

## **76** PROGRAMA DE NATACIÓN ESCOLAR

### INTRODUCCIÓN O FUNDAMENTO:

La idea principal del programa de natación escolar es acercar la actividad acuática a los centros escolares, de forma que sea un complemento de la actividad que realiza el alumno dentro del centro. El conocimiento de los estilos de natación es un complemento de la actividad acuática, pero no podemos limitarnos a aprender, practicar y dominarlos. Al hacerlo estamos desaprovechando las posibilidades educativas que se nos presenta al utilizar un medio que, por sí solo, resulta motivante y atrayente para niños, jóvenes y adultos. El agua resulta ser un medio ideal para cumplir con los objetivos que se plantean en los currículums de Educación Física de Enseñanza Primaria y Secundaria. ¿Dónde mejor se puede trabajar el desarrollo de habilidades motrices básicas, el conocimiento del cuerpo y su esquema corporal, así como los hábitos de higiene, etc.?

### OBJETIVOS:

Fundamentalmente nos planteamos tres metas principales: trabajar de forma lúdica y recreativa, fomentar la familiarización con el medio acuático y relacionar la actividad acuática con el trabajo docente.

Luego se establecen los objetivos específicos de cada ciclo o periodo escolar, de forma que el trabajo sea acorde al desarrollo evolutivo del alumno, a la vez que se puedan seguir los parámetros que se marcan en el diseño curricular.

### CONTENIDOS

#### • **Natación escolar para primaria**

Se crean seis programas, uno por cada curso de los tres ciclos de primaria, en los que se trabajan algunos contenidos específicos de cada uno de ellos.

Cada programa está compuesto por cinco sesiones en las que se trabajan siguientes bloques de contenidos:

- Imagen y Percepción corporal.
- Habilidades y Destrezas básicas.
- Expresión y Comunicación.
- Salud corporal.
- Los juegos.

#### • **Natación escolar para secundaria**

Se crean cuatro programas, uno por cada curso de los ciclos de secundaria, en los que se trabajan algunos contenidos específicos de cada uno de ellos.

Cada programa está compuesto por cinco sesiones en las que se trabajan los siguientes bloques de contenidos:

- Técnicas de estilos.
- Condición física.
- Cualidades motoras coordinativas.
- Juegos y deportes.
- Expresión corporal

### METODOLOGÍA: (Grupal o división en grupo)

#### • **Primaria**

El programa de Natación escolar plantea conseguir la autonomía del alumno, en el medio acuático, afianzar las técnicas de natación y la correcta respiración en cualquiera de los cuatro estilos.

Además, conseguiremos mejorar las cualidades motrices básicas, como la coordinación motora, agilidad, habilidad, etc, todo ello con un alto grado de actividades lúdico-recreativas.

Promovemos un “aprendizaje significativo”, dando lugar a que el niño descubra su capacidad intelectual, tomando decisiones, llevando a cabo iniciativas y descubriendo respuestas.

Damos prioridad a los ejercicios globales frente a los analíticos y consideramos de vital importancia la labor del técnico, participando tanto dentro como fuera del agua.

Para ello trabajamos contenidos relacionados con:

- ⇒ Familiarización. Flotación
- ⇒ Inmersión. Desplazamientos
- ⇒ Propulsiones. Equilibrios. Salto

#### • **Secundaria**

El programa para jóvenes pretende trabajar la técnica de los distintos estilos de natación, el trabajo de la condición física relacionada con la salud y la creación de hábito hacia la práctica de la actividad física y el deporte como medio de ocupación del tiempo libre.

A menudo nos encontramos con jóvenes que presentan problemas físicos o dolencias debidos a una incorrecta actitud postural. A través de las actividades acuáticas controladas y realizadas con continuidad pueden llegar a mejorar de forma significativa.

Al ser programas distintos cada nivel dispone de una metodología específica, si bien todos responden a un patrón común: las características de los alumnos.

Pretendemos que el aprendizaje sea del todo significativo, facilitando el paso de un programa a otro en función de los intereses de cada alumno. Los contenidos aún siendo específicos de cada grupo son trabajados puntualmente por los demás grupos con el fin de ofrecer una amplia variedad de posibilidades y propuestas.

#### **RECURSOS:**

Trabajaremos en las Piscinas Municipales de El Puerto de Santa María. Utilizaremos materiales diversos de aprendizaje, perfeccionamiento y aspectos lúdicos.

Cada curso contará con el respaldo de 2 monitores que se encargarán de la citada actividad y su desarrollo.

#### **DESTINATARIOS:**

Alumnos de Educación Primaria y Secundaria.

#### **DESARROLLO:**

- La duración de la actividad es de una semana de lunes a viernes en horario de 12:15 a 13:00 horas y de 13:00 a 13:45 horas.
- Los grupos serán de 25 alumnos.
- Duración de la sesión: 45 minutos
- Precio: 11,98 euros la semana.

#### **TEMPORALIZACIÓN:**

Comenzamos a partir del 16 de septiembre y finalizamos en la misma fecha del calendario escolar (mediados de junio).

- ⇒ **Concejalía que presenta la actividad:** Concejalía de Juventud y Deportes

#### **CONTACTO:**

Coordinador de la actividad: Alejandro Racero González

Correo electrónico: [a.racerookpuerto@gmail.com](mailto:a.racerookpuerto@gmail.com)

Teléfono: 654 604 276