

PROGRAMA "L'ESPORT INCLOU" PLA DE FORMACIÓ 2014

INCLUSIÓ DE PERSONES AMB DISCAPACITAT MOTRIU EN ACTIVITATS AQUÀTIQUES DIRIGIDES

PROFESSORAT:

Jordi Finestres
Institut Guttmann

Maria Folgado
Especialista en Activitat Aquàtica Adaptada

DURADA: 5 hores

NÚMERO MÀXIM PERSONES INSCRITES: 30

DATA, HORARI I CODI CURS:

- Codi curs: 7005, **7 de novembre de 2014**, de **9 a 14 h**

LLOC: CEM La Verneda. (c. Binèfar, 10-14)

9 a 12:30h - Pràctica aquàtica.
12 :30 a 14h- Aula.

Objectiu:

Introduir els participants en els fonaments teoricopràctics que els capacitin per impartir activitats aquàtiques dirigides en les quals pugui participar qualsevol persona, amb o sense discapacitat motriu.

- Donant a conèixer estratègies i estructures de sessió que facilitin la inclusió de les persones amb discapacitat motriu en les activitats aquàtiques de grup.
- Compartint una sessió pràctica aquàtica amb persones amb discapacitat motriu.



- Facilitant un marc de reflexió sobre la inclusió i normalització social mitjançant l'esport.

Continguts:

1. Coneixement de la discapacitat motriu
2. Com afavorir la participació de les persones amb o sense discapacitat motriu en les activitats aquàtiques dirigides (aquàgim, water Fit...)?:
orientacions didàctiques i estratègies inclusives.
3. Respostes de moviment de la persona amb discapacitat motriu en el medi aquàtic i diferents forces de l'aigua existents.
 - a) Entrades i sortides del vas de la piscina
 - b) Preses a l'aigua, individuals i de grup.
 - c) Control de la respiració
 - d) Treball de rotació. Vivenciar i aprendre a fer rotacions sobre els diferents eixos.
 - e) Treball de l'equilibri. Experimentar i ajustar la forma del cos per aconseguir l'equilibri a l'aigua, amb material de flotació

Per a la pràctica a la piscina cal portar banyador, xancletes, gorra de bany i es recomana l'ús de roba o de tovalloles per als moments de posta en comú fora de l'aigua, fins i tot l'ús de vestit de neoprè a l'alumnat que pensi que pot agafar fred durant la sessió.

Estructura del curs

El curs consta de 2 parts que es distribueixen en:

Part pràctica (3 hores)

- Sistemes de suport de flotació per ajudar a trobar l'equilibri a persones amb discapacitat en les activitats aquàtiques dirigides



- Preses i suports del monitor als seus usuaris aprofitant les diferents forces de l'aigua, sense material de flotació.
- Estratègies i recursos en les sessions aquàtiques dirigides.
- Estructura d'una sessió dirigida amb gran grup per arribar a tots els usuaris segons la diversitat de capacitats
- Entrades i sortides de persones usuàries de cadira de rodes i altres ortesis.

Part teòrica (1 hora i mitja)

- Reflexió i posta en comú de la pràctica realitzada amb tots els participants:
 - Conèixer la discapacitat motriu
 - Entendre les respostes de les persones amb discapacitat en l'entorn aquàtic
 - Aprendre adaptacions i orientacions didàctiques que facilitin la participació de tothom