



ACTIVITAT AQUÀTICA EDUCATIVA



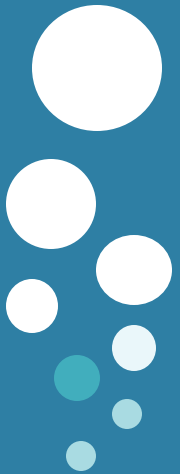
ACTIVITAT AQUÀTICA EDUCATIVA

A decorative graphic consisting of several white circles of varying sizes arranged in a vertical, descending pattern.

Metodologies

Metodologies

Finalitats



Tendència actual

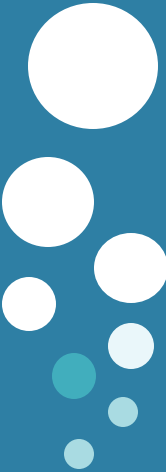
Horari extraescolar

Horari escolar



Utilitària

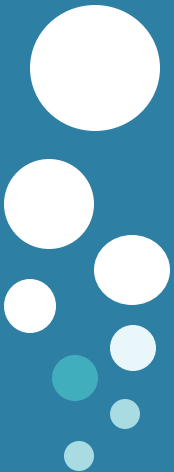
Educativa



Metodologia utilitària



- ✓ Ràpid aprenentatge
- ✓ Objectiu concret: aprenentatge dels estils de natació
- ✓ Mètode més repetitiu i analític
- ✓ Generalment menys motivant
- ✓ Es prioritza l'objectiu i no tant el nen
- ✓ Poca importància al procés



Metodologia educativa

- ✓ L'objectiu final és l'educació integral de l'infant
- ✓ No imitar i repetir
- ✓ Aprenentatge més progressiu
- ✓ Donar una base d'aprenentatge
- ✓ Mètode més variat i global
- ✓ Generalment més motivant
- ✓ Es prioritza l'evolució de l'infant
- ✓ Aprenentatge individualitzat i que perdura més

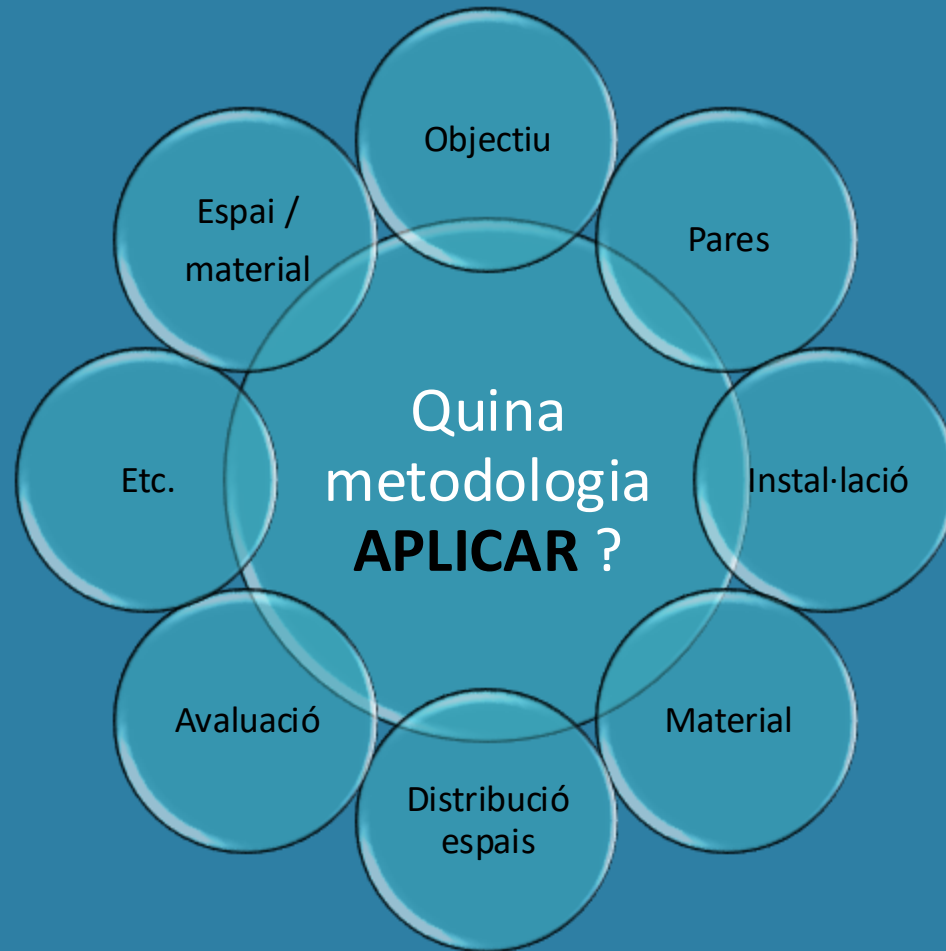


Metodologia educativa

- No ha de caure en la rutina de presentar patrons motrius que s'hagin d'imitar i repetir.
- No descuidar el procediment, ja que la base d'altres aprenentatges està en ell.
- Tant important és el resultat final com el camí utilitzat i realitzat.
- Com a tècnics aquàtics s'ha d'ensenyar a aprendre, no ensenyar per aprendre.



Quina metodologia és millor?

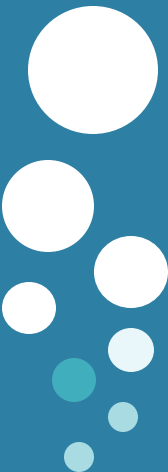


ACTIVITAT AQUÀTICA EDUCATIVA



De 3 a 4 anys

- ✓ Camina amb un punt de destí.
- ✓ Augmenta i disminueix la velocitat.
- ✓ Baixa escales ajuntant els peus
- ✓ Té un cert equilibri.
- ✓ Coordina braços i cames amb motricitat rítmica.
- ✓ Repta, gateja i s'arrossega.
- ✓ Imita gestos senzills.



De 4 a 5 anys

- ✓ Baixa escales alternant els peus.
- ✓ Equilibri portant objectes.
- ✓ Coordina moviments que permeten un equilibri estàtic i dinàmic.
- ✓ Salts d'alçada i longitud.
- ✓ Descobriment moviments asimètrics.
- ✓ Cursa amb coordinació de braços i cames
- ✓ Inici del control respiratori.



De 5 a 6 anys

- ✓ Millora la qualitat en les tasques: salt d'obstacle, longitud, equilibri, recepció, etc.
- ✓ Independència moviment de braços.
- ✓ Imitació control respiratori.
- ✓ Coneixement esquerra i dreta.
- ✓ Coneixement horitzontal i vertical.
- ✓ Augmenta capacitat d'atenció i memòria.
- ✓ Major percepció espai-temps.



De 6 a 7 anys

- ✓ Es pot iniciar l'activitat pre-esportiva.
- ✓ La força creix de forma gradual.
- ✓ La coordinació ha millorat.
- ✓ Millora de la lateralitat i coneixements espai-temps.
- ✓ Progressa en la precisió i resistència.
- ✓ Es planteja el perquè de les coses.
- ✓ Intel·ligència pràctica.



De 7 a 8 anys

- ✓ Continua madurant aspectes motrius: lateralitat, coordinació, desplaçaments, etc.
- ✓ Moviments més específics.
- ✓ Apropament pensament objectiu.

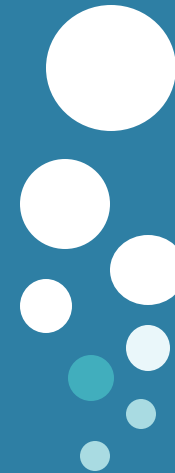


De 9 a 12 anys

- ✓ Característiques de nen/a i pre-adolescent.
- ✓ La força i resistència augmenten progressivament, però les articulacions no tenen el grau definitiu de resistència de càrregues.
- ✓ Interès per competir.
- ✓ Comença a reflexionar i a plantejar-se problemes.
- ✓ Oposició als adults.
- ✓ Apareixen líders.



ACTIVITAT AQUÀTICA EDUCATIVA

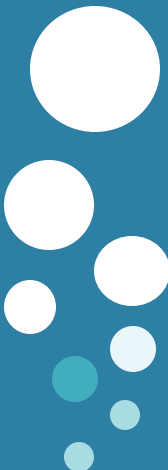


Disseny de l'activitat

Disseny de l'activitat

Mètode bàsic metodologia educativa

- ✓ Respectar l'evolució natural del nen.
- ✓ Que el nen pugui viure les seves pròpies experiències sense impositcions i alienes a la seva voluntat.
- ✓ Hem d'aprofitar totes les possibilitats de desenvolupament i consolidar-les mitjançant l'acció educativa.
- ✓ Afavorir l'adaptació a altres activitats.
- ✓ Hem de buscar l'autonomia en l'aigua en un context tridimensional.
- ✓ L'aigua com a centre de comunicacions: verbal, tònica, gestual, afectiva, etc.



Els grups

- ✓ Distribució de grups i no per nivells.
- ✓ La ràtio en funció de la seguretat.



L'espai de treball

- ✓ Que permeti un nivell òptim de seguretat.
- ✓ Delimitat.
- ✓ Adaptat a l'edat, nivell, objectiu de la sessió.
- ✓ Espai tridimensional.
- ✓ Dins i fora de l'aigua.



El material

- ✓ Fer una graduació del seu ús.
- ✓ Interferències positives: motivació, varietat, suport, etc.
- ✓ Interferències negatives: estímuls alterats i dependència.
- ✓ Donar versatilitat al seu ús.
- ✓ Buscar material alternatiu.



El tècnic aquàtic

- ✓ Empàtic.
- ✓ Dinamitzador.
- ✓ Motivador.
- ✓ Comunicador.
- ✓ Pacient.
- ✓ Programador.
- ✓ Adaptador.



Estructura de la sessió

- A. Informació.
- B. Activació.
- C. Assoliment d'objectius.
- D. Estabilització.
- E. Feed - back final.



Avaluació

- ✓ Objectiva
- ✓ Continua
- ✓ Facilitada
- ✓ Programada
- ✓ Valorar els aprenentatges
- ✓ Descriptiva



ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL

ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL



La seguretat

La seguretat

La seguretat

Aprenentatge aquàtic



Control visual

- Tenir sempre la totalitat del grup dins del nostre camp de visió.
- Durant tot el temps.
- Hem de conèixer el nombre d'alumnes participants en la sessió.
- Desplaçaments d'esquena i de cara al grup.
- La nostra posició sempre ha de garantir el control visual constatat i de tot el grup.



Presència immediata

- Accés ràpid en cas d'incidència amb tots els alumnes.
- Graduar el nombre d'alumnes dins del medi aquàtic.
- Mai deixar el grup sol.



Acotació d'espais

- Acotació en funció de l'ús real: edat, objectius de la sessió, nivell dels alumnes, etc.
- Ha de permetre la presència immediata.
- Per a facilitar la identificació per part dels alumnes.



No ajuntar grups

- Provoca desconeixement dels altres alumnes.
- Pot provocar relaxació i descoordinació entre els tècnics.



Prevenció de riscos

- Desplaçaments
 - Analitzar zones de pas i de possible risc.
 - Han de ser controlats i tranquils.
 - Mai l'han de fer sols.
- Atenció a moments concrets: passar llista i explicació d'activitats
- Les tasques seleccionades
- Final de la sessió



Material

- Possibles cops al fer equilibris.
- Perill de material lliscant.
- Estat del material o altres usos.



ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL

ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL



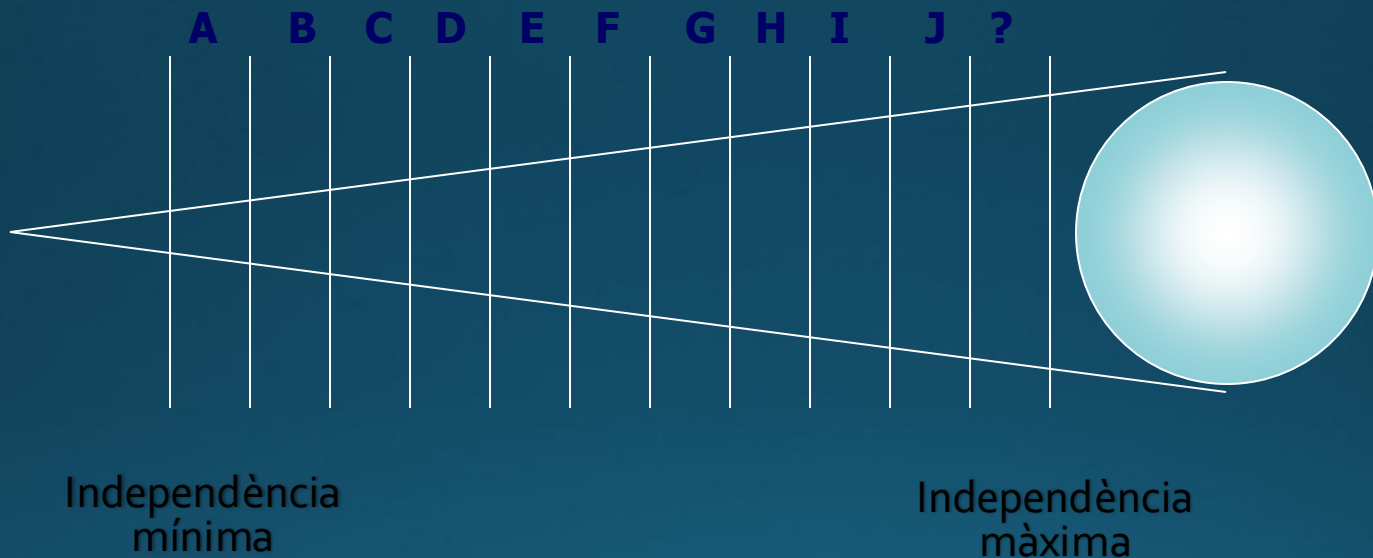
Estils d'ensenyança

Estils d'ensenyança

Estils d'ensenyança

Reproducció

Producció



Estils d'ensenyança

Reproducció



■ Comandament directe

■ Assignació de tasques

■ Recíproc

■ Autoavaluació

■ Inclusió

Producció



■ Descobriment guiat

■ Resolució de problemes

■ Programa individualitzat

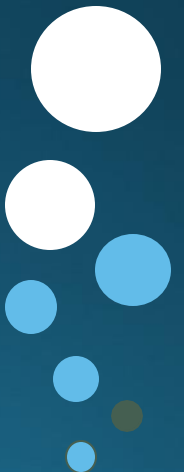
■ Alumne iniciat

■ Autoensenyança



APLICACIÓ

- No tots els estils són vàlids per a tots els objectius ni continguts.
- No tots els estils són vàlids per a tots els tècnics aquàtics.
- S'ha de tenir varietat en la seva aplicació.



Comandament directe

- El contingut s'aprèn per memòria immediata i es basa en repeticions.
- El tècnic selecciona els continguts i les tasques.
- Mitjançant la repetició s'aconsegueix uniformitzar l'execució del grup.
- L'alumne experimenta ràpids progressos.
- S'eliminen desviacions individuals sobre l'objectiu final.



Assignació de tasques

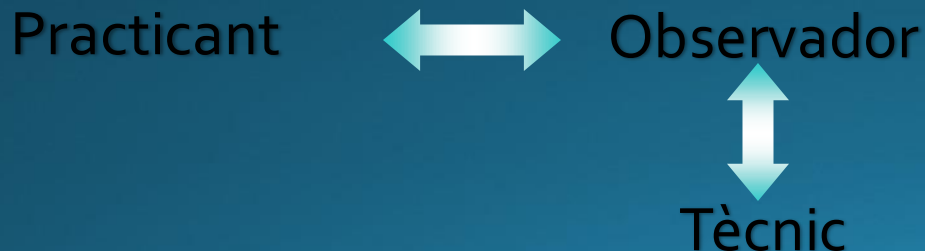
- L'educador estableix els objectius i l'execució de les tasques.
- Normalment s'estableix el nombre i temps d'execució.
- Els alumnes poden prendre certes decisions durant la pràctica.
- Experimenten l'inici de la independència.



Recíproc

Objectius

- Poder repetir les tasques amb un observador personal
- Feedback immediat per un altre company.
- Comentar amb un company aspectes de la tasca.
- Participar en les fases del procés educatiu.
- Desenvolupar un vincle social més enllà de la tasca.



Recíproc II (aplicació)

Abans

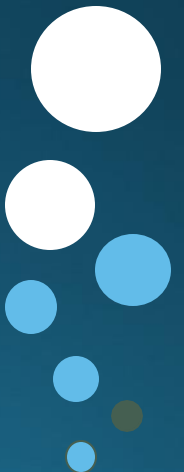
- El tècnic explica breument els objectius de l'estil.
- Marca la tasca a realitzar.
- Explica les vies de comunicació i els rols

Durant

- L'observador mira i valora l'execució respecte als criteris donats pel tècnic.

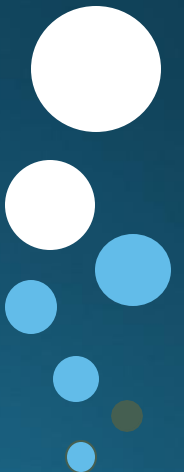
Després

- L'observador dóna el feedback corresponent.
- L'observador només es comunica amb el tècnic.
- Al finalitzar la tasca, el tècnic canvia els rols.



Autoavaluació

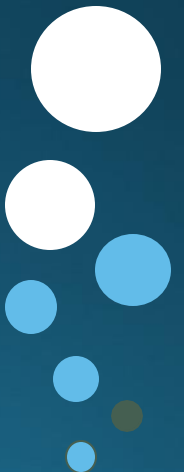
- Es valora la independència de l'alumne.
- Es confia en la honestedat durant el procés.
- Pot treballar individualment.
- L'alumne identifica millor les seves limitacions, èxits i fracassos.
- L'alumne ho utilitza com a un feedback.



Inclusió

Objectius

- Facilita la participació de tothom.
- Participació segons el propi nivell d'execució.
- Moltes possibilitats d'èxit per a tots els alumnes.
- Conèixer la relació entre les aspiracions i la realitat de l'execució.
- Major individualitat.



Inclusió II (aplicació)

Abans

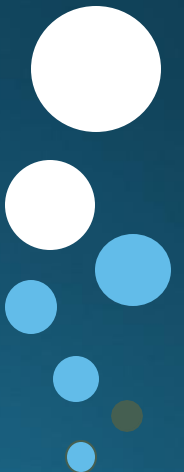
- El tècnic marca la tasca a realitzar i prepara les possibles individualitats.

Durant

- Els alumnes observen les tasques i les opcions d'execució.
- Els alumnes valoren i seleccionen amb ajuda del tècnic la opció que considerin més adient al seu nivell.

Després

- El tècnic dóna un feedback de la tasca.



Descobriment guiat

Objectius

- Iniciar l'alumne en el procés de descobriment.
- Desenvolupament de l'acció cognitiva entre la pregunta i la resposta.
- Desenvolupament de la creació d'una o més resposta.
- Desenvolupament de la paciència del tècnic i de l'alumne.



Descobriment guiat (aplicació)

Abans

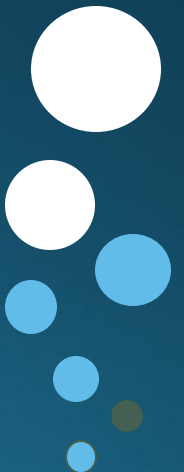
- El tècnic ha de conèixer el camí que es seguirà per arribar al descobriment.

Durant

- El tècnic ha de presentar molt bé la resposta.
- Esperar la resposta de l'alumne.
- Donar feedbacks, però no donar mai la resposta.
- Mantenir un clima d'acceptació i paciència.

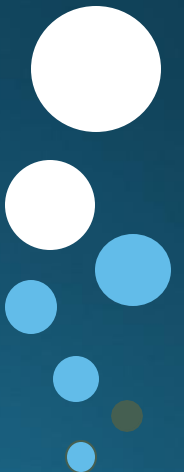
Després

- Si la resposta no és correcta, comprovar que s'hagi explicat i entès bé.
- Buscar passos més petits i intermedis en cas necessari.



Resolució de problemes

- Estimula les capacitats cognitives del professor en el plantejament dels problemes.
- Estimula les capacitats cognitives per al descobriment de múltiples solucions per als problemes.
- Fa conèixer l'estructura de l'activitat i incrementa els nivells de seguretat afectiva.



Disseny de l'alumne

- Dóna la possibilitat de que l'alumne desenvolupi un programa per si mateix.
- Requereix coneixement dels estils anteriors.
- S'ha de tenir una gran capacitat afectiva.



Alumne iniciat

- Igual que l'anterior però l'alumne està preparat per a marcar els criteris d'inici, ritme de desenvolupament i final de l'activitat.



Autoensenyança

- No es produeix a les sessions.
- Totes les decisions són de l'alumne.



ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL

ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL



Recursos i orientacions

Recursos i orientacions

Piscina fonda

- Crear circuits: zones de recolzament, màrfegues, platja de la piscina, etc.
- VARIETAT de material auxiliar de flotació.
- Utilitzar la platja de la piscina: construcció, transports, desplaçaments, etc.
- Protagonisme de les sureres principals i auxiliars, parets, màrfegues, barres, etc.



Ràtio elevada

- Activitats per parelles, grups, etc.
- Utilitzar la platja de la piscina.
- Treball per estacions.
- Crear circuits.
- Treball en estàtic.
- Treball amb l'ample de la piscina.
- ...



Diferents nivells / incorporació posterior

- Igual que amb ràtio elevada i ...
- Treball individualitzat.
- Treball sòcio-afectiu per a donar confiança i seguretat.
- Consolidació de continguts per a la resta d'alumnes.
- Activitats alternatives amb mateix objectiu.
- Estil d'inclusió i recíproc.
- No forçar i tenir paciència.



Nens amb fòbia a l'aigua

- Ambient lúdic i agradable, i treball sòcio-afectiu per a donar confiança i seguretat.
- Treball individualitzat.
- Activitats alternatives amb mateix objectiu.
- Consolidació continguts per a la resta d'alumnes.
- Activitats en la platja.
- Treball amb material d'aigua, però a fora.
- Jocs d'aproximació.
- Tasques de col·laboració.
- Circuits.
- No forçar i tenir paciència.
- Activitats per a descobrir el motiu.



Poc material

- Major inventiva.
- Fer la presentació molt progressiva.
- Construcció de material alternatiu.



Problemes de comportament

- Molta, molta, molta paciència.
- NO privar-lo de la pràctica.
- NO castigar, buscar l'origen i intentar buscar solucions.
- Activitats alternatives i continuades: no com a càstig.
- Major o menor protagonisme.
- Mateix objectiu, però activitats menys motivant.
- Si el privem de la pràctica o el castiguem... fem una autoavaluació del perquè ho fem.



ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL

ACTIVITAT AQUÀTICA INFANTIL



| La programació

La programació

Característiques

- Cada edat és diferent, cada edat requereix una programació específica.
- S'ha de treballar sobre una programació marcada al inici; posteriors adaptacions.
- Totes les sessions s'han de programar segons uns objectius, no segons un material.
- No només ha de contemplar tasques, sinó també altres valors educatius.



Objectius etapa infantil

1. Facilitar l'adaptació del nen a l'entorn i al medi. Aconseguir que es familiaritzi.
2. Potenciar l'autonomia del nen/a.
3. Potenciar el desenvolupament motor.
4. Conèixer i consolidar l'esquema corporal.
5. Experimentar el control postural dins del medi aquàtic.
6. Afavorir el desenvolupament de la personalitat.



Objectius etapa infantil

7. Aconseguir que l'activitat aquàtica representi un hàbit agradable.
8. Conèixer els hàbits higiènics i les normes a seguir.
9. Potenciar el coneixement del vocabulari, sobretot vinculat a l'activitat aquàtica.



Objectius etapa primària

1. Potenciar el desenvolupament de l'esquema corporal.
2. Potenciar el desenvolupament (físic i psicològic) de l'alumne mitjançant un treball de percepció i coneixement del propi cos.
3. Potenciar el desenvolupament de les pròpies capacitats per arribar a una eficiència motora en el medi aquàtic.
4. Potenciar el coneixement del vocabulari, sobretot vinculat a l'activitat aquàtica.



Objectius etapa primària

7. Potenciar la creativitat, vivències i coneixements; augmentar les capacitats expressives i intel·lectuals.
8. Aportar els coneixements necessaris per a crear hàbits positius de tipus higiènic i de relació.
9. Potenciar la capacitat d'atenció i d'anàlisi.
10. Aconseguir que l'activitat aquàtica representi un hàbit agradable.

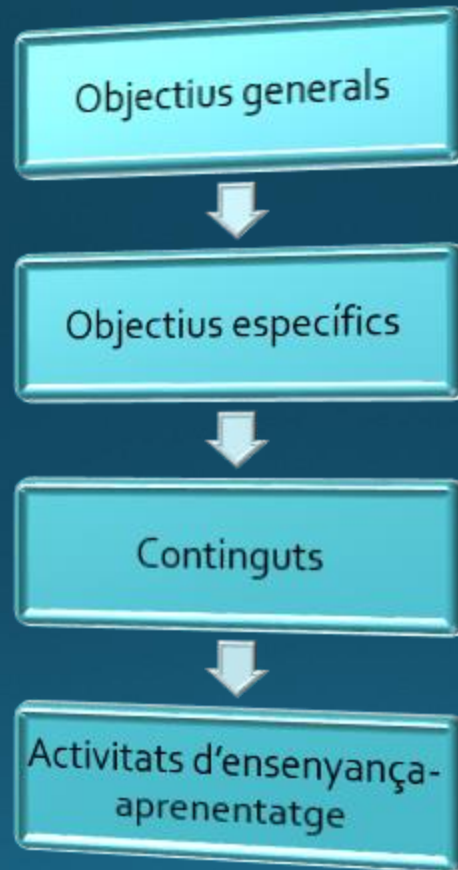


Objectius de la ESO

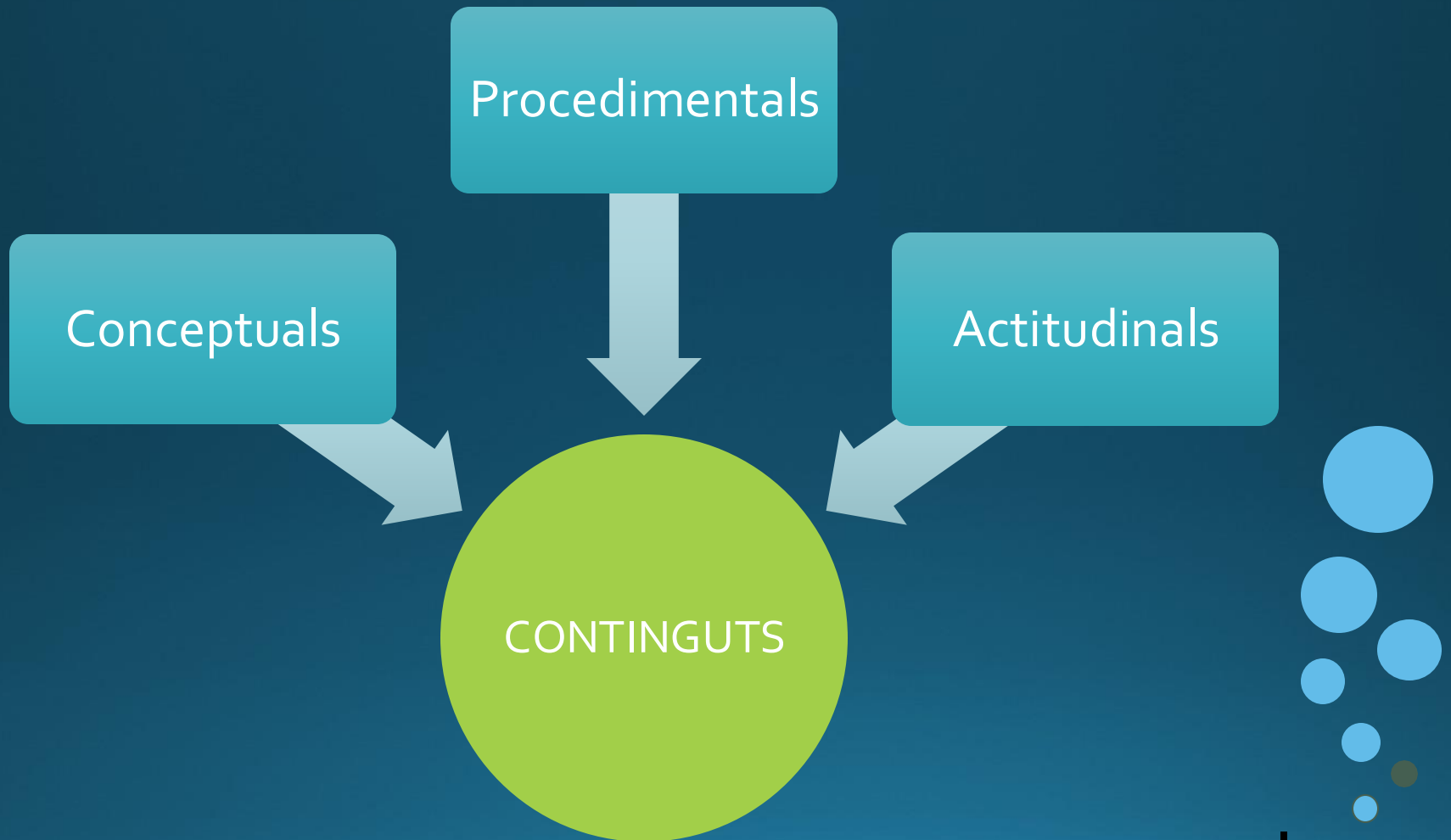
1. Millorar les capacitats funcionals.
2. Superar els seus límits.
3. Ajustar i millorar el concepte d'ell mateix.
4. Gaudir del seu cos i la pràctica físico-esportiva.
5. Comunicar-se, compartir... aconseguir la participació i pertànyer a un col·lectiu.
6. Treballar en cooperació i saber competir.



Estructura de la programació



Continguts



Continguts procedimentals

DESPLAÇAMENT
SENSE
RECOLZAMENT

LLISCAMENT

RESPIRACIÓ

SALTS

FLOTACIÓ

DESPLAÇAMENT

INMERSIÓ

FAMILIARITZACIÓ

