

# JAMOR

centro desportivo nacional

## Natação para Bebés



Atividade de enorme potencial que apresenta benefícios nas diferentes áreas do desenvolvimento da criança.

Utiliza metodologias e estratégias específicas de forma a proporcionar um variado leque de estímulos, que promovem não só a adaptação ao meio aquático mas também o desenvolvimento motor, cognitivo e social do bebé.

Classes disponíveis:

6/12 meses | 12/18 meses | 18/24 meses | 24/30 meses\* |  
30/36 meses\*\*

(\*) Classe para bebés com idades compreendidas entre os 24 e os 32 meses

(\*\*) Classe que surge em março, resultando da progressão do grupo

Mais informações:

e: [piscinas.jamor@ipdj.pt](mailto:piscinas.jamor@ipdj.pt) | t: 214 156 400

O meio aquático é um espaço de aventura e exploração, que coloca a criança face ao dilema de confiança perante o desconhecido. É por isso um contexto privilegiado para experienciar novos comportamentos motores e estimular os diversos sentidos.

### Área Motora

- Noção do esquema corporal
- Desenvolvimento do tónus muscular
- Aumento do repertório motor
- Desenvolvimento da coordenação
- Promoção da simetria

### Adaptação ao Meio Aquático

- Equilíbrio
- Controlo respiratório
- Imersão
- Deslocamentos

## Natação para Bebés

### Área Sócio Afetiva

- Desenvolvimento da socialização e comunicação
- Fortalecimento do vínculo afetivo entre o bebé e pai/mãe

### Área Cognitiva

- Desenvolvimento da linguagem e comunicação
- Desenvolvimento da noção espaço-temporal de profundidade e distância
- Aumento da capacidade de tomada de decisão e resolução de problemas
- Desenvolvimento da capacidade de diferenciação/associação de cores/formas/tamanhos

### Horários 2016/2017 (de setembro a março 2017)

	6/12 meses	12/18 meses	18/24 meses	24/30 meses
Sábado	09:30   10:30   11:00	09:30   10:00   11:00   11:30	10:00   10:30   11:00   11:30	9:30   10:00   10:30   11:00   11:30
Domingo	10:00   10:30   11:00	10:00   10:30   11:00   11:30	10:00   10:30   11:00	10:00   10:30   11:00   11:30