

## **Objetivos deportivos y educativos temporada 2012-2013**

### **Natación - Enseñanza**

Objetivos y metodologías aplicadas

#### **Objetivos:**

- Pérdida del miedo o temor en el medio acuático –familiarización-
- Acomodación en la posición horizontal –flotación-
- Iniciación a la respiración
- Iniciación a la propulsión
- Iniciación al deslizamiento

#### **Medios:**

- Ejercicios con apoyo firme (pared lateral de la piscina)
- Ejercicios con apoyo móvil (tabla, chorro, burbuja, pull boy, etc.)

#### **Resultados:**

- En función de la asistencia y anterior contacto con el agua
- Generalmente la mayoría de los asistentes cumple los objetivos