

ANNEXOS AN
XOS ANNEXO
NEXOS ANNEX
ANNEXOS AN

annexos
ANNEX 4

Àrea d'Activitat
Aquàtica Educativa

ANNEX 4

PROGRAMACIÓ ETAPA INFANTIL

(6 - 10 ANYS)

MODEL DE PROGRAMACIÓ

PROGRAMACIÓ ACTIVITAT AQUÀTICA EDUCATIVA

ETAPA INFANTIL 6-10 ANYS

1. Millorar l'autonomia i domini del medi aquàtic, potenciant el desenvolupament cognitiu i impulsant el desenvolupament de les capacitats per assolir una eficiència motriu dins del l'aigua.

Experimentació de les característiques de medi aquàtic i saber aprofitar-les.
 Tasques per conèixer les parts del cos i veure les possibilitats dins del medi aquàtic.
 Experimentació de canvis de postura amb variables de material, profunditat, etc.
 Experimentació de moviments bàsics relacionats amb la postura, equilibri, desplaçament.
 Tasques per aconseguir potenciar el control de la respiració.
 Treball per aconseguir una major control de les entrades i salts.
 Treball per aconseguir una major control de les immersions.
 Treball per aconseguir una major control de les flotacions.
 Treball per aconseguir una major control dels gir.
 Tasques per afavorir un desplaçament més efectiu amb propulsió.
 Experimentació de desplaçaments en diferents eixos i plans.
 Descobriments i experimentació de la percepció espai-temps.

30 set	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Experimentació de les característiques de medi aquàtic i saber aprofitar-les.	X	X	X																											
Tasques per conèixer les parts del cos i veure les possibilitats dins del medi aquàtic.	X																													
Experimentació de canvis de postura amb variables de material, profunditat, etc.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Experimentació de moviments bàsics relacionats amb la postura, equilibri, desplaçament.				X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Tasques per aconseguir potenciar el control de la respiració.					X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Treball per aconseguir una major control de les entrades i salts.						X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Treball per aconseguir una major control de les immersions.							X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Treball per aconseguir una major control de les flotacions.								X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Treball per aconseguir una major control dels gir.									X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Tasques per afavorir un desplaçament més efectiu amb propulsió.										X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Experimentació de desplaçaments en diferents eixos i plans.											X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Descobriments i experimentació de la percepció espai-temps.												X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X

2. Conèixer i dominar a nivell bàsic els estils de la natació i altres esports aquàtics.

Experimentació i domini de crol
 Propulsió i recobriment braços
 Propulsió cames
 Coordinació de braços i cames
 Respiració
 Coordinació global
 Treball continuat
 Experimentació i domini d'esquena
 Propulsió i recobriment braços
 Propulsió cames
 Coordinació de braços i cames
 Respiració
 Coordinació global
 Treball continuat
 Experimentació i domini de braça
 Propulsió i recobriment braços
 Propulsió cames
 Coordinació de braços i cames
 Respiració
 Coordinació global
 Treball continuat
 Experimentació i domini de papallona
 Moviment ondulatori
 Propulsió cames
 Propulsió braços
 Respiració
 Coordinació global
 Treball continuat
 Esports aquàtics
 Moviment ondulatori
 Propulsió cames
 Propulsió braços
 Respiració
 Altres
 Salvament aquàtic
 Fitness aquàtic
 Relaxació

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Experimentació i domini de crol																													
Propulsió i recobriment braços																													
Propulsió cames																													
Coordinació de braços i cames																													
Respiració																													
Coordinació global																													
Treball continuat																													
Experimentació i domini d'esquena																													
Propulsió i recobriment braços																													
Propulsió cames																													
Coordinació de braços i cames																													
Respiració																													
Coordinació global																													
Treball continuat																													
Experimentació i domini de braça																													
Propulsió i recobriment braços																													
Propulsió cames																													

A continuació, us deixem l'enllaç per accedir a l'arxiu Excel on trobareu el model.
Cliqueu [aquí](#).