

PROGRAMMA STAGIONE GRUPPI: PICCOLISSIMI & PICCOLI

OBIETTIVI:

Primo trimestre:

- ambientamento
- esercizi di allungamento
- primo approccio immersioni

Secondo trimestre:

- stimolazione del movimento in acqua
- immersione da parte dei genitori

Terzo trimestre:

- galleggiamento
- immersione con "lancio"
- rafforzamento e consolidamento delle competenze acquisite
- immersione con tuffo e risalita autonoma

PROGRAMMA STAGIONE GRUPPI: MEZZANI & GRANDI

OBIETTIVI:

Primo trimestre:

- inserimento nel gruppo
- galleggiamento con supporto
- primo approccio con il tuffo

Secondo trimestre:

- sperimentazione dell'equilibrio in acqua
- tuffo con immersione

Terzo trimestre:

- sviluppo in acqua delle abilità motorie terrestri : corsa,salti,arrampicate,gioco per imitazione
- nuovi approcci col tuffo
- consolidamento della motricità in acqua: più emancipazione nel movimento e dagli attrezzi
- raggiungimento delle autonomie nel tuffo