



Actividades Extraescolares

Curso 23/24



COLEGIO
GAUDEM
CENTRO CONCERTADO

15 años
creciendo
juntos
2008-2023

Un proyecto singular
concertado • privado • bilingüe en Madrid Barajas



Escuela de Natación

Objetivos

Que todos nuestros alumnos sean capaces de desenvolverse con total normalidad y autonomía en el medio acuático.

- Desarrollar lo máximo posible las capacidades de nuestros alumnos en el medio acuático empezando por las habilidades acuáticas, para concluir con técnicas específicas de nado.
- Fomentar la necesidad de unas normas de convivencia y de respeto a los compañeros, material, instalaciones, monitores, etc.
- Crear un sentimiento de pertenencia a un grupo e inculcar valores socializadores.
- Aprender hábitos de higiene saludables.
- Buscar diversión en la práctica



Familiarización → Autonomía → Técnica → Perfeccionamiento

Familiarización

- **Duración:** 30 min.
- **Grupos:** Edad (Orientativa) de 6/24 Meses y 2/3 años
- **Objetivos generales:**
 - Superar el estado de ansiedad y las molestias iniciales que pueden provocar el medio acuático.
 - Eliminar la rigidez muscular producida por el temor al agua.
 - Conocer la mayoría de posibilidades motrices que puede ofrecer el medio acuático.
 - Experimentar el mayor número de posibilidades acuáticas.
 - Preparar al alumno para futuros aprendizajes.
 - Reconocer el medio acuático como un lugar de disfrute y aprendizaje.
 - Estrechar vínculos afectivos entre acompañante y niño/a.

• Contenido:

- | | | | | |
|-------------------|------------------|----------------|-------------------|---------------|
| • Familiarización | • Recepciones | • Propulsiones | • Lanzamientos | • Transportes |
| • Flotaciones | • Equilibrios | • Respiración | • Desplazamientos | |
| • Giros | • Manipulaciones | • Inmersiones | • Saltos | |

Autonomía

- **Duración:** 45 min.
 - **Grupos:** Edad (Orientativa) de 7/8 y 8/10 años
 - **Objetivos generales:**
 - Superar el estado de ansiedad y molestias iniciales que puede provocar el cambio a grupo.
 - Conocer la mayoría de posibilidades motrices que puede ofrecer el medio acuático.
 - Experimentar el mayor número de posibilidades acuáticas.
 - Integrar a los alumnos en un grupo y fomentar valores socializadores.
 - Buscar la autonomía del niño/a en el medio acuático.
 - Obtener diversión en la práctica.
 - **Contenido:**

• Iniciación estilo crol	• Saltos	• Transportes	• Iniciación virajes
• Iniciación estilo mariposa	• Iniciación estilo espalda	• Iniciación condición física	• Propulsiones
• Lanzamientos y recepciones	• Inmersiones y buceo	• Iniciación estilo braza	
-

Técnica

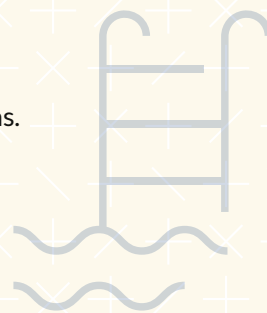
- **Duración:** 45 min.
 - **Grupos:** Edad (Orientativa) de 7/8 y 8/10 años
 - **Objetivos generales:**
 - Aprendizaje de los aspectos técnico básicos de los estilos de natación.
 - Mejora de las distintas habilidades acuáticas y aprendizaje de habilidades más complejas.
 - Integrar a los alumnos en un grupo y fomentar valores socializadores.
 - Fomentar al alumno el gusto por la natación y por la piscina.
 - **Contenido:**

• Iniciación estilo crol	• Saltos	• Transportes	• Iniciación virajes
• Iniciación estilo mariposa	• Iniciación estilo espalda	• Iniciación condición física	• Propulsiones
• Lanzamientos y recepciones	• Inmersiones y buceo	• Iniciación estilo braza	
-

Perfeccionamiento

- **Duración:** 45 min.
- **Grupos:** Edad (Orientativa) de 11/13 y 14/16 años
- **Objetivos generales:**
 - Aprendizaje y continua mejora de los estilos de natación.
 - Mejora de las distintas habilidades acuáticas y aprendizaje de habilidades más complejas.
 - Integrar a los alumnos en un grupo y fomentar valores socializadores.
 - Fomentar al alumno el gusto por la natación y por la piscina.
- **Contenido:**

• Crol	• Espalda	• Braza	• Salvamento
• Salidas	• Virajes	• Mariposa	• Condición física
• Waterpolo	• Buceo	• Volteos	



Horarios

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
9:00 - 13:00	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
13:00 - 14:00	NATACIÓN EXTRAESCOLAR	NATACIÓN EXTRAESCOLAR	NATACIÓN EXTRAESCOLAR	NATACIÓN EXTRAESCOLAR	
14:00 - 15:00	NATACIÓN PROFESIONAL	NATACIÓN PROFESIONAL	NATACIÓN PROFESIONAL	NATACIÓN PROFESIONAL	NATACIÓN PROFESIONAL
15:00 - 17:00	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR	NATACIÓN ESCOLAR
17:00 - 17:55	NATACIÓN EXTRAESC.	NATACIÓN EXTRAESCOLAR	NATACIÓN EXTRAESCOLAR	NATACIÓN	NATACIÓN EXTRAESCOLAR
18:00 - 18:45	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL
18:45 - 19:30	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL	GRUPOS INFANTIL
19:30 - 20:20	ADULTOS	ADULTOS	ADULTOS	ADULTOS	ADULTOS
20:20 - 21:10	ADULTOS	ADULTOS	ADULTOS	ADULTOS	NATACIÓN LIBRE
21:10 - 22:00	NATACIÓN LIBRE	NATACIÓN LIBRE	NATACIÓN LIBRE	NATACIÓN LIBRE	NATACIÓN LIBRE

Grupos, horarios y precios

Importes trimestrales

Actividad	1 día	2 días	3 días
Natación Infantil	36 €	52 €	72 €
Natación Adultos	36 €	52 €	72 €
Matronatación	36 €	52 €	
Nado Libre Días Fijos	22 €	35 €	45 €

Bonos

Bono 10 Baños Libre	50 €
Bono 20 Baños Libre	80 €
Bono 10 Clases Particulares	187 €
Bono 10 Clases Semi-particulares por niño	110 €





Información e inscripciones

663 010 363

Horario de atención al público:

De lunes a viernes de 9:00 a 17:00 h



COLEGIO
GAUDEM
CENTRO CONCERTADO



extraescolares@gaudem.es

gaudem.es/extraescolares