

DECÁLOGO PROGRAMA NATACIÓN ESCOLAR CENTRO DEPORTIVO ROBLEDO DE CHAVELA.

1. Planificación de las clases.

Todas las clases tendrán una duración de aproximadamente 30 minutos de trabajo dentro del agua.

Para todos aquellos alumnos que no puedan realizar la actividad de natación, tendrán que realizar diferentes ejercicios teóricos sobre la práctica realizada por sus compañeros o ayudas necesarias al monitor.

Las clases comenzarán el día 06 de marzo de 2023.

2. ¿Qué material tienen que traer los alumnos?

Todos los alumnos que asistan a natación tendrán que traer el siguiente material:

- Bañador.
- Gorro.
- Gafas.
- Toalla.
- Chanclas o escaarpines.
- Gel/champú, secador opcional para la ducha después de la clase

El profesor de Educación Física de los centros educativos será el encargado del traslado a la actividad, ayudado por otros maestros del centro. Del mismo modo, se encargarán de la vuelta al centro educativo.

Una vez dentro del centro deportivo, los profesores se encargarán del cambio de ropa en los vestuarios, y pasarán a todos los alumnos a la playa de la piscina, donde esperarán los técnicos de natación y el socorrista. Los técnicos ayudarán en las labores de agilizar el cambio de ropa en vestuarios, para que todo funcione correctamente.

Una vez esté todo el alumnado en la piscina, los profesores se quedarán dentro de la piscina como apoyo, para solucionar en el menor tiempo posible los problemas que pudieran surgir. Esto es importante en las primeras sesiones, hasta que los técnicos de natación conozcan y dominen al grupo.

Por último, llevarán a cabo las actividades alternativas para aquel o aquella alumno/a que no quiera realizar natación.

El centro deportivo será el encargado de llevar a cabo la actividad, su programación, el desarrollo de las clases y la evaluación de todo el alumnado.

El centro deportivo aportará todo el material auxiliar necesario para llevar a cabo las clases, así como el material para cumplir con el protocolo COVID.

3. ¿Quién desarrolla la actividad?

La actividad será desarrollada por los técnicos de natación aportados por LiderSport. Las titulaciones mínimas de todos los técnicos serán:

- Coordinador del proyecto: Aitor Quijada.
- Técnicos de natación: T.A.F.A.D. con una experiencia mínima demostrable en puestos similares de 6 meses o técnicos de natación con el curso específico para impartir la actividad, con una experiencia mínima de 3 meses en nuestro centro o 1 año en otros centros. Los técnicos están formados por LiderSport en la metodología de trabajo del proyecto de natación para cumplir los objetivos expuestos.

4. Confección de grupos y número de alumnos por técnico.

- Los grupos en cada clase se realizarán siguiendo exclusivamente el nivel de natación que tenga cada uno de los alumnos.
- Cada técnico tendrá bajo su responsabilidad a un máximo de 15 alumnos
- Para el desarrollo de la actividad se contará con 2 calles. Cada grupo ocupará 1 calles y en cada calle habrá aproximadamente 10 alumnos.

5. Grupos y días de clase.

LUGAR	CLASE	ALUMNOS	DÍAS	HORARIO	GRUPO (2 calles +1 técnico)
Colegio Ntra. Sra. De Navahonda	5º Primaria A	1	Martes	12:45-13:20	G1. 11 alumnos/as (Cada semana)
				12:45-13:20	G2. 11 alumnos/as (Cada semana)
	5º Primaria B	2	Jueves	12:45-13:20	G1. 11 alumnos/as (Cada semana)
				12:45-13:20	G2. 11 alumnos/as (Cada semana)
LUGAR	CLASE	ALUMNOS	DÍAS	HORARIO	GRUPO (4 calles+1 técnico+apoyo)
Colegio Ntra. Sra. De Navahonda	5º Primaria A	4	Lunes	12:45-13:20	G1. 11 alumnos/as (Cada semana)
				12:45-13:20	G2. 10 alumnos/as (Cada semana)
	5º Primaria B	4	Jueves	12:45-13:20	G1. 11 alumnos/as (Cada semana)
				12:45-13:20	G2. 10 alumnos/as (Cada semana)
LUGAR	CLASE	ALUMNOS	DÍAS	HORARIO	GRUPO (2 calles +1 técnico)
I.E.S Sabino Fernández Campo	2º E.S.O A	3	Jueves	08:25-09:20	G1. 11 alumnos/as (Cada 15 días)
				08:25-09:20	G2. 10 alumnos/as (Cada 15 días)
	2º E.S.O B	3	Jueves	13:35 -14:30	G1. 11 alumnos/as (Cada 15 días)
				13:35 -14:30	G2. 10 alumnos/as (Cada 15 días)
LUGAR	CLASE	ALUMNOS	DÍAS	HORARIO	GRUPO (4 calles+1 técnico+apoyo)
I.E.S Sabino Fernández Campo	1º E.S.O A	2	Miércoles	13:35 -14:30	2 GRUPOS. 10 alumnos/as (Cada 15 días)
	1º E.S.O B	2	Miércoles	13:05 -14:00	2 GRUPOS. 9 alum@s y 8 alum@s (Cada 15 días)
	1º E.S.O C	2	Viernes	13:35 -14:30	2 GRUPOS. 9 alum@s y 8 alum@s (Cada 15 días)

6. Ejemplo técnico del programa de natación escolar.

Aquí vamos a exponer una sesión tipo de lo que sería una clase para 3º de Primaria en su fase de iniciación. En esta sesión podemos ver el material que se va a utilizar, los objetivos de la misma y una descripción de los ejercicios que se van a realizar y sus objetivos específicos.

A continuación, se muestra un ejemplo de sesión para una clase de 3º de Primaria.

SESIÓN Nº:	Duración de la sesión:	Material Auxiliar a emplear:
2	30'	Flotadores (algunos niños/as) y tablas.

OBJETIVOS GENERALES DE LA SESIÓN

- Aprender a adaptarse al entorno.
- Mejorar la flotación estática ventral y dorsal.
- Aprender desplazamientos ventrales con material auxiliar.

RESUMEN DEL DESARROLLO DE LA SESIÓN

TIEMPO	DESCRIPCIÓN DE LA TAREA	OBJETIVO ESPECÍFICO
4'	Agarrados al borde con las dos manos, brazos estirados, dejamos que suban las piernas y las movemos a continuación.	Apreciar sensaciones de flotación y de batido de piernas.
4'	En la misma posición, damos un empujón en el borde, soltándonos y seguimos moviendo las piernas para llegar al borde.	Apreciar sensaciones de batida y flotación.
4'	Soltados del borde, en la misma posición, intentamos flotar sin mover las piernas y con la ayuda de una tabla.	Crear sensación de flotación.
4'	Subir y bajar agarrados al borde, saliendo de la piscina en posición ventral y entrando en la misma posición, metiendo la cabeza dentro.	Adaptación de la respiración al medio acuático.
4'	Nos sentamos en el borde y movemos las piernas dentro del agua (fuerte, su, con ruido, sin ruido).	Crear sensación de batido.
4'	Nos dejamos caer al agua, posición dorsal, y agarrados del borde dejamos que suban las piernas.	Apreciar sensación de flotación.
4'	En la misma posición, nos soltamos del borde e intentamos flotar sin mover las piernas y con la ayuda de una tabla.	Crear sensación de flotación con material.
2'	Soltados del borde, intentar flotar lo máximo posible en la posición que quieran, con y sin ayuda de tabla.	Crear sensación de flotación con material auxiliar.

**AUTORIZACIÓN DE PARTICIPACIÓN EN EL PROGRAMA DE
NATACIÓN ESCOLAR EN EL CENTRO DEPORTIVO EL LISADERO
(ROBLEDO DE CHAVELA)**

Yo D/D^a. _____ con
DNI _____ como (indicar si es padre/madre/tutor) _____

AUTORIZO:

Al alumno _____ para que acompañado de su tutor o maestro del centro se desplace el día establecido hasta el centro deportivo de Robledo de Chavela para participar en el Programa de Natación Escolar organizado y desarrollado por la empresa Centro Deportivo LiderSport Robledo de Chavela S.L., que se realizará a partir del día 06 de marzo hasta el 23 de junio de 2023.

Marcar con una "X" la casilla que corresponda:

- El alumno asistente al programa de natación escolar sabe nadar.
 El alumno asistente al programa de natación escolar no sabe nadar.

Y para que así conste firmo la presente autorización en

Robledo de Chavela a _____ de _____ de 2023.

Padre/Madre/Tutor

Fdo. D/D^a: _____

DNI _____