

**ASUNTO: INFORMACIÓN ACTIVIDAD PISCINA
FECHA: 14 OCTUBRE 2022**

Queridos padres:

Un año más, iniciaremos la actividad de natación para todos los niños y niñas de 2 a 3 años.

La natación es una de las actividades deportivas más completas a nivel físico, psíquico, afectivo y social. Con este deporte se trabajan y ejercitan los músculos, la coordinación motora y el sistema circulatorio y respiratorio. Además contribuye en el desarrollo de la independencia y la autoconfianza.

La natación y el desarrollo físico:

- Mejora la coordinación, flexibilidad, agilidad, el equilibrio y el conocimiento del espacio.
- Contribuye a aumentar la capacidad del esfuerzo físico, condicionando mejor respuesta cardiovascular.
- Los ejercicios combinados con el agua a temperatura agradable relajan y estimulan el apetito, consiguiendo que coma y duerma mejor.
- Amplia la capacidad de su sistema respiratorio.
- Favorece su alineación postural y beneficia su coordinación muscular.

La natación y el desarrollo psicológico:

- Incrementa el sentimiento de independencia.
- Estimula la confianza y por tanto mejora la comunicación con los demás y la autoestima.
- El uso del bañador hace que se muestre la propia imagen, la real, permitiendo así conocerse y respetar a los demás.
- Ayuda a superar miedos.
- Aceptan obligaciones y fracasos.

La natación y el desarrollo social:

- Favorece la socialización y solidaridad, mejora las relaciones entre sus compañeros.
- Se amplía el horizonte de juegos compartidos.
- Activa la diversión y el espíritu de juego.
- Incorporan distintos valores.
- Consolidan vínculos de afecto.
- Aumentan la capacidad de superación.

El juego será la base del aprendizaje y mediante éste, los niños/as tomaran contacto con el medio acuático, ganando confianza a través de juegos y canciones haciendo que las sesiones siempre sean agradables, relajadas y divertidas. Creando en todo momento un clima de seguridad y confianza, que reforzará su autoestima y sus relaciones sociales

Agradecemos de antemano vuestro interés y esperamos vuestra participación en dicha actividad

Atentamente.

LA DIRECCIÓN.

