

INFORMACIÓ CURSETS NATACIÓ INFANTIL I NATACIÓ NADONS CEM MASQUEFA CURS 2024-2025

Calendari de l'activitat

CALENDARI ACTIVITATS INFANTILS CEM MASQUEFA 24-25

09 SETEMBRE						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
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						

10 OCTUBRE						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
	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	31			

11 NOVEMBRE						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
				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	

12 DESEMBRE						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
						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	31					

01 GENER						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
		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	31		

02 FEBRER						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
					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		

03 MARÇ						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
					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
31						

04 ABRIL						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
	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				

05 MAIG						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
			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	31	

06 JUNY						
DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DG
						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						

- 2/9 Inici activitats (pàdel, natació i nadons)
- 9/9 Inici ball infantil
- Període no lectiu. No hi ha activitat
- Finalització de les activitats
- Festius
- Tancament instal·lació 20.30
- Portes obertes

HORARIS

ESCOLA NATACIÓ CEM

HORA		DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
17.20	18.00	NADONS 6-18 m	NADONS 6-18 m	NADONS 18-36 m		
17.10	18.00	P3-P5 iniciació	PROPOSTA AFEGIR UN	P3-P5 iniciació	P3-P5 iniciació	P3-P5 iniciació
18.10	19.00	P4-P5 avançat	1R-2N	P4-P5 avançat	P4-P5 avançat	P4-P5 avançat
18.10	19.00	P3-P5 iniciació	1R-2N	P3-P5 iniciació	3R-4T	1R-2N
19.10	20.00	5È-ESO		5È-ESO		5È-ESO
*QUOTA MENSUAL		De setembre a juny		abonat	no abonat	
				20,00 €	27,00 €	
				17,00 €	22,00 €	
				28,00 €	38,00 €	

INSCRIPCIONS OBERTES
Inici curs: dilluns 2 de setembre 2024

* Preus subjectes a tarifes vigents

INFORMACIÓ I ORGANITZACIÓ

- Cal portar casquet de bany, banyador, tovallola/barnús i xancletes/escarpins.
- Recomanem portar ulleres de piscina
- Els monitors/es recolliran als infants a la porta de la piscina
- Els primers dies es faran proves de nivell per definir els grups
- Es farà entrega d'un informe de seguiment a finals del primer trimestre i un altre al final de l'últim trimestre.
- Tot i que organitzem els grups per edats, es treballarà amb cada infant els continguts adequats al seu nivell. Fent d'aquesta manera una aprenentatge progressiu.
- Es faran 2 jornades de portes obertes, on les famílies podran accedir a les grades per veure la sessió. Aquestes jornades es faran la última setmana de classe de desembre i la última setmana de curs.

ORGANITZACIÓ DELS VESTIDORS

A la franja de les 17.00, 2 dels vestidors seran mixtes. D'aquesta manera, podran conviure adults nens, nenes, homes i dones.

A partir de 1r, els infants han d'anar al vestidors del seu gènere

ORGANITZACIÓ VESTIDORS DE GRUPS

	MASCULÍ 1	MASCULÍ 2	FEMENÍ 1	FEMENÍ 2
17.00-18.00	P3, P4, P5	MIXTE	P3, P4, P5	MIXTE
18.00-19.00	1R, 2N, 3R, 4T	5É, ESO	1R, 2N, 3R, 4T	5É, ESO

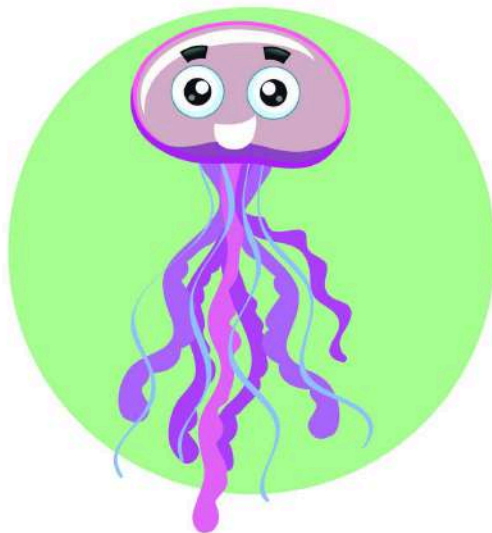
OBJECTIUS PER GRUPS



CLOÏSES
12 a 18 mesos

OBJECTIUS

- 1- Experimentar diferents situacions i accions motrius en el medi aquàtic amb i sense progenitors.
- 2- Experimentar amb el propi cos en un entorn diferent de l'habitual, iniciació i familiarització amb el medi aquàtic.
- 3- Treballar moviments rudimentaris a l'aigua, control postural, desplaçaments ventrals, dorsals i girs.
 - Flotacions: dorsals, ventrals (mantenint en tot moment el cap fora de l'aigua, fent moviments coordinats).
- 4- Realitzar activitats que exposen el nadó en relació amb l'entorn físic, objectes.
 - Utilitzar diferents materials didàctics de flotació.
 - Manipular diferents joguines, de diferents mides i textures.
 - Utilitzar música ambiental.
 - Jugar amb la diferència de temperatura de l'aigua de les dutxes i la del vas.



MEDUSES
18 a 24 mesos

OBJECTIUS

- 1- Experimentar diferents situacions i accions motrius en el medi aquàtic amb i sense progenitors.
- 2- Experimentar amb el propi cos en un entorn diferent de l'habitual, iniciació i familiarització amb el medi aquàtic.
- 3- Treballar moviments rudimentaris a l'aigua, control postural, desplaçaments ventrals, dorsals i girs.
 - Flotacions: dorsals, ventrals (mantenint en tot moment el cap fora de l'aigua, fent moviments coordinats).
- 4- Realitzar activitats que exposen el nadó en relació amb l'entorn físic, objectes.
 - Utilitzar diferents materials didàctics de flotació.
 - Manipular diferents joguines, de diferents mides i textures.
 - Utilitzar música ambiental.
 - Jugar amb la diferència de temperatura de l'aigua de les dutxes i la del vas.





CAVALLET DE MAR

24 a 36 mesos

OBJECTIUS

- 1- Potenciar activitats on interactuï amb l'entorn físic (manipulació d'objectes).
- 2- Estimular l'aspecte psicomotriu.
- 3- Desenvolupar les habilitats motrius bàsiques del nen/a. Iniciar els desplaçaments auxiliats, posteriorment autònoms.
- 4- Potenciar entrades autònomes a l'aigua.
- 5- Iniciar desplaçaments subaquàtics.
- 6- Treballar equilibris i girs dins de l'aigua.
- 7- Treballar els llançaments d'objectes.
- 8- Experimentar la flotació, lliscament.



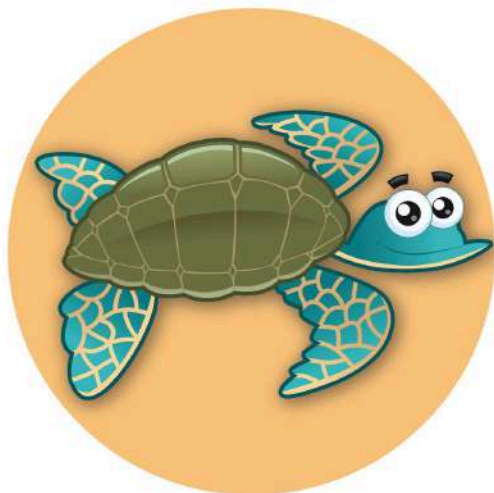
CRANCS

P3-P5 iniciació

OBJECTIUS

- 1- Realitzar el cicle respiratori.
- 2- Saltar des del nivell de platja.
- 3- Realitzar moviments de propulsió de forma autònoma amb diferents materials auxiliars.
- 4- Conèixer i experimentar les sensacions del cos dins l'aigua.
- 5- Acceptar i conèixer els companys, tècnics i context.
- 6- Adquirir confiança en l'activitat aquàtica.
- 7- Diferenciar els diferents segments corporals.
- 8- Distingir diferents tipus de material de flotació.
- 9- Conèixer i experimentar de manera positiva les sensacions del cos en contacte amb l'aigua, sensacions d'equilibri i desequilibri constants.
- 10- Experimentar conceptes com la flotació, el lliscament, la propulsió.
- 11- Diferenciar que han de fer per desplaçar-se, buscar moviments propulsius.
- 12- Diferenciar quin tipus de moviments han de realitzar per trobar l'orientació espacial desitjada.





TORTUGUES

P4-P5 avançat

OBJECTIUS

- 1- Propulsar-se utilitzant cames i braços alternativament.
- 2- Experimentar la flotació pròpia i dels elements.
- 3- Fer desplaçaments sense material auxiliar.
- 4- Realitzar petites apnees.
- 5- Realitzar respiracions frontals amb desplaçaments.
- 6- Distingir diferents tipus de material de flotació.
- 7- Conèixer i experimentar de manera positiva les sensacions del cos en contacte amb l'aigua, sensacions d'equilibri i desequilibri constants.
- 8- Experimentar conceptes com la flotació, el lliscament, la propulsió.
- 9- Diferenciar que han de fer per desplaçar-se, buscar moviments propulsius.
- 10- Diferenciar quin tipus de moviments han de realitzar per trobar l'orientació espacial desitjada.



POPS

1r-2n

OBJECTIUS

- 1- Fer desplaçaments de forma autònoma i sense l'ajuda de material auxiliar al vas profund.
- 2- Agafar objectes situats a 1,5 metres de fondària.
- 3- Realitzar salts i equilibris sobre tapissos.
- 4- Mantenir una correcta posició hidrodinàmica en l'estil d'esquena.
- 5- Realitzar la respiració unilateral, coordinant-la amb el moviment de braços.
- 6- Conèixer els diferents materials.
- 7- Conèixer les normes dels principals jocs i tasques proposades.
- 8- Conèixer els equipaments esportius necessaris per a practicar cada esport, així com els materials específics.
- 9- Respectar les normes dels diferents jocs i exercicis proposats.



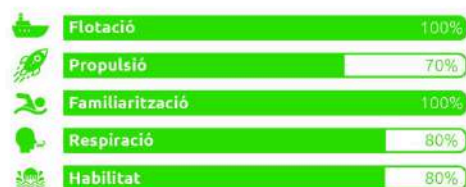


MANTES

3r-4t

OBJECTIUS

- 1- Realitzar qualsevol tipus de desplaçament aquàtic sense ajuda de material auxiliar.
- 2- Agafar objectes de la màxima fondària de la piscina, diferenciant colors, mides...
- 3- Realitzar correctament salts amb entrada de cap.
- 4- Fer 25 metres coordinant correctament el moviment de braços i cames en l'estil de crol.
- 5- Fer 25 metres coordinant correctament el moviment de braços i cames en l'estil d'esquena.
- 6- Iniciar la respiració bilateral en l'estil de crol.
- 7- Conèixer diferents principis del medi aquàtic (propulsió, flotació, hidrodinàmica...).
- 8- Conèixer les normes dels principals jocs i tasques proposades.
- 9- Conèixer els equipaments esportius necessaris per a practicar cada esport, així com el material específic.

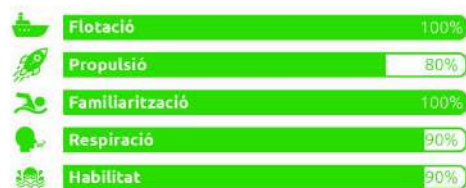


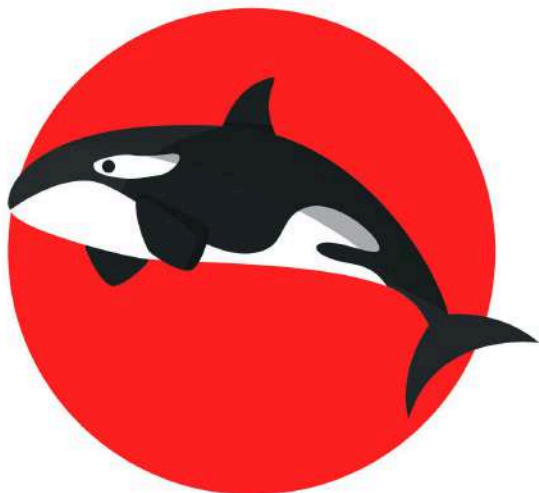
DOFINS

5è

OBJECTIUS

- 1- Nedar perfectament l'estil del crol, segons els criteris establerts.
- 2- Nedar perfectament l'estil d'esquena, segons els criteris establerts.
- 3- Nedar en l'estil de crol, realitzant diferents tasques paral·leles (girs, llançaments, canvis de ritme...).
- 4- Nedar amb la tècnica bàsica de l'estil de braça.
- 5- Realitzar desplaçaments subaquàtics en mitja piscina.
- 6- Conèixer i diferenciar els diferents estils de natació.
- 7- Conèixer diferents principis del medi aquàtic (propulsió, flotació, hidrodinàmica...).
- 8- Conèixer els equipaments esportius necessaris per a practicar cada esport, així com els materials específics.

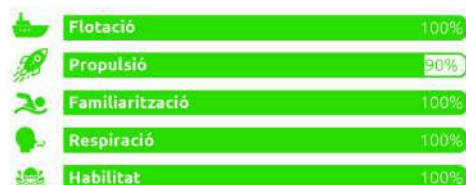




ORQUES 6é

OBJECTIUS

- 1-Realitzar desplaçaments coordinats durant més de 100 metres en els estils de crol i esquena.
- 2- Nedar correctament l'estil de braça.
- 3- Iniciar la tècnica de braços de l'estil de papallona.
- 4- Iniciar la tècnica de cames de l'estil de papallona.
- 5- Realitzar viratges de crol i esquena.
- 6- Executar els viratges de braça i papallona.
- 7- Realitzar elements bàsics de waterpolo (conduccions, passades, salts).
- 8- Realitzar desplaçaments subaquàtics al llarg de mitja piscina realitzant tasques paral·leles.
- 9- Conèixer i diferenciar els diferents estils de natació.
- 10- Conèixer diferents principis del medi aquàtic (propulsió, flotació, hidrodinàmica...).
- 11- Conèixer les normes dels principals jocs i tasques proposades.
- 12- Conèixer els equipaments esportius necessaris per practicar cada esport, així com els materials específics.



TAURONS ESO

OBJECTIUS

- 1-Nedar més de 200 metres coordinant cadascun dels estils treballats: crol, esquena i braça.
- 2- Coordinar completament els diferents moviments de l'estil de papallona.
- 3- Fer un desplaçament subaquàtic de 20 metres.
- 4- Fer correctament els viratges i sortides dels estils de crol, esquena, braça i papallona.
- 5- Executar elements de la tècnica i tàctica individual en el waterpolo.
- 6- Realitzar un salvament aquàtic bàsic, respectant correctament els diferents passos.
- 7- Conèixer procediments i conceptes bàsics del socorrisme.
- 8- Conèixer aspectes bàsics del waterpolo i d'altres disciplines aquàtiques.
- 9-Conèixer i diferenciar els diferents estils de natació.
- 10- Conèixer diferents principis del medi aquàtic (propulsió, flotació, hidrodinàmica...).
- 11- Conèixer les normes dels principals jocs i tasques proposades.
- 12- Conèixer els equipaments esportius necessaris per practicar cada esport, així com els materials específics.



