

PRIMER TRIMESTRE

		OCTUBRE										NOVEMBRE										DECEMBRE																																																					
		DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DLL	DM	DC	DJ	DV	DS	DLL	DM	DC	DJ	DV	DS																																						
CURS		28	29	30	1	2	3	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15	16	17	19	20	21	22	23	24	26	27	28	29	30	31	2	3	4	5	6	7	9	10	11	12	13	14	16	17	18	19	20	21	23	24	25	26	27	28	30	1	2	3	4	5	7	8	9	10	11	12	14	15	16	17	18	19	21	22
		1	2					3					4					5					6					7					8					9																																					
		ACTIVITATS					ACTIVITATS					ACTIVITATS					ACTIVITATS					ACTIVITATS					ACTIVITATS					ACTIVITATS					ACTIVITATS																																						
P3		Tasques i jocs dirigits d'apropament al nen amb espai i ensenyant. Assignació tasques.					Formes jugades per descobrir possibilitats de manip., entrar i moure's a l'aigua. Adaptar possib. d desplaç. Fora aigua dintre.					Activ. Per relacionar parts cos amb accions dins aigua.					P-3: Activitats diferents manipulacions i desplaç. Amb material dif. P4: Jocs/activ. Contacte amb diversitat material.					P-3: Activ/jocs contacte d vies respira. amb aigua (bufar, escopir...) P4: Tasques/jocs intro fase espiració amb vies resp. Amb aigua.					P-3: Activ. desplaç. i mobilitat amb material. variar possib. de suport i mov. P-4: Act. combinin Diferents fases resp. i manipulac. Material amb ajuda vies resp.					P-3: Activ. Realitz. Dif. fases resp. En dif. Moments i accions. Manipular material. P-4: Act. Amb immersió a partir joc. Variat recolz. Aprof. Pos. Ventral.					P-3: Act. Que ajudin afiançar continguts. / P-4. Jocs i acti. que impliquin immersió dif. Posic. Intro acció sencilla (durant fase subaquà) (recollir obj, gestos..)					P-3: Act. Facilitin inici. Immersió cos i vies resp. / P-4. Joc i activ. Petits grups o parelles. Comb. accions immersió i resp.																																	
P4		Tasques i jocs dirigits d'apropament al nen amb espai i ensenyant. Assignació tasques.					Activi. A relacionar parts del cos amb accions dins l'aigua. Assignació de tasques.					Tasques i jocs incloguin fase espiració amb vies resp. En contacte amb l'aigua.					Activ. i jocs a partir llisc. ventral s'hagin adaptar fases resp.					Jocs intro immersió buscant profund. Incidir en horitzontalitat del cos. Estil inclinat.					Activ. on combinin fases de resp. a un llisc., immersió o petit desplaç. Descobrimet guiat.					Activ. de construcció, llanç. i recepcions material en petits grups o parelles.					Jocs o activi. Impliquin lliscaments durant immersió i a l'inrevés.					Equilibris i situac. De desequilib. En difer. Posicions amb ajuda material (asseguts, de peu, estriats) Resol. de conflictes.																																	
P5		Activitats reconeix. Medi / Formes jugades contacte amb aigua / Tasques d'entrada a l'aigua					Indic. normes hàbits sessió activitats / Activitats contacte parcial-total amb aigua / Descob. sensacions i contacte i mov. segments corp. a l'aigua. / fer onades, esquitjar..					Act. variades d desplaç. amb recolz. extern, reconeixent espai d treball, variant tipus desplaç i direccions / Activ. Descoberta dif. Mov. Segment corporals. Mob. Articular amb/sense material					Acti. Implicació vies resp. Amb aigua, petites immersions amb i/o sense suport extern. ESTIL INCLUSIÓ/ formes jugades variant us vies resp. (nas, boca..)					Acti. Buscar posic. Ventral cos i immersió de la cara, variar recolz extern. / 1era info a l'alumne: ascensió per empenya aigua a immersió/ descubi posicions per immersió.					Formes jugades immersió petites prof. / Acti. Intro accions, mov. i desplaç. Bàsics en immersió. / immersions en parelles. ESTIL RECIPROC					Activ. q produeixin lliscament modif. situació inici:paret, màrrega tobogan./Activi. Llisc. variant posició execució/llisc diferents recolzaments externs.					Activ. afianç. i consolidació posició i lliscament ventrals / Accions combinin llisc. ventral i immersió per produir flotació final. DESCOBRIMENT GUIAT.					Afiانç. Resp. immersió, i lliscaments. Varietat de possibilitats, de posicions, materials. / Jocs persecució q impliquin llisc., immersions, vies respir...																																	
1er		Activ. Introducció a l'aigua i immersió. Progressar cap a accions més complexes en immersió					Acti. Immersions buscant diver. Posicions en dif. Profun. / Accions diverses buscant segmentacions hemisferis (esquerre/dreta)					Activ. Llisc. ventral variant prof. i intro del llisc. Dorsal/immersions amb i sense desplaç. espirant tot l'aire.					Experimentar a partir lliscaments. Reacció moviments diferents Segments corporals/Material flotac. Realitzar accions d'equilibri.					Acti. Immers., llisc i desplaç. A partir salt. Alternar us suport extern/ Parelles experim. Fases resp en flotació					Un cop realitzat desplaç. es fa llisc. fins quedar-se aturat. / Circuit amb desplaç. subaquàtic en espiració i aturades en inspiració.					Realit. Petits recorreg. en posic. Ventral amb ajuda o n material/Experim. Girs sobre eix longitudinal del cos/Circuit combi. Girs-immersions					Activ. Amb dif. Entrades aigua: de posició, d'alçada. / Joc per parelles tasca col·laborant entre companys.					Afiانç. Llisc., ús segments propulsors en desplaç, control respir. En moviments. (varietat posicions, materials..)																																	
2on		Activ. I jocs intro espai-normes / Activ. girs diversos eixos corporals amb altres activi. (immersions, llisc./activi. girs sobre eix transv. Amb suport extern.					Experim. Posic. Cos +hidrodinàmica x els desplaç/Expe. Segments +propulsius/Buscar posicions noves equilibri.					Activ. Immersió d recollir objec. O fer dif. Tasques./realitz. Salts intentar fer gir sobre eix longit. /Jocs salts-immersions					Recordar posic. Hidrodinàmica òptima mitj. Llisc. / Varietat movi. Propulsius cames per el crol. Estil decob. Guiat					Activ. q impliquin variacions en desplaç., canvi elements propulsius, canvi direccions, girs durant desplaç./Jocs llanç.					Enllaçar salts amb llisc., immers. I altres activ. / Per parelles activ. Flotació on hi hagi contacte entre ells i experim fases resp.					Creació tasques d girs transversals dsd fora aigua i la caiguda sigui dins. / Ambn ajut material flotació buscar situacions equilibris.					Activ. Reforç propulsió cames a partir de llisc. / Mobilitat totes direcc. i sentits amb treball segments corp./Jocs persecució					Activ. Combinant salts, girs, propulsió cames (varietat posicions, materials..)																																	
3er		Activ. Jocs intro espai-normes / Activ. D'equilibri diferenciant segments corporals / Jocs amb tasques d'equilibri.					Activ. De treball coord. Crol amb respiració sense utilitz. Material aux. / Realit. Desplaç. Crol ritme desplaç.					Amb material aux. Experimentar diverses possibilitats girs. / Explica. general nat. sincro i pràctica desplaç. i posic bàsiques.					Creació circuit sota aigua que hi hagi desplaç. i habilitats/ Salts i flotacions amb material o no. Diversif. Material.					Inici amb llisc. Dorsal continuat amb propul. Dif. Segments corporals / Activ. Llanç i control amb material de diferent pes.					Amb ajut company remolcaments el q fa lliscament va variant la disposició corporal/Circuit diversos girs/Explicació i pràctica bàsica waterpolo.					Varietat mov. Propulsius cames buscant posic. Dorsal/ Realització salts dsd vorera.					Activ. que impliquin petits desplaç. separant fases resp. / Jocs i activ. X afiançar conceptes relac. Amb grans grups musc. I els mov. que generen.					Activ. Llisc. Q. Intervingui un gir en eix longitudinal/ Activitat tasques equilibri estàtic i dinàmic amb partici. Material de flotació.																																	
4t		Activ. I formes jugades introducció espai i normes / Jocs de llanç, recepcions, (ús separat dels dos hemisferis dret,esque.					Activ. X descobrir acció segments corporals en braça mitj. Posic. Verticals/Activ. Varietat desplaç. Nat. sincro					Coord. Acció braços i resp. Braça/Activ. Desplaç. Amb pilota amb passades i llanç./Jocs relacionats amb el waterpolo.					Activitats salts on en caiguda s'hagi d mantindre equilibris amb ajuda material flotac./ Reballar relaxació mitj. Flotacions i control to muscular.					Activ. Immersio diferents distàncies. Progressió activ./Explicació i pràctica elements S.O.S. competitivu					Activ. Parelles on indentif. i corregixin errors en execució estils crol i eskena/Jocs on es relacionin els llanç amb les recepcions en posic. diverses d'equilib.					Per parelles o petits grups, creació de diverses figures/Activ. D'entrada a l'aigua a partir dif. salts continuades amb altres accions.					Descobrimet de l'acció tren inf. A l'estil braça / Amb regles bàsiques i no excludents, jugar al waterpolo.					Activitats desplaç. en immersió i recórrer distàncies llargues (adaptades a cada nen) Activ. Desplaç. On nens busquin variar forma propul. i posic.																																	
5è		Activ. I formes jugades d'intro a l'espai i normes./Circuits amb diferents habilitats.					Per parelles, analitzar tècn. Company en desplaç. I girs mitjanç. Tasques proposades per la parella i correcció. Estil reciproc.					Diferen. Accions ofensives (passar, llençar, controlar..) i les defensives (recuperar, línia passada, tapar) Per parelles realitzar desplaç. D'arrossegar company.					Activ. Tasques nado ondulatori (sobretot llisc.)/Activ. D desplaç. En immersió buscant distàncies d'acrod a possib. Nens					Activi. De remolc. Variant possibi. I el to muscular del nen remolcat/ Joc competitivu per grups tasques remolcs.					Activ on modifiquin habilitats ja coneixen oer les característiques aletes/Joc immersió d'anar a buscar objectes enfonsats					Activ. De reforç del principals estils de natació./Jocs de persecució					Activ. D descoberta dels mov. necessaris x fer un salt a l'aigua evitant mullar cap. / Variació normes i caract. Waterpolo, x augmentar dificultat de l'execució.					Activ. D nedo continu i variat. Cada nen amb el seu ritme. / Jocs proposat pels nens on hi hagi girs i equilibris.																																	

REFORÇ

REFORÇ

ESPECIAL NADAL

REFORÇ

		PRIMER TRIMESTRE																																																																																																																																																																																																					
		OCTUBRE																		NOVEMBRE																		DECEMBRE																																																																																																																																																																	
		DL			LM			DC			DJ			DV			DS			DL			LM			DC			DJ			DV			DS			DL			LM			DC			DJ			DV			DS																																																																																																																																																		
		28	29	30	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	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	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22																																																																																																																
CURS		1																		2																		3																		4																		5																		6																		7																		8																		9																		E S P E C I A L N A D A L																		R E F O R Ç																	
		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																		CONTINGUTS																																																					
	P3 / P4	Reconeixement de l'entorn i l'ensenyament i hàbits																		Reconeixement del medi.																		Descobrir respostes del cos dins aigua.																		Introducció material com a eina suport.																		Introducció de l'ús de les vies respiratòries.																		P-3 / P4 : Variació de la mobilitat. P4: Variació ús vies respiratòries.																		P-3 / P4: Variació ús respiració / P4: Introd. Immersió																		P-3 / P4: Resum i afianç. Continguts proposats anterior. / P4: Variació de immersió																		P-3: Introducció a la immersió. / P4: Treball de la immersió i la respiració en grup																																																					
	P-5	Reconeixement de l'entorn i l'ensenyament i els hàbits																		Descobrimnt respostes dins aigua.																		Introducció vies respiratòries.																		Enllaçar procés respiratòri. i lliscament ventral																		Immersió																		Adaptació respiració a accions proposades / Variació de la mobilitat.																		Variació ús respiració / Combinació lliscament ventral i immersió																		Experimentació dels equilibris.																		Experimentació dels equilibris.																																																					
	1er	Familiarització amb medi i l'ensenyant																		Familiarització amb medi i hàbits de conducta de sessió.																		Familiarització amb les possibilitats de moviment del propi cos a l'aigua.																		Descoberta de l'ús de les vies respiratòries a l'aigua.																		Ús vies respiratòries en situacions definides / Introducció a la immersió.																		Immersió i tridimensionalitat de l'aigua.																		Descoberta del lliscament mitjançant diferents posicions i situacions.																		La immersió i lliscament ventral																		Resum i afiançament dels continguts proposats anteriorment.																																																					
	2on	Familiarització amb l'espai, l'ensenyant i normes / Accions d'immersió																		Immersions variant posició i entrada aigua / Activitats implicació del cos segons hemisferis (dret, esquerre)																		Lliscaments variant profunditat. / Introduir espiració completa en accions immersió.																		Introducció ús de diferents segments propulsors de lliscament / equilibris sobre material flotació.																		Enllaç salts amb immersions, lliscaments i desplaçaments / Experi. Reaccions cos en flotació en les fases resp.																		Lliscament a partir d'un desplaçament. / Combinar desplaçament i fases respiratòries.																		Petits desplaçaments ventrals / Realitzar girs sobre eix longitudinal.																		Variació en els salts / Col·laboració en el joc.																		Resum i afiançament dels continguts proposats anteriorment																																																					
	3er	Familiarit. Amb l'espai, l'ensenyant i normes / Intro girs diferents eixos																		Iniciació desplaç. Ventral (crol) / Variació situacions equilibri.																		Variació de la profunditat en immersió / combinar salts amb girs en fase aèrea.																		Iniciació tècnica de crol. Propulsió cames.																		Experimentació i variació de desplaçaments / Estimulació coord. Especials.																		Variació del salt en funció de l'acció posterior. / Experimentació amb flotacions i respiracions.																		Interrelacions entre immersions i girs. / Variació actitud corporal mitjançant equilibris.																		Afiançament a la patada crol / Treball de lateralitat.																		Resum i afiançament dels continguts proposats anteriorment.																																																					
	4t	Familiarització amb l'espai, l'ensenyant i normes / Associació equilibris amb la lateralitat																		Coordinació tècnica de crol.																		Diversificació girs / Iniciació natació sincronitzada.																		Variació desplaçaments en immersió / Combinacions Salts- flotacions																		Afiançament lliscament dorsal / Relació entre coordinació i to muscular.																		Experimentació de la resistència de forma i frontal / Iniciació al Waterpolo.																		Introducció a la propulsió de cames en desplaçament dorsal. / Combinacions entre salts i altres coordinacions																		Coordinació de la respiració i els moviment en el crol. / Treball conceptual.																		Complexitat en els lliscaments / Variació material en els equilibris																																																					
	5è	Familiarit. Amb l'espai, l'ensenyant i normes / Afiançament lateralitat dominant																		Iniciació tècnica braça / Variació natació sincronit.																		Introducció al moviment de braços estil braça. / Variació waterpolo.																		Enllaç salts i equilibris / Relació entre relax, to muscular i posició.																		Progressió control de immersions. / Elements del S.O.S. Competitiu.																		Treball crol i esquena / Enllaç coord. i equilibris amb control de posició.																		Progressió de la Natació. Sincronitzada / Enllaç salts amb accions posteriors.																		Iniciació patada braça. / Modificació del reglament waterpolo.																		Progressió en les immersions / Variació en els desplaçaments																																																					
6è	Familiarització amb l'espai, l'ensenyant i normes / Combinació d'habilitats																		Correcció tècnica natació sincronitzada.																		Tàctica al waterpolo / Desplaç. Modificats.																		Introducció del moviment ondulatori / Progressió en el control de la immersió.																		Progressió en la tècnica de remolc																		Introducció natació amb aletes.																		Afiançament Tècnica dels principals estils.																		Salts / Variació en waterpolo.																		C.F.B. : La resistència.																																																						