



ESCOLA ESPORTIVA CLUB NATACIÓ BANYOLES

CURS ESCOLAR 2019-20



**CURSET DE
NATACIÓ**

+

**EDUCACIÓ FÍSICA
DE BASE**



Diferents opcions
i horaris

Per a infants de P3 a Primer!

MÉS INFORMACIÓ: **972 570 859** www.cnbanyoles.cat



ESCOLA ESPORTIVA CLUB NATACIÓ BANYOLES

CURS ESCOLAR 2019-2020

NIVELL A1

Infants que cursaran P3 i P4

NIVELL A2

Infants que cursaran P5 i 1r

MODALITATS

- 2 sessions setmanals:** 1 sessió de natació + 1 sessió d'educació física de base
3 sessions setmanals: 1 sessió de natació + 2 sessions d'educació física de base
2 sessions de natació + 1 sessió d'educació física de base

OPCIONS HORÀRIES

CURSET DE NATACIÓ *

EDUCACIÓ FÍSICA DE BASE - NIVELL A1 (Infants que cursaran P3 i P4)

DILLUNS i DIMECRES, DE 17:00 a 17:45h.

EDUCACIÓ FÍSICA DE BASE - NIVELL A2 (Infants que cursaran P5 i 1r)

DILLUNS, DE 17:50 a 18:35h.

DIVENDRES, DE 17:00 a 17:45h.

Per motius tècnics, no es podrà realitzar una sessió de natació i una de EFB en el mateix dia.

METODOLOGIA

A través de la pràctica de circuits, formes jugades, situacions problema, joc simbòlic...que garanteixin un desenvolupament equilibrat i adequat a cada etapa.

CONTINGUTS

- Millorarem el desenvolupament motor a partir del treball de les habilitats motrius bàsiques (desplaçaments, salts, girs i manipulació d'objectes), i de les capacitats físiques bàsiques (força, resistència, velocitat i flexibilitat) i motrius (coordinatives i perceptiu-motrius) implicades.
- Pràctica motriu adaptada al procés maduratiu de l'esportista.

OBJECTIUS

- Incrementar la competència motriu dels infants, afavorint el seu desenvolupament integral i harmònic.
- Desenvolupar les capacitats sòcio-motrius.

AVALUACIÓ

Control i seguiment de l'esportista a través de processos d'observació i d'experimentació. Informe trimestral.

* MÉS INFORMACIÓ: **972 570 859** www.cnbanyoles.cat

