



**DIPUTACIÓN DE VALLADOLID**

# PROGRAMA DE PISCINAS "Salvamento y Socorrismo"



Piscina de Tordesillas  
Piscina de Iscar

**DIPUTACIÓN DE VALLADOLID**  
**DEPORTES**



# DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

## "PROGRAMA DE PISCINAS"

### "SALVAMENTO y SOCORRISMO"

#### JUSTIFICACIÓN

La práctica del Salvamento y Socorrismo incluida en el ámbito de las actividades acuáticas en edad escolar afianza la autonomía del niño y niña en el medio acuático, coadyuva a la adquisición de hábitos saludables, desarrolla la socialización y afectividad con otros niños y niñas de su edad así como el carácter humanitario y solidario que intrínsecamente posee este deporte, estableciendo las medidas de prevención necesarias para la práctica y disfrute del medio acuático.

#### OBJETIVOS

##### OBJETIVOS GENERALES:

1. Enseñar técnica y tácticamente la modalidad deportiva del Salvamento y Socorrismo adaptada a los diferentes niveles de desarrollo de los alumnos/as.
2. Fomentar la práctica del Salvamento y Socorrismo de forma continuada.
3. Inculcar los valores deportivos del Salvamento y Socorrismo en la formación humana.
4. Contribuir activamente y de forma autónoma al desarrollo de la salud corporal, valorando los beneficios que suponen los hábitos de la práctica deportiva del Salvamento y Socorrismo.
5. Fomentar la convivencia y la dinámica de grupos de los/as alumnos/as favoreciendo las relaciones socioafectivas mediante la práctica del Salvamento y Socorrismo.

##### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Afianzar la respiración de forma estática y dinámica.
2. Aprender a realizar apneas controlando la respiración (relajarse).
3. Conseguir flotar en posición estática, dinámica e indirecta.
4. Conocer los diferentes tipos de propulsiones y desplazamientos que se practican en este medio y su utilización.
5. Aplicar las diferentes técnicas básicas de remolques de accidentados con y sin material.
6. Aprender a utilizar los diferentes tipos de saltos y entradas al agua.
7. Lograr realizar giros en los diferentes ejes y conocer su aplicación práctica.
8. Tomar conciencia del equilibrio corporal en el medio.
9. Mejorar tanto la coordinación dinámico general como la específica en el medio acuático.
10. Aprender el manejo del material específico del salvamento y socorrismo (tubos de rescate, aletas, maniqués, tablas, skies, etc.).



## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

### CONTENIDOS

#### ■ La familiarización con el medio

- Conocimiento de las sensaciones del cuerpo en contacto con el agua.
- Desplazamientos elementales: de pie andando, lateral, etc.
- Exploración del medio, pequeños saltos, carreras, etc.
- La respiración: estática y dinámica (específica y no específica).
- El buceo: técnicas básicas sin material auxiliar o con material auxiliar (aletas).
- La flotación (estática, dinámica e indirecta).
- La extracción de accidentados.
- Los remolques (iniciación).
- El material de Salvamento: ventajas y aplicaciones prácticas.
- La propulsión y los desplazamientos.
- Los giros y los volteos: ejes (longitudinal, transversal, anteroposterior).
- El equilibrio: apoyos.
- La coordinación: dinámica general o segmentaria.
- Pruebas y reglamento deportivo adecuado a las diferentes categorías.

Lugar	Posición del cuerpo	Fuente Propulsiva	Estilos	Respiración	Material
en superficie	ventral, lateral, dorsal	piernas, brazos, ambos	crol, braza, braza invertida	coordinada	con o sin material
en profundidad	ventral, lateral, dorsal	brazos, piernas, ambos	braza, delfín, brazos braza- pies crol	apnea	con o sin material

#### ▪ Los saltos y las salidas.

Batida	Fase de vuelo	Entrada	Material
con las dos piernas	elemental	de pie, de cabeza, carpado, en agujero.	aletas, tubo de rescate, salvavidas, boya torpedo, etc.
con una pierna	elemental	de pie sin meter la cabeza	ninguno
con una pierna	con mov. en el aire, con distancia, con altura, con lanzamiento, con imitación	de cabeza, otros	ninguno



## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

### METODOLOGÍA

- Los métodos de enseñanza directivos y de indagación se irán alternando en función del tipo de tarea que se plantee, de los contenidos trabajados y del grado de autonomía que podamos confiar al alumnado.
- **Los estilos de enseñanza que usaremos serán:**
  - Asignación de tareas.
  - Descubrimiento guiado.
  - Resolución de problemas.

No entendiendo estos como un estilo puro, sino como una forma de trabajo flexible que se adapta a cada situación y a cada alumnado o grupo.

La organización del grupo en cada actividad tendrá una forma concreta de organizar el espacio y el material.

En cuanto al tiempo, en las sesiones se distribuirá de tal manera que permita desarrollar todas las actividades propuestas.

### RECURSOS

#### RECURSOS DIDÁCTICOS

- Materiales del alumnado: Bañador, gorro, gafas, chanclas y toalla.
- Materiales auxiliares y específicos: Maniqués, tubos, muñecos de RCP, tablas de enseñanza, pull buoys, churros, etc.

#### RECURSOS HUMANOS

- **Un Coordinador de salvamento y socorrismo** con titulación de Entrenador Superior de Salvamento y Socorrismo o Nivel III, con licencia federativa del curso escolar 2020 – 2021, tramitada por nuestra comunidad (Castilla y León).
- **Monitores-socorristas de Salvamento y Socorrismo** con titulación de técnico de Salvamento y Socorrismo, con licencia federativa del curso escolar 2020 – 2021 tramitada por nuestra comunidad.

El/los monitores/es-socorrista/s estarán contratado por la Federación de Salvamento y Socorrismo de Castilla y León, desde el inicio de la actividad hasta finalizar la misma (enero a mayo).



## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

### INSTALACIONES Y TEMPORALIZACIÓN

Para la realización de cada actividad es necesario el uso de una instalación acuática cubierta:

**PISCINA MUNICIPAL DE ISCAR**  
**PISCINA MUNICIPAL DE TORDESILLAS**

La actividad se desarrollará en jornada de sábado, horario de mañana y tarde y con sesiones de 45 minutos de duración.

Nº Días	ISCAR	TORDESILLAS
1	Sábado, 13 de marzo de 2021	Sábado, 13 de marzo de 2021
2	Sábado, 20 de marzo de 2021	Sábado, 20 de marzo de 2021
3	Sábado, 27 de marzo de 2021	Sábado, 27 de marzo de 2021
4	Sábado, 10 de abril de 2021	Sábado, 10 de abril de 2021
5	Sábado, 17 de abril de 2021	Sábado, 17 de abril de 2021
6	Sábado, 24 de abril de 2021	Sábado, 24 de abril de 2021
7	Sábado, 8 de mayo de 2021	Sábado, 8 de mayo de 2021
8	Sábado, 15 de mayo de 2021	Sábado, 15 de mayo de 2021
9	Sábado, 22 de mayo de 2021	Sábado, 22 de mayo de 2021
10	Sábado, 29 de mayo de 2021	Sábado, 29 de mayo de 2021

### DESTINATARIOS

El programa va destinado a niños y niñas de la Provincia de Valladolid en edades comprendidas entre los 8 y 14 años con experiencia acuática, es decir, tienen que saber mantenerse en el agua



## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

### NIVELES Y HORARIOS DE LOS GRUPOS

- **Niveles:** niveles I, II
- **Edad:** nacidos en 2013 hasta los nacidos 2007 con experiencia acuática (sabiendo mantenerse en el agua).

#### HORARIO PISCINA DE ISCAR:

GRUPO	DIA/SEMANA	HORARIO	CATEGORÍAS	Nº ALUMNOS/ GRUPO
<b>A (Nivel I)</b>	SÁBADO	10:15 A 11.00 Horas	Prebenjamín (2013) y Benjamín (2012 y 2011)	MINIMO: 4 MÁXIMO: 6
<b>B (Nivel I)</b>	SÁBADO	11:00 A 11.45 Horas	Alevín (2010 y 2009) e Infantil (2008 y 2007)	MINIMO: 4 MÁXIMO: 6

#### HORARIO PISCINA DE TORDESILLAS:

GRUPO	DIA/SEMANA	HORARIO	CATEGORÍAS	Nº ALUMNOS/ GRUPO
<b>A (Nivel I)</b>	SÁBADO	16.00 a 16.45 Horas	Prebenjamín (2013) y Benjamín (2012 y 2011)	MINIMO: 4 MÁXIMO: 6
<b>B (Nivel I)</b>	SÁBADO	16.45 a 17.30 Horas	Alevín (2010 y 2009) e Infantil (2008 y 2007)	MINIMO: 4 MÁXIMO: 6

- **Nº alumnos/as:** entre 4 y 6 alumn@s por monitor de Salvamento y Socorrismo y por calle en función de la edad. Teniendo en cuenta las restricciones actuales por la Covid-19.
- **Duración:** (marzo – abril - mayo) según el calendario adjunto y los horarios establecidos en cada instalación deportiva.



## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

### INSCRIPCIONES

Las Inscripciones se realizarán a través de las Entidades locales, Clubes deportivos, Centros Escolares y Asociaciones de Padres y Madres, según el Anexo IV, hasta el próximo miércoles, día **3 de Marzo de 2021**.

Todos los participantes tendrán que estar inscritos y haber tramitado el Seguro Médico Deportivo en la Modalidad de Salvamento y Socorrismo, a través de la web de Juegos Escolares de la Diputación de Valladolid: <https://juegos Escolares.diputaciondevalladolid.es/>

No se admitirán inscripciones individuales que no se realicen por los cauces establecidos





## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

### MATERIAL NECESARIO

Los niñ@s participantes en el Programa de Salvamento y Socorrismo tendrán que ir provistos del siguiente material:

De forma obligatoria:

- ✓ Ropa de Baño -Bañador y Gorro-
- ✓ Toalla
- ✓ Chanclas

De forma optativa es aconsejable:

- ✓ Gafas para nadar
- ✓ Aletas
- ✓ Champú o gel de baño



Diputacion de Valladolid - Juegos Escolares

**Nota:** No se permiten gafas de cristal, gafas de bucear, ni otros utensilios que puedan afectar a la integridad física del resto de los usuarios.



### Para una mayor información:



#### Diputación de Valladolid

Servicio de Juventud y Deportes.

Rubén Macías Alonso

Tlfno. 983-634716

C/ Ramón y Cajal, nº5

47071. Valladolid

#### Federación de Salvamento y Socorrismo

Alberto Retuerta Marqués

[deporte@fecless.com](mailto:deporte@fecless.com)

Paseo Juan Carlos I, s/n

[fecless@fecless.com](mailto:fecless@fecless.com)

Polideportivo Canterac

983 223462

47013 Valladolid





## DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

# 4 PROGRAMA DE PISCINAS BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

CENTRO PARTICIPANTE: .....

DIRECCIÓN: ..... C.P: .....

TELÉFONO: .....

RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD\*: ..... D.N.I\*: .....  
Nombre y Apellidos

DIRECCIÓN: ..... TLFNO: .....

LOCALIDAD: ..... C.P .....

CORREO ELECTRÓNICO\*: .....

### SOLICITA

PARTICIPAR EN EL "PROGRAMAS DE PISCINAS", DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO ORGANIZADOS POR LA DIPUTACIÓN DE VALLADOLID.

<b>PROGRAMA DE "SALVAMENTO Y SOCORRISMO"</b>	
PISCINA DE ISCAR	
Horario	
10:15 a 11:00	<input type="checkbox"/>
11:00 a 11:45	<input type="checkbox"/>
PISCINA DE TORDESILLAS	
Horario	
16:00 a 16:45	<input type="checkbox"/>
16:45 a 17:30	<input type="checkbox"/>

En....., a .....de.....de  
2021

Fecha tope de inscripción: **3 de Marzo de 2021**

\* Es obligatorio la firma y sello del Centro participante.

Firma y Sello

ILMO. SR. PRESIDENTE DE LA DIPUTACIÓN PROVINCIAL