



Natação para BÉBÉS

Piscina de 25 metros, com seis pistas
Tanque de Aprendizagem (12m x 8m)
Bar e Esplanada

Festas de Aniversário

VENHA CONHECER A PISCINA!

www.gcp.pt



**GINÁSIO
CLUBE
PORTUGUÊS**

PISCINA MUNICIPAL DE CAMPO DE OURIQUE

Rua Correia Teles, 103-A | 1350 - 097 Lisboa 213 869 541

piscina@gcp.pt [facebook.com/ginasioclubeportugues](https://www.facebook.com/ginasioclubeportugues)

As aulas para Bebés pretendem proporcionar ao par, Acompanhante-Bebé, um conjunto de vivências que permitem fortalecer o vínculo afectivo (respeito pelos ritmos de aprendizagem, necessidades e conquistas) explorando um meio que potencializa o desenvolvimento do Bebé nas áreas psicomotora, cognitiva, social, emocional e afetiva.

REGRAS DE FUNCIONAMENTO

Os pais devem utilizar touca, fato de banho de licra e chinelos limpos (não utilizados na rua).

As crianças devem utilizar touca, chinelos, fralda descartável de natação, fato-de-banho e toalha (é importante para prevenir diferenças de temperaturas entre o cais de piscina e os balneários).

Antes do início da aula é obrigatório tomar duche.

Os pares, Acompanhante-Bebé, devem aguardar no banco junto ao tanque e entrar apenas quando o Professor der indicação para tal. Quando a aula terminar devem sair da água e abandonar o cais de imediato.

Em caso de vômito ou fezes, a actividade terá de ser interrompida para tratamento da água. Sempre que possível será reorganizada a actividade na piscina de 25 metros, caso contrário, será interrompida.

ALIMENTAÇÃO

Sempre que possível devem evitar ingerir alimentos lácteos (leite e iogurtes) até duas horas antes da aula. Quando da ingestão de alimentos sólidos deve ser respeitado o período de uma hora. Sugere-se que tenha algo disponível para o pós-aula.

OBJECTIVOS GERAIS DAS AULAS

- Ambientação ao meio aquático, demonstrando prazer, serenidade e predisposição para a prática;
- Desenvolvimento psicomotor, cognitivo, emocional e social;
- Desenvolvimento das capacidades motoras, resistência e coordenação;
- Estimulação da autonomia do Bebé no meio aquático;
- Reforçar o vínculo afectivo;
- Orientar o acompanhante para interagir com autonomia;
- Estimulação da capacidade exploratória;
- Aumentar a auto-estima e autoconfiança;
- Utilização do jogo lúdico como estratégia de ensino;
- Apresentação de noções simples sobre segurança aquática.

**SEMPRE QUE SURGIR UMA DÚVIDA, NÃO HESITE
EM QUESTIONAR O SEU PROFESSOR!**