



Objetivos y Beneficios del campus:

Objetivo de salud: Incidir positivamente sobre los aspectos físicos, psíquicos y de relación social del individuo, tratando de mejorar la calidad de vida del alumno.

Objetivo utilitario: Desarrollar un aprendizaje útil para la persona, del tal forma que cubra sus necesidades básicas, refiriéndonos a la más importante, conservar la vida.

Objetivo educativo: Cualquier actividad física debe ser educativa. Por ello, estas actividades pretenden contribuir a la formación integral del alumno a través de movimiento, afectando a las áreas motora, afectiva y cognitiva.

Objetivo recreativo: La actividad Física de Base y la natación, son un marco idóneo para el desarrollo de actividades recreativas. Con ello se pretende que el alumno aprenda a ocupar su tiempo libre y de ocio mientras disfruta y se divierte.

Beneficios:

En Actividad Física de Base:

- ✓ La E.F.B. es una actividad en la que se da cierta libertad al sujeto y podemos coartar su creatividad en cierta manera si lo orientamos hacia puntos muy concretos. No obstante, debemos encasillar de algún modo aquello que se debe perseguir. Los objetivos generales de la E.F.B. son:
 1. Conocimiento de nuestro propio cuerpo.
 2. Conocimiento del espacio.
 3. Conocimiento del tiempo.

En natación:

- ✓ Conocer los principios básicos de la natación: flotación, propulsión y respiración.
- ✓ Aprender y practicar los estilos fundamentales de la natación: crawl, espalda, braza y mariposa.
- ✓ Saber coordinar la respiración arreglo a cada estilo natatorio.
- ✓ Saltar desde el borde de la piscina y del poyete de cabeza.
- ✓ Deslizarse desde la pared en posición ventral y dorsal, realizando giros sobre los ejes transversal y longitudinal.

A nivel general:

- ✓ Mejorar la salud de los alumnos.
- ✓ Trabajar contenidos relacionados con el judo y la natación.



REAL CLUB NATACIÓN DELFÍN

DOSSIER INFORMATIVO

- ✓ Conseguir hábitos de práctica deportiva.
- ✓ Vivir en cooperación
- ✓ Socializarse e integrarse
- ✓ Mejorar la comunicación
- ✓ Expresarse
- ✓ Convivir
- ✓ Trabajar en grupo
- ✓ Desarrollarse espiritual y personalmente
- ✓ Crear y a participar

HORARIOS DEFINITIVOS

8:00-9:00 H	Guardería
9:00-9:15 H	Recepción de niños
9:15-9:30 H	Cambio de vestuario para piscina
9:30-10:30 H	Natación
10:30-11:15 H	Cambio de ropa y almuerzo
11:15-12:30 H	L-X INGLÉS
	M-V Juegos y talleres
	J Aerocombat / Zumba*
12:30-14:00 H	Actividad Fisica de Base
14:00-15:00 H	Guardería – Comida
15:00-17:00 H	Guardería

***VIERNES 6 Y 20 DE JULIO ACTIVIDAD PROGRAMADA**

MENÚ ALMUERZO

Estará compuesto por:

Batidos.

Zumos.

Horchata y fartons.

Galletas.

Barritas de cereales.