

# PROGRAMACIÓN NATACIÓN

## 1.OBJETIVOS

- Potenciar la importancia del entrenamiento en la natación.
- Conocer primeros movimientos necesarios en natación.
- Dominar y perfeccionar el punto muerto en los estilos de crol y espalda.

## 2.CONTENIDOS

- Participación activa en los juegos, siempre buscando el carácter lúdico y recreativo.
- Entrenamiento como parte fundamental de la natación.
- Espacios para desarrollar el juego: la casa o piso de cada uno/a.
- Participación y disfrute en actividades que supongan comunicación a través de la expresión corporal y el movimiento.

## 3.METODOLOGÍA

Dada las circunstancias especiales en las que nos encontramos y la edad del grupo al que va dirigido, la metodología se adaptará a tales circunstancias.

Las sesiones se desarrollarán a través de los siguientes vídeos:

- [Vídeo 1](#):Entrenamiento natación porProrunners Barcelona.
- [Vídeo 2](#):Movimiento básicos por Centro Deportivo Almar.
- [Vídeo 3](#): Dominar y perfeccionar el punto muerto en el estilo de crol por Natación MarKastle.
- [Vídeo 4](#): Dominar y perfeccionar el punto muerto en el estilo espalda por Natación MarKastle.

*IMPORTANTE: Los vídeos requieren de la ayuda o supervisión de un adulto para su realización.*