

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, aumenta o apetite e consequentemente melhora o seu comportamento, estimula a autoconfiança, a segurança, a independência e melhora a capacidade relacional da criança mesmo nesta idade precoce.

O seu bebé está a aprender sobre o mundo de diferentes maneiras, usando a sua crescente capacidade de explorar com a mãos e descobrir através do movimento. A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade ao bebé para desenvolver as suas habilidades psicomotoras e consciência corporal.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu bebé.



B6

Nas aulas de B6 (dos 6 aos 11 meses) o seu bebé é desafiado a...

- Realizar movimentos rudimentares como gatinhar, sentar, levantar, rebolar, agarrar, largar, rebolar entre outros, sempre com ajuda dos pais e do professor;
- A preensão do bebé está mais apurada, vamos fazer muitas manipulações de materiais com diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores;
- Comunicação verbal e não verbal, interagindo com os pais, os outros bebés e com o professor;
- O seu bebé já começa a aperceber-se da sua individualidade, pode passar a ser tímido ou a ter medo de estranhos, desde o início que durante as aulas vai progressivamente interagir com o professor, em pequenos grupos e com o grupo todo;
- Adaptação ao meio aquático com exercícios com deslizes ventrais e dorsais, equilíbrios, rotações, batimentos de pernas de barriga para baixo e de barriga para cima, entradas na água a partir da posição de sentado com e sem imersão, soprar para a água e imersões.



B6



B12



B18



B24



B30



B36



B42

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

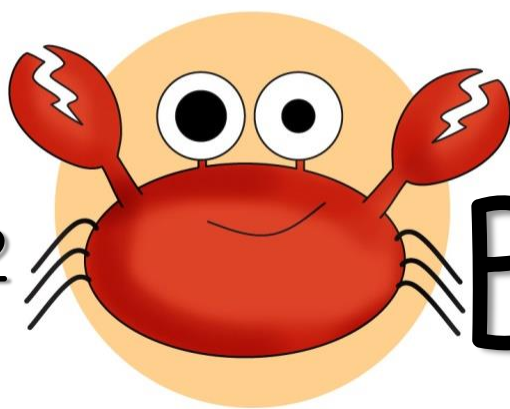
ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, aumenta o apetite e consequentemente melhora o seu comportamento, estimula a autoconfiança, a segurança, a independência e melhora a capacidade relacional da criança mesmo nesta idade precoce.

O seu bebé está a aprender sobre o mundo de diferentes maneiras, usando a sua crescente capacidade de explorar com a mãos e descobrir através do movimento. A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade ao bebé para desenvolver as suas habilidades psicomotoras e consciência corporal.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu bebé.



BI2

Nas aulas de BI2 (dos 12 aos 17 meses) o seu bebé é desafiado a...

- Realizar movimentos como gatinhar, sentar, levantar, rebolar, agarrar, largar, atirar, empurrar e marcha;
- Identificar e manipular materiais com diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores;
- Agora o bebé já conhece o poder das emoções e vai usá-las nas suas comunicações verbais e não verbais com os pais, com os outros bebés e com o professor. Aproximação progressiva na relação professor/bebé com reconhecimento do professor como adulto significativo;
- Interagir com os outros de forma a começar a ter uma noção de grupo;
- Adaptar-se ao meio aquático realizando deslizes ventrais e dorsais, equilíbrios, rotações ventral/dorsal e dorsal/ventral, deslizes com e sem rotações, batimentos de pernas em posição ventral e dorsal, entradas na água a partir da posição de sentado com e sem imersão, expiração/soprar “a” e “na” água, imersão.



B6



BI2



BI8



B24



B30



B36



B42

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

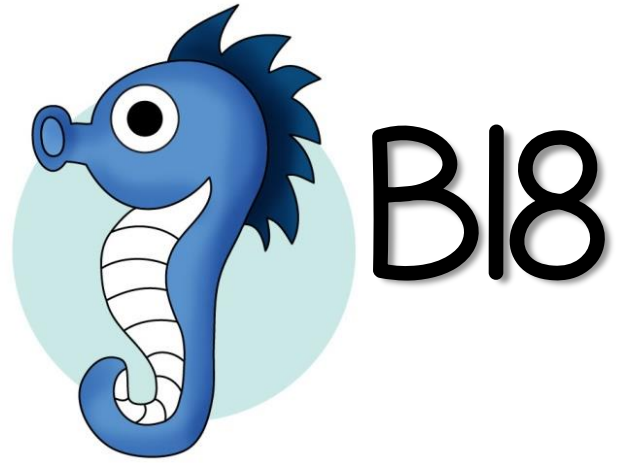
ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, aumenta o apetite e consequentemente melhora o seu comportamento, estimula a autoconfiança, a segurança, a independência e melhora a capacidade relacional da criança. A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade ao bebé para desenvolver as suas habilidades psicomotoras ajudando a estimular a curiosidade do bebé para continuar a aprender. Nesta fase ainda precisam de estar com os pais de forma a se sentirem seguros quando o mundo se mostra ameaçador e fatigante.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu bebé.

Nas aulas de B18 (dos 18 aos 23 meses) o seu bebé é desafiado a...



- Realizar movimentos como subir, sentar, agarrar, largar, atirar, lançar, empurrar, perseguir, fugir, subir, descer, pontapear e transportar;
- Manipular materiais de diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores;
- Comunicar verbal e não verbalmente. Baseando na relação de confiança entre o pai e o bebé vamos fazer uma aproximação progressiva na relação professor com o bebé com objetivo de reconhecer o professor como adulto significativo. Interpretação de “tarefas simples” e as instruções começam gradualmente a ser dirigidas ao Bebé;
- Explorar e descobrir o jogo individual e em grupo, corridas e brincadeiras, com e sem material;
- Progressivamente vai ficando autónomo na água com materiais auxiliares. O seu filho está a crescer e é importante começar a dar-lhe alguma liberdade e confiança para que consiga desenvolver as suas capacidades;
- Equilíbrios e rotações, deslizes variados com expiração com e sem rotações, batimentos de pernas ventral e dorsal com expiração, entradas na água e saltos a partir da posição de sentado e de pé com e sem imersão, imersões.



B6



B12



B18



B24



B30



B36



B42

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, aumenta o apetite e consequentemente melhora o seu comportamento, estimula a autoconfiança, a segurança, a independência e melhora a capacidade relacional da criança. A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade ao bebé para desenvolver as suas habilidades psicomotoras ajudando a estimular a curiosidade do bebé para continuar a aprender. Nesta fase ainda precisam de estar com os pais de forma a se sentirem seguros quando o mundo se mostra ameaçador e fatigante.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu bebé.

Nas aulas de B24 (dos 24 aos 29 meses) o seu bebé é desafiado a...



- Movimentar-se de várias formas como andar, correr, saltar, saltitar, galopar, deslizar, rodar, cair, trepar, subir, baixar-se, esquivar-se, estar de pé em desequilíbrio, balancear, inclinar, levantar, tracionar, equilibrar e dobrar;
- Agarrar, lançar, driblar e pontapear materiais com diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores através de jogos de encaixe/precisão, jogos de construção, jogos de exploração, jogos de imitação, jogos temáticos e outros;
- Comunicação verbal e não verbal baseada na relação de confiança entre pai e bebé com aproximação progressiva na relação professor/bebé com reconhecimento do professor como adulto significativo. Interpretação de “tarefas simples” com grande parte das instruções dirigidas ao Bebé;
- Descobrir e explorar o jogo individual e em grupo com corridas e brincadeiras, com e sem material;
- Já consegue ficar autónomo na água com alguns materiais auxiliares, o seu filho está a desenvolver de dia para dia e é importante dar-lhe liberdade, transmitindo confiança e segurança para que se consiga superar;
- Adaptação ao meio aquático com realização de deslocamentos, equilíbrios e rotações, associação de deslizes variados com expiração, batimentos de pernas ventral e dorsal com expiração, entradas na água e saltos a partir da posição de sentado e de pé com e sem imersão, imersões.



B6



B12



B18



B24



B30



B36



B42

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

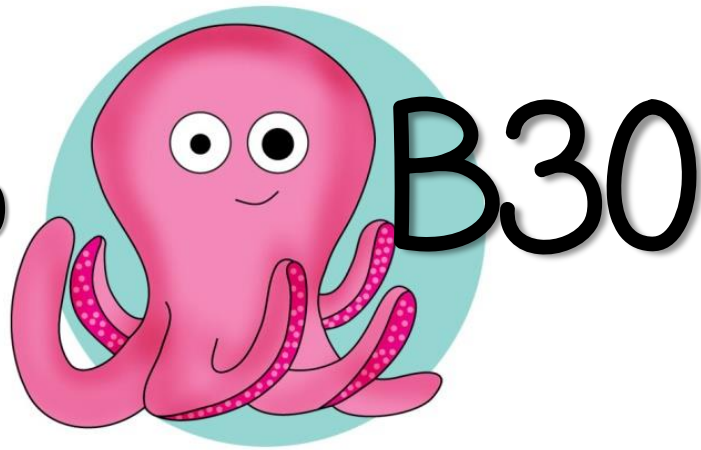
ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, aumenta o apetite e consequentemente melhora o seu comportamento, estimula a autoconfiança, a segurança, a independência e melhora a capacidade relacional da criança. A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade ao bebé para desenvolver as suas habilidades psicomotoras ajudando a estimular a curiosidade do bebé para continuar a aprender. Nesta fase ainda precisam de estar com os pais de forma a se sentirem seguros quando o mundo se mostra ameaçador e fatigante.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu bebé.

Nas aulas de B30 (dos 30 aos 35 meses) o seu bebé é desafiado a...



- Realizar movimentos locomotores, não locomotores e manipulativos com variabilidade e complexidade crescente;
- Explorar materiais com diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores através de jogos de encaixe e precisão, jogos de construção, jogos de exploração, jogos de imitação, jogos temáticos e outros;
- Comunicação verbal e não verbal baseada na relação de confiança entre pai e bebé com aproximação progressiva na relação professor/bebé com reconhecimento do professor como adulto significativo. Progressivo afastamento/independência do pai e reconhecimento do Professor como elemento orientador da aula. Interpretação de “tarefas simples com instruções dirigidas ao Bebé”;
- Explorar e descobrir o jogo individual e em grupo, corridas e brincadeiras, com e sem material;
- Autonomia progressiva no espaço físico com e sem materiais auxiliares;
- Adaptação ao meio aquático com deslocamentos, equilíbrios e rotações, associação de deslizes variados com expiração, batimentos de pernas ventral e dorsal com expiração, coordenação da impulsão vertical associada à inspiração/expiração, entradas na água e saltos a partir da posição de sentado e de pé com e sem imersão, imersões.



B6



B12



B18



B24



B30



B36



B42

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

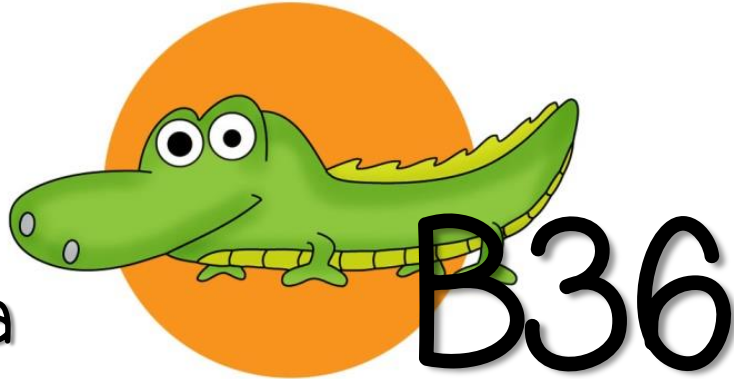
ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, cria um sentimento de independência que o vai ajudar a relacionar-se com os outros, a ser sociável e amigável. Aumenta o sentido de responsabilidade, autoconfiança, curiosidade e atenção. Treina as tomadas de decisão, cria um espírito de aventura, sentido de identidade, independência física e emocional que o vai ajudar a ultrapassar dificuldades. A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade à criança para desenvolver as suas habilidades psicomotoras.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu filho/a.

Nas aulas de B36 (dos 36 aos 41 meses) a sua criança é desafiada a...



- Realizar movimentos locomotores, não locomotores e manipulativos com variabilidade e complexidade crescente;
- Explorar materiais com diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores através de jogos de encaixe/precisão, jogos de construção, de exploração, de imitação, temáticos e outros;
- Comunicar verbal e não verbalmente. Através da relação de confiança entre pai e bebé, vamos fazer uma aproximação na relação professor/bebé com reconhecimento do professor como adulto significativo. Progressivo afastamento da criança do pai, para maior independência e reconhecimento do professor como elemento orientador da aula. Interpretação de tarefas com complexidade crescente com instruções dirigida à criança. Passadas poucas aulas os pais deixam de acompanhar os filhos na água e as crianças passam a fazer a aula apenas com os colegas e o professor;
- Explorar o jogo individual e em grupo, corridas e brincadeiras, com e sem material recorrendo frequentemente ao imaginário da criança;
- Ficar cada vez mais autónoma nas várias componentes de adaptação ao meio aquático com e sem material, deslocamentos, equilíbrios e rotações, retirada de apoios, associação de deslizos variados/expiração, batimentos de pernas ventral e dorsal com expiração, coordenação da impulsão vertical com respiração, autonomia em profundidade, entradas na água, saltos e imersões.



B6



B12



B18



B24



B30



B36



B42

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

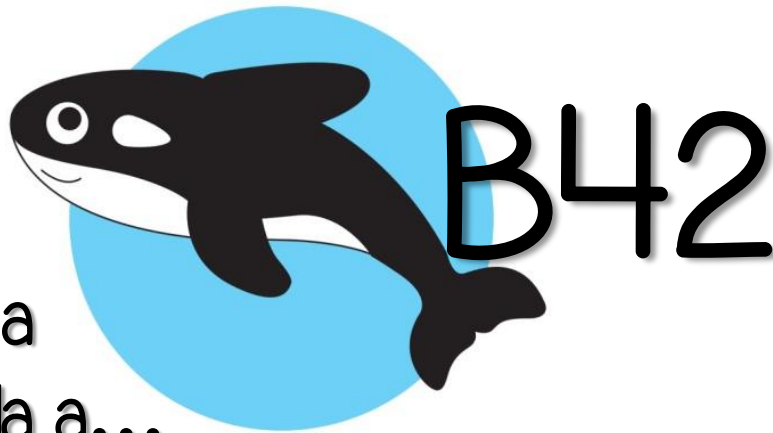
ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

Natação para Bebés

A natação para bebés não ensina só o seu filho/a a adaptar-se à água, é uma atividade que relaxa, cria um sentimento de independência que o vai ajudar a relacionar-se com os outros, a ser sociável e amigável. Aumenta o sentido de responsabilidade, autoconfiança, curiosidade e atenção. Treina as tomadas de decisão, cria um espírito de aventura, sentido de identidade, independência física e emocional que o vai ajudar a ultrapassar dificuldades.

A água constitui um meio facilitador de movimentos, dando maior liberdade à criança para desenvolver as suas habilidades psicomotoras.

A natação para bebés do **EULisboa** é sobretudo uma actividade que estimula e permite o desenvolvimento integral do seu filho/a.



Nas aulas de B42 (a partir dos 42 meses) a sua criança é desafiada a...

- Realizar movimentos fundamentais locomotores, não locomotores e manipulativos com variabilidade e complexidade crescente;
- Explorar materiais com diferentes formas, tamanhos, texturas, sons e cores através de jogos de encaixe/precisão, jogos de “faz de conta”, jogos de construção, jogos de exploração, jogos de imitação, jogos temáticos e outros;
- Comunicação verbal e não verbal reforçando a relação de confiança da criança com o professor e reconhecimento deste como elemento orientador da aula. Interpretação de tarefas com complexidade crescente com instruções dirigidas à criança;
- Explorar e descobrir o jogo individual e em grupo, corridas e brincadeiras, com e sem material;
- Autonomia progressiva no espaço físico com e sem materiais auxiliares;
- Aumentar a autonomia nas várias componentes de adaptação ao meio aquático, deslocamentos, equilíbrios e rotações, retirada de apoios, deslizes variados com expiração, batimentos de pernas ventral e dorsal com expiração, coordenação a impulsão vertical à respiração, autonomia em profundidade, entradas na água e saltos com e sem imersão, imersões.



B6



B12



B18



B24



B30



B36



B42

U LISBOA

UNIVERSIDADE
DE LISBOA

ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA