínima	Temperatura máxima
Piscina de enseñanza	12 x 6 m	0,6 / 1,25 / 0,6 m	24 °	30 °

Características de las sesiones

Una sesión semanal de 50 minutos de duración

La distribución de las sesiones es la siguiente

- **Información (5 min):** Entrar en la piscina y situarse en el espacio correspondiente, pasar lista y poner a los participantes en situación sobre que trabajarán, cuando y como.
- **Activación(10 min):** Rutina de entrada e introducción a los contenidos procedimentales de manera progresiva.
- **Adquisición 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 (5 min):** Tiempo para conocer el efecto de la sesión en los alumnos y hacer una valoración general

Objetivos generales

Ámbito socioafectivo

- Favorecer el desarrollo de la personalidad del niño/a.
- Potenciar la confianza en las posibilidades motrices.
- Favorecer la relación entre padres, hijos y compañeros del grupo-clase.
- Conseguir la adaptación y el bienestar del niño/a en el medio acuático.
- Ofrecer experiencias positivas durante el desarrollo de cada sesión.

Ámbito cognitivo

- Potenciar la capacidad de atención.
- Identificar las pautas de seguridad e higiene establecidas en la piscina.
- Favorecer la sensación de seguridad, tanto por parte de los padres como de los hijos en el medio acuático.
- Potenciar la orientación a través de los sentidos.

Ámbito psicomotor

- Descubrir el medio acuático y familiarizarse con él.
- Favorecer el reconocimiento por parte del niño/a de su propio cuerpo, su funcionamiento y sus posibilidades motrices y sensoriales en el medio acuático y su entorno.
- Fortalecer el sistema cardiorrespiratorio y el tono muscular.
- Iniciarse en los principios hidrodinámicos básicos: flotación, respiración y propulsión.
- Trabajar diferentes habilidades acuáticas: equilibrios, inmersiones, manipulaciones, deslizamientos, entradas al agua...

Aspectos metodológicos

- Es una actividad dirigida a los niños/as, pero requiere una gran participación e implicación de los padres.
- El técnico es un dinamizador de la actividad que orienta tanto a los padres/madres, como a sus hijos/as.
- Los ejercicios se presentan siempre en forma de propuesta, respetando siempre la voluntad y el ritmo de aprendizaje de su hijo/a.
- Los ejercicios propuestos se harán siguiendo una progresión, de menor a mayor dificultad.
- Construcción de aprendizajes significativos. Por eso es importante tener en cuenta el juego como elemento principal del proceso de enseñanza-aprendizaje, puesto que actúa como principal motor comunicador y estimulador.

Beneficios del programa

1. **Ejercita su musculatura:** La natación para bebés promueve la estimulación temprana. Facilita la movilidad de todo el cuerpo y el desarrollo de la motricidad gruesa.
2. **Mejora el equilibrio:** A través de ejercicios y juegos, el bebé trabaja la conciencia corporal que le facilitará otros aprendizajes motrices posteriores.
3. **Incrementa su autoestima:** el bebé aprende a confiar en la suyas capacidades en un espacio seguro y de confianza con la familia.
4. **Fomenta la creatividad:** La familiarización con el medio acuático ayuda a prestar atención a los detalles y fomenta la observación, del mismo modo promueve la imaginación.
5. **Fortalece el vínculo entre bebé y persona adulta:** : durante las sesiones el bebé comparte situaciones y experiencias con su acompañante que no se dan en otros espacios. El tiempo en exclusiva durante la sesión donde el bebé desarrolla las reacciones innatas e instintivas fomenta un vínculo respetuoso y de cura entre ambos participantes.
6. **Ayuda a relajarse:** El programa de ejercicios en el agua relaja el niño y la ayuda a descansar mejor.

Material necesario

ADULTOS ACOMPAÑANTES

- Bañador
- Albornoz/toalla
- Zapatillas de piscina
- Gorro de baño

BEBÉS

- Pañal de agua y/o bañador
- Albornoz/toalla
- Zapatillas de piscina
- Gorro de baño (opcional)

Normativa general

- Los vestuarios grupales y la piscina de enseñanza están situados a la planta -1 del CEM Can Roca.
- Se hará uso de vestuarios abonados y familiares.
- La entrada/salida de los vestuarios se realizará con un margen de 20 minutos antes/después de la sesión.
- Las puertas de los vestuarios permanecerán siempre abiertas. Recomendamos dejar los objetos de valor dentro del espacio de piscina. La Sección de Deportes no se hace responsable de los objetos que se puedan perder.
- No está permitido comer dentro de los vestuarios ni a la piscina.
- Los/las cursillistas que llegan unos minutos antes tienen que esperar en los bancos, no está permitido acceder al agua fuera del horario del curso bajo la supervisión del técnico

