

CANGREJOS

INICIACIÓN 0

 Actividad infantil

DESCRIPCIÓN

Actividad de iniciación a la natación dirigida a niños y niñas de aproximadamente 3 a 4 años, en la que se produce el primer contacto con el medio acuático sin acompañamiento directo de una persona adulta.

A través del juego y la experimentación, se favorece la adaptación progresiva al agua, el desarrollo de la confianza y la seguridad en el entorno acuático. Se trabajan las primeras habilidades básicas como la respiración, la flotación y los desplazamientos con ayuda, promoviendo una experiencia positiva, autónoma y motivadora desde las primeras etapas de aprendizaje.

OBJETIVOS

- Favorecer la adaptación al medio acuático de forma progresiva y segura.
- Desarrollar la confianza y la autonomía básica en el agua.
- Iniciar el control respiratorio y la inmersión.
- Experimentar diferentes posiciones de flotación con ayuda.
- Realizar desplazamientos básicos con apoyo material.
- Participar en juegos acuáticos sin miedo, favoreciendo la interacción y disfrute.

RECOMENDACIONES

- Asistir con regularidad para favorecer la adaptación y progresión.
- Utilizar el material obligatorio en cada sesión.
- Respetar el ritmo individual de cada niño o niña.
- Evitar generar presión o situaciones de inseguridad.
- Seguir las indicaciones del personal técnico.
- Mantener hábitos de higiene antes y después de la actividad.



Piscina cubierta (vaso de hidromasaje)



17 grupos de lunes a viernes de 17:00 a 17:40 h. o de 17:45 a 18:20 h. o sábado 10:15 a 10:55 h. o 12:15 a 12:55 h. Castellano y euskera.



Del 1/10/2026 al 31/05/2027



CONTENIDOS

Adaptación al medio



Flotación



Respiración



Propulsión



Coordinación - Estilos



PERFIL ACTIVIDAD

Nivel esfuerzo



Nivel técnico



Atención - concentración



Demanda cardiovascular



Componente lúdico

