

EDUCACIÓN FÍSICA EN EL MEDIO ACUÁTICO



OBJETIVOS

- ✓ Fomentar la práctica de la actividad física en el medio acuático, priorizando el componente lúdico.
- ✓ Inculcar costumbres y hábitos de carácter higiénicos relacionados con el medio acuático.
- ✓ Promover el uso y respeto de las instalaciones públicas.

SUGERENCIAS A TENER EN CUENTA PARA EL BUEN DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD.

Vestuario Necesario:



- o Bolsa de deporte. Lo suficientemente amplia para guardar su ropa y calzado durante la clase.



- o Toalla. Para uso personal. Las chicas con pelo largo deberían llevar además una pequeña para evitar la humedad del pelo en su ropa.



- o Chanclas de piscina. Evitan enfermedades cutáneas.



- o Gorro de baño. Es obligatorio su uso tanto para los niños como para las niñas.



- o Gafas de natación.



- o Gorro de lana (Aconsejable). Para evitar el frío a la salida de los vestuarios hacia el Colegio.



- o Chándal. Por comodidad, su uso es aconsejable y facilitará la labor en los vestuarios.



o Relojes, anillos, medallas, etc. Para evitar extravíos, no llevarlos los días de asistencia a la instalación.

o Lentillas. Si se usan lentillas, recordar que al contacto con el agua suelen perderse.



No se llevará secador de pelo, ya que su uso dentro de los vestuarios puede ser peligroso para los niños.



Para evitar extravíos, todos los alumnos se desvestirán en el vestuario respectivo colocando TODA su ropa, incluidos los zapatos en la bolsa de deportes. Con el bañador puesto, pasarán a depositar su bolsa de deportes en el lugar indicado. No deben utilizar las taquillas de los módulos de vestuarios. En los vestuarios no quedará ninguna prenda.