

# SCUOLA NUOTO BABY

OBBIETTIVI DAI 3 AI 5 ANNI

**CSS**  
1996



## **BABY P - ANATROCCOLI**

Immersione del capo con gli occhi aperti  
Immersione del capo con bollicine  
Galleggiamenti statici proni  
Galleggiamenti statici supini  
Scivolamenti proni  
Tuffo da seduto



## **BABY 1 - STELLE MARINE**

Recupero oggetti sul fondo  
Scivolamenti proni e supini  
Galleggiamenti dinamici con rotazione prona e supina  
Decupito prono e supino con battuta di gambe  
Galleggiamento verticale in acqua alta  
Galleggiamento dinamico verticale (cagnolino - 10 mt.)  
Tuffo da in piedi



## **BABY 2 - TARTARUGHE**

Galleggiamento verticale in acqua alta  
Galleggiamenti dinamici con rotazione prona e supina  
Conquista dell'equilibrio nel passaggio prono e supino  
Galleggiamento dinamico verticale (cagnolino - 10 mt.)  
Decupito prono e supino con battuta di gambe  
Consolidamento del ritmo respiratorio  
Tuffo dal bordo in ginocchio



## **BABY 3 - PESCIOLINI**

Decupito prono con battuta di gambe per 20/25 mt.  
Decupito supino con battuta di gambe per 20/25 mt.  
Conquista dell'equilibrio nel passaggio prono e supino  
Consolidamento del ritmo respiratorio  
Introduzione al Dorso  
Piccole immersioni  
Tuffo dal bordo in piedi