

**2n**  
**NIVELL**

**ALUMNE**

**MONITOR**

**TEMPORADA**

1 9 8 5

**BUBA**  
FITNESS CLUB

**FAMILIARITZACIÓ**

Jugar amb seguretat a l'aigua amb material auxiliar.

Desplaçar-se pel medi amb material auxiliar.

Assolir l'etapa de familiarització satisfactòriament.

**RESPIRACIÓ**

Aconseguir introduir el cap dins de l'aigua amb seguretat.

Realitzar correctament el procés de respiració agafat/da a la paret.

Dur a terme correctament el procés de respiració en flotació amb material auxiliar.

Executar amb correcció el procés de respiració en desplaçaments amb material auxiliar.

**FLOTACIÓ**

Aconseguir fer la flotació dorsal amb ajuda de material.

Dur a terme la flotació ventral amb ajuda de material (cap enfonsat).

Realitzar flotacions ventrals i dorsals sense ajuda de material.

Adoptar una posició horitzontal i paral·lela a la línia de flotació.

**PROPULSIONS**

Desplaçar-se amb ajuda de material de flotació

Propulsar-se un mínim de 15m amb ajuda de material fent servir la patada de crol i/o d'esquena.

Combinar la patada amb exercicis de respiració amb ajuda de material.

**ENTRADES A L'AIGUA**

Saltar a l'aigua de manera autònoma amb ajuda de material.

Saltar a l'aigua de manera autònoma sense ajuda de material.

**IMMERSIONS**

Realitzar petites immersions amb el suport del monitor.

Dur a terme immersions després de saltar.

# OBSERVACIONS

X

## DURANT LA SESSIÓ

Té por

Mostra dificultats per seguir el ritme de les sessions

S'esforça a realitzar els exercicis correctament

Mostra interès i entusiasme

Gaudeix de l'activitat

Té facilitat pel medi aquàtic

## DURANT EL JOC

Té un joc espontani i creatiu.

Juga amb tots els nens i nenes del grup

Té un joc individual

Li costa jugar si no se li incentiva

## ACTITUD

Molt bona. Participa, coopera i ajuda a la resta quan ho necessita

Dur a terme les activitats amb ganes i correcció

Li costa participar en les propostes i cooperar



# COMENTARIS

## CRITERIS D'AVALUACIÓ

NA: No assolit

AS: Assoliment satisfactori

AN: Assoliment notable

AE: Assoliment excel·lent



C/ Girona 35-37, 08915 Badalona



[info@bubaclub.com](mailto:info@bubaclub.com)



+34 933 99 83 04



[Bubafitnessclub](#)

