



Contraturno

Instituto Educativo Nuestra Señora de Luján
A-61

TALLER DE NATACIÓN

- Nuestra propuesta está destinada a estudiantes desde la sala de 3 años hasta 7mo grado.
- El taller se dictará los días miércoles.
- Será opcional para los alumnos que asistan ese día al contraturno.
- Al ser opcional, tendrá un costo adicional que incluirá el costo de las clases y el micro de traslado.
- La actividad se realizará en el club "17 de agosto" (sito en Av. Albarelos 2935 – Villa Pueyrredón), a cargo de la escuela de natación "Mi Burbuja".
- Se trasladarán en micro, saliendo y regresando al colegio, acompañados por docentes de la institución.
- Quienes no participen del contraturno, pero deseen ser parte del taller de natación, podrán acercarse a la puerta del colegio o ir directamente al club en los horarios que informaremos a principio de año.

Beneficios de la actividad:

- La natación es una excelente forma de mejorar el desarrollo psicomotor en los niños. Al nadar, aprenden a coordinar sus movimientos de manera eficaz, lo que fortalece sus habilidades psicomotrices.
- Este deporte involucra la coordinación de brazos y piernas, además de la respiración controlada, lo que ayuda al desarrollo de su sistema cardiorrespiratorio.
- La natación, además de fortalecer los músculos, ayuda a mejorar el equilibrio y la coordinación general.
- Mejorar las habilidades cognitivas en los niños.
- Al nadar, se incrementa el flujo sanguíneo hacia el cerebro, lo cual puede mejorar la concentración y el rendimiento académico.
- La coordinación requerida en la natación también puede mejorar la memoria y las habilidades de resolución de problemas.
- Al tomar clases de natación, los niños tienen la oportunidad de interactuar con sus compañeros, lo que fomenta el desarrollo de habilidades sociales.
- Trabajar en equipo, esperar turnos y seguir instrucciones son habilidades vitales que los niños pueden aprender en la piscina. Estas interacciones también pueden fortalecer la autoestima y la confianza en sí mismos.

