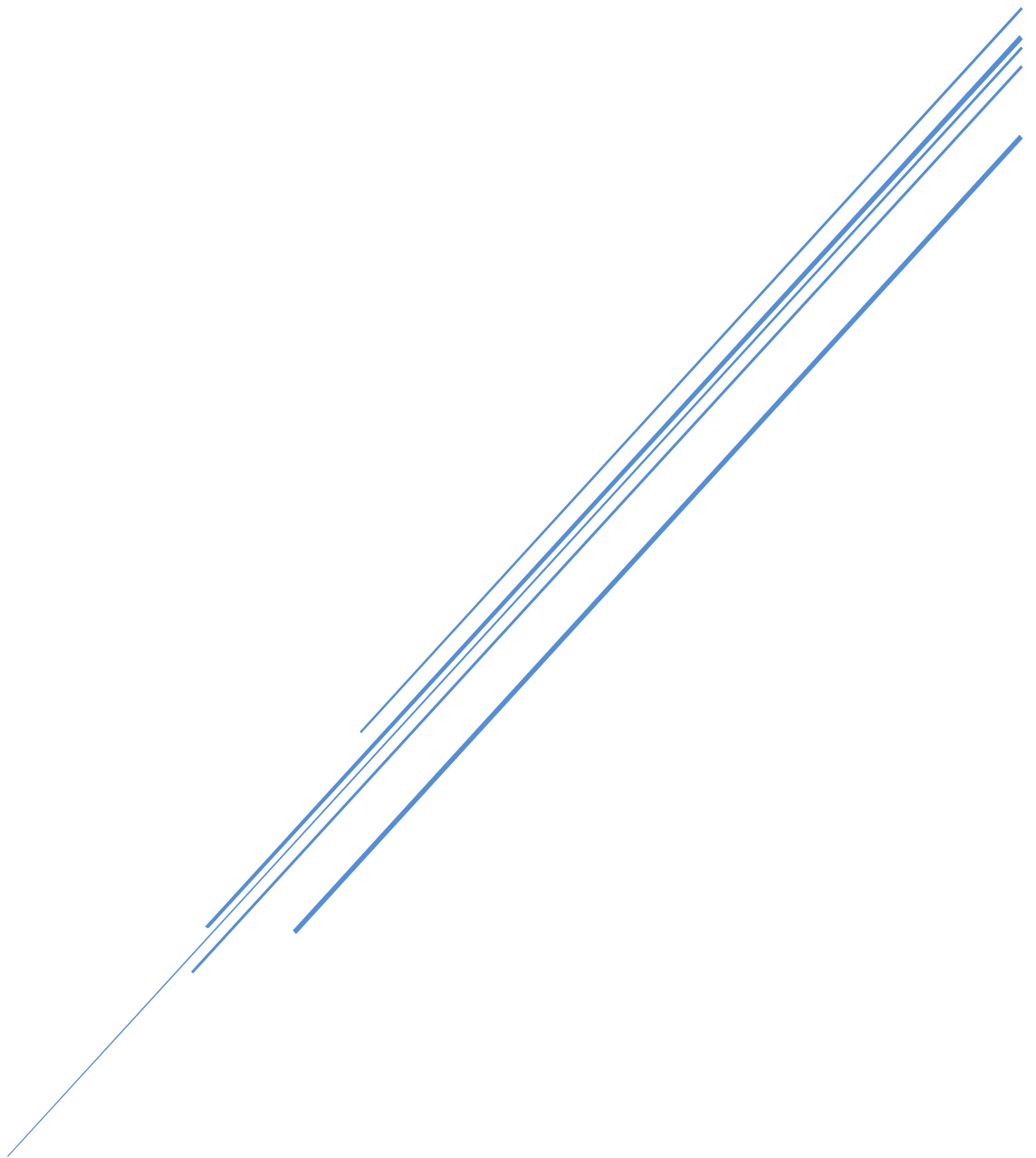


# PIN PROJETO DE INICIAÇÃO À NATAÇÃO

Agrupamento de Escolas da Gafanha da Encarnação





## Índice

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| Índice .....                                              | 2  |
| Introdução .....                                          | 3  |
| Enquadramento.....                                        | 3  |
| Entidade Promotora do Programa .....                      | 4  |
| Destinatários.....                                        | 4  |
| Gratuidade.....                                           | 4  |
| Período de Funcionamento .....                            | 4  |
| Responsabilidade Técnica e Coordenação .....              | 4  |
| Horário das Atividades .....                              | 4  |
| Primeiros Socorros .....                                  | 4  |
| Transporte .....                                          | 5  |
| Objetivos.....                                            | 5  |
| Organização Pedagógica.....                               | 5  |
| Parâmetros Pedagógico/ Didáticos .....                    | 6  |
| Coordenação.....                                          | 6  |
| Crianças não inscritas no Projeto .....                   | 7  |
| Perfil de Competências.....                               | 7  |
| Objetivos por Cada Nível de Ensino e Etapa.....           | 8  |
| Exercícios para Análise da Competência das Crianças ..... | 9  |
| Acompanhantes.....                                        | 10 |
| Encarregados de Educação.....                             | 10 |
| Avaliação do Projeto.....                                 | 11 |

## Introdução

O Município de Ílhavo promove desde 1998 o Programa de Iniciação à Natação (PIN), especialmente dirigido a todas as crianças do Município de Ílhavo que frequentam a Educação Pré-Escolar, inscritas em instituições públicas e privadas. Este programa oferece a oportunidade de todas as crianças se adaptarem ao meio aquático e desenvolverem competências que lhes permitam a resposta mais adequada para a deslocação no meio aquático.

Este projeto enquadra-se na missão inscrita no Projeto Educativo do Agrupamento: *O Agrupamento de Escolas da Gafanha da Encarnação quer realçar, através de práticas pedagógicas assentes no desenvolvimento da pessoa humana e com tónicas de inovação, a importância da relação educando-escola-família na construção dos diferentes “Saberes”, no desenvolvimento de capacidades e na aquisição de conhecimentos.*

## Enquadramento

As Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar, publicada pela Direção Geral de Educação, em 2016, enunciam um conjunto de princípios de pedagogia para a infância, de entre os quais se salienta o facto de “O desenvolvimento motor, social, emocional, cognitivo e linguístico da Criança é um processo que decorre da interação entre a maturação biológica e as experiências proporcionadas pelo meio físico e social. [...] As relações e interações que a Criança estabelece com adultos e outras crianças e as experiências que lhe são proporcionadas pelos contextos sociais e físicos em que vive constituem formas de aprendizagem, que vão contribuir para o seu desenvolvimento.” (pp. 9).

Ainda no mesmo documento pode ler-se que “para além da contribuição da comunidade para a aprendizagem das crianças, o estabelecimento educativo beneficia da colaboração com organizações, serviços e recursos da comunidade próxima e alargada (autarquias, serviços de saúde, segurança social, Polícia de Segurança Pública, centros culturais e desportivos, instituições de ensino superior, etc.) para realizar as suas finalidades educativas. A cooperação com estes recursos da comunidade pode assumir a forma de parcerias formais, através de acordos ou protocolos com continuidade, ou ser solicitada pontualmente. Estas parcerias, para além de contribuírem para a realização das finalidades educativas do estabelecimento, podem ainda facilitar a relação entre estes serviços e os pais/ famílias, através da disponibilização de informações sobre as suas funções e funcionamento.” (pp. 33)

Por outro lado, a Área do conhecimento do Mundo (pp. 85) refere que “A abordagem do Conhecimento do Mundo parte do que as crianças já sabem e aprenderam nos contextos em que vivem. A exploração do meio próximo da Criança tem para esta um sentido afetivo e relacional, que facilita a sua compreensão e apreensão e também proporciona a elaboração de quadros explicativos para compreender outras situações mais distantes.” Ora sendo Ílhavo, um Município rodeado de água – Ria e Mar - reveste-se de extrema importância, o Projeto de Iniciação à Natação, a fim de dotar as Crianças de capacidades que lhes permitam usufruir de conhecimentos natatórios.

## Entidade Promotora do Programa

O programa é promovido pela Câmara Municipal de Ílhavo, através do Gabinete de Desporto em coordenação com o Gabinete de Educação.

## Destinatários

Este programa destina-se a todas as Crianças inscritas na Educação Pré-Escolar do Agrupamento de Escolas da Gafanha da Encarnação, podendo ser alargado às crianças do 1.º Ciclo do Ensino Básico que frequentam a Unidade de Ensino Estruturado do Espectro do Autismo do Agrupamento.

## Gratuidade

A entidade promotora do programa garante a gratuidade do mesmo.

## Período de Funcionamento

As sessões decorrem durante os três períodos escolares:

- 1.º Período: início na primeira semana de outubro e fim coincidente com o final do 1.º período letivo
- 2.º Período: coincide com o segundo período letivo
- 3.º Período: início após a interrupção da Páscoa e fim na semana que antecede o Festival de Natação

## Responsabilidade Técnica e Coordenação

A responsabilidade técnica é do Gabinete de Desporto da Câmara Municipal de Ílhavo em coordenação com o Gabinete de Educação e as Educadoras de Infância titulares de cada grupo.

## Horário das Atividades

As atividades decorrem sempre no horário da manhã, sendo o horário de cada grupo apresentado, pela Autarquia, no início do ano letivo.

## Primeiros Socorros

Em todos os locais onde decorrem atividades deste programa está garantida a existência de materiais de primeiros socorros, assim com acesso telefónico ao 112.

## Transporte

O transporte das crianças e adultos acompanhantes é da responsabilidade da entidade promotora, garantindo as regras de segurança previstas na lei.

## Objetivos

Pretende-se, com este projeto:

- Proporcionar às crianças o contacto com uma piscina
- Desenvolver habilidades motoras que permitem a escolha da resposta mais adequada em diversas situações no meio aquático (noção de saber nadar)
- Libertar emoções e medos em relação à água
- Adquirir hábitos de higiene corporal
- Aprender a vestir-se e despir-se autonomamente
- Tornar-se independente em tarefas do dia-a-dia
- Promover a construção da identidade e da autoestima
- Desenvolver a consciência da convivência democrática e em cidadania
- Flutuar em equilíbrio, em diferentes posições partindo de apoio de pés e mãos para a flutuação vertical e horizontal (facial e dorsal)
- Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios
- Associar o mergulho às diferentes posições de flutuação abrindo os olhos durante a imersão para se deslocar com intencionalidade em tarefas simples (apanhar objectos, seguir colegas, etc.)
- Deslocar-se em flutuação, coordenando as acções propulsivas das pernas e braços com a respiração em diferentes planos de água e eixos corporais, explorando a resistência da água e orientando-se com intencionalidade para transportar, receber e passar objectos, seguir colegas, etc.
- Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados
- Desenvolver hábitos regulares de prática desportiva

## Organização Pedagógica

O programa está dividido em 3 (três) níveis, de acordo com os conteúdos já adquiridos pela criança.

Assim, temos o NÍVEL 1 para os grupos que frequentam o programa pelo primeiro ano, o NÍVEL 2 para os grupos que frequentam o programa pelo segundo ano e o NÍVEL 3 para os grupos que frequentam o programa pelo terceiro ano.

A divisão dos objetivos é feita por anos de permanência no programa e não por idades, uma vez que nestas idades a evolução e competências adquiridas pelos alunos depende mais da experiência que têm no meio aquático do que da idade.

Em cada Nível são apresentadas duas etapas, decorrendo a primeira desde o início das aulas até à realização da primeira observação realizada em janeiro, seguindo-se a segunda que se realiza no final do mês de maio, cuja ficha é entregue no dia do festival.

Os conteúdos e objetivos apresentados são referenciais relativamente ao processo de ensino-aprendizagem. No entanto, e se o grupo demonstrar uma evolução que permita ir para além destes objetivos o professor deverá fazer um reajustamento do planeamento no sentido de ir ao encontro dessa mesma evolução e não se cingir apenas aos objetivos estabelecidos.

Cada criança poderá mudar de nível, em qualquer altura do ano letivo, consoante a evolução que apresentar.

## Parâmetros Pedagógico/ Didáticos

- 1) Tempo de aula: 45 minutos;
- 2) Temperatura da água: entre 28 e 30 graus;
- 3) Local das aulas: Piscina da Gafanha da Nazaré;
- 4) Número de aulas previstas: uma a duas aulas por semana, durante os períodos de aulas definidos inicialmente;
- 5) Número de técnicos por grupo: dois
  - a) Às crianças com PEI – Programa Educativo Individual ao abrigo do Decreto-Lei n.º 3/2008 de 7 de janeiro, - poderá ser atribuído um técnico para trabalho individualizado, consoante as medidas prevista no seu PEI.
- 6) Níveis: 3 níveis – 1, 2 e 3 de acordo com os conteúdos já adquiridos pelos alunos;
- 7) Características gerais das funções dos técnicos nas aulas:
  - a) Preparar o material didático e o espaço necessário, antes do início da aula;
  - b) Conversar inicialmente com as crianças para as preparar para a aula;
  - c) Colocar e dispor, as crianças e o material, na piscina, de forma adequada;
  - d) Proporcionar uma aula contínua e com dinâmica;
  - e) Explicar e exemplificar os exercícios antes da sua realização pelas crianças;
  - f) Utilizar ciclos de feedback (observação – correção – observação);
  - g) Adequar os exercícios ao nível em que se encontram as crianças;
  - h) Diversificar os exercícios;
  - i) Concluir a aula de forma ajustada despedindo-se dos alunos.

## Coordenação

Nas Orientações Curriculares é referida a necessidade e importância de outros técnicos participarem no processo de identificação de formas de aprendizagem e de desenvolvimento da pessoa, documentação de práticas e métodos para aplicação dos processos de desenvolvimento e produção de formas que complementem a atividade pedagógica. Há, assim, uma dinâmica interligada entre a planificação, a atividade e a avaliação pedagógica, num sistema que visa uma articulação entre o espaço, a educadora, a criança, o meio e a família.

Assim, o projeto desenvolver-se-á da seguinte forma:

- Reunião entre Educadoras de Infância e Técnicos de Natação a realizar no início de cada ano lectivo;
- Definição conjunta dos objetivos para cada escalão de desenvolvimento natatório, no início de cada ano letivo;
- Acompanhamento, por parte das Educadoras de Infância e Assistentes Operacionais, do grupo ou grupos de crianças, durante o decorrer das aulas, apoiando os Técnicos nas tarefas que forem necessárias;
- Avaliação dos processos e das atividades realizada em conjunto, entre os Técnicos de Natação e as Educadoras de Infância dos respetivos grupos;
- Inclusão, nas fichas individuais de avaliação interna do agrupamento, de um espaço/ campo para a avaliação das competências nas áreas de formação pessoal e social e área da expressão e comunicação no domínio da educação física ligadas ao projeto;
- Inclusão das assinaturas do Técnico de Natação e da Educadora de Infância nas fichas de avaliação da CMI a serem entregues aos pais;
- Avaliação do projeto no final de cada ano letivo, pelos Técnicos de Natação, Educadoras de Infância e Encarregados de Educação das crianças envolvidas;
- Participação, das Crianças, no Festival de Natação, organizado pela autarquia, no final do ano lectivo.

## Crianças não inscritas no Projeto

Este projeto não é de participação obrigatória.

As Crianças cujos Encarregados de Educação não pretendam que participem no projeto e/ ou as Crianças que se encontrem doentes acompanharão o grupo até ao edifício da piscina, ficando num espaço reservado para o efeito, sob a vigilância de uma assistente operacional, a realizar atividades definidas pela Educadora de Infância, com supervisão desta. Este espaço permite o contacto visual da Educadora com as Crianças, pois está separado da nave das piscinas por vidro transparente. O material a ser utilizado nestas atividades é da responsabilidade do Agrupamento.

## Perfil de Competências

Pretende-se que os alunos que participam nos três anos do programa atinjam o perfil definido no programa oficial do primeiro ciclo do Ensino Básico no nível introdutório, a saber:

1. Em piscina com pé, em situação de exercício ou de jogo, utilizando objetos variados flutuantes e submersos:
  - 1.1. Coordenar a inspiração e a expiração em diversas situações simples com e sem apoios, fazendo a inspiração curta e a expiração completa ativa e prolongada só pela boca, só pelo nariz e, simultaneamente, pelas duas vias.
  - 1.2. Flutuar em equilíbrio, em diversas posições partindo de apoio de pés e mãos para a flutuação vertical e horizontal (facial e dorsal). Combinar as posições de flutuação em sequências (coordenando essas mudanças com os movimentos da cabeça e respiração): vertical-horizontal, horizontal facial-dorsal.
  - 1.3. Associar o mergulho às diferentes posições de flutuação abrindo os olhos durante a imersão para se deslocar com intencionalidade em tarefas simples (apanhar objetos, seguir colegas) a vários níveis de profundidade.



- 1.4. Deslocar-se em flutuação, coordenando as ações propulsivas das pernas e braços com a respiração em diversos planos de água e eixos corporais, explorando a resistência da água e orientando-se com intencionalidade para transportar, receber e passar objetos, seguir colegas.
- 1.5. Saltar para a piscina, partindo de posições e apoios variados (pés, pés e mãos, joelhos, frontal e lateral), mergulhando para apanhar um objeto no fundo e voltar para uma posição de flutuação.

(in programa de Expressão Físico-motora do 1.º ciclo do ME)

## Objetivos por Cada Nível de Ensino e Etapa

|                     | CONTEÚDOS          | OBJETIVOS                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NÍVEL 1 – 1.ª etapa | Propulsão (1)      | Conhecer a resistência da água através de situações de deslocamento com e sem apoios.                                                                                                                                                                   |
|                     | Imersão (1)        | Controlar a imersão em apneia com e sem apoios.                                                                                                                                                                                                         |
|                     | Imersão (2)        | Controlar a imersão com a expiração com e sem apoios.                                                                                                                                                                                                   |
|                     | Equilíbrio (1)     | Eliminar os apoios pés e mãos, explorando situações de flutuação através de jogos ou atividades de recreação                                                                                                                                            |
|                     | Respiração (1)     | Eliminar o bloqueio respiratório na imersão.                                                                                                                                                                                                            |
|                     | Respiração (2)     | Controlar a expiração boca e nariz na imersão.                                                                                                                                                                                                          |
|                     | Respiração (3)     | Coordenar a inspiração e expiração em diversas situações simples com e sem apoios.                                                                                                                                                                      |
|                     | Salto (1)          | Dominar o salto de pés a partir da posição de sentado com ajuda.                                                                                                                                                                                        |
|                     | Salto (2)          | Dominar o salto de cabeça a partir da posição de sentado com ajuda.                                                                                                                                                                                     |
|                     | Atividades lúdicas | Realizar jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação à água                                                                                                                                                        |
| NÍVEL 1 – 2.ª etapa | Equilíbrio (2)     | Controlar em equilíbrio a passagem de posição horizontal para a posição de pé com e sem apoio                                                                                                                                                           |
|                     | Equilíbrio (3)     | Controlar em equilíbrio a passagem de posição de pé para a posição horizontal na água com e sem apoios.                                                                                                                                                 |
|                     | Imersão (3)        | Controlar a imersão abrindo os olhos e mantendo a apneia prolongada.                                                                                                                                                                                    |
|                     | Propulsão (2)      | Explorar os diversos planos e eixos corporais, sentido de orientação, apreciação de distâncias e controlo do corpo em diversas situações propulsivas de pernas e braços com e sem apoios nos diferentes planos de água (superficial, médio e profundo). |
|                     | Propulsão (3)      | Dominar os diferentes tipos de deslocação e propulsão de pernas e braços sem apoios.                                                                                                                                                                    |
|                     | Salto (3)          | Dominar o salto de cabeça a partir da posição de joelhos com e sem ajuda.                                                                                                                                                                               |
| NÍVEL 2 – 1.ª etapa | Atividades lúdicas | Realizar jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação à água.                                                                                                                                                       |
|                     | Propulsão (1)      | Conhecer a resistência da água através de situações de deslocamento com e sem apoios                                                                                                                                                                    |
|                     | Propulsão (2)      | Explorar os diversos planos e eixos corporais, sentido de orientação, apreciação de distâncias e controlo do corpo em diversas situações propulsivas de pernas e braços com e sem apoios nos diferentes planos de água (superficial, médio e profundo). |
|                     | Propulsão (3)      | Dominar os diferentes tipos de deslocação e propulsão de pernas e braços sem apoios.                                                                                                                                                                    |
|                     | Respiração (4)     | Realizar ciclos respiratórios parado ou em movimento.                                                                                                                                                                                                   |
|                     | Equilíbrio (4)     | Dominar em equilíbrio diversas situações na posição dorsal, ventral e oblíqua com e sem apoios.                                                                                                                                                         |
|                     | Imersão (3)        | Controlar a imersão abrindo os olhos e mantendo a apneia prolongada.                                                                                                                                                                                    |
|                     | Imersão (4)        | Explorar diversas situações de imersão com orientação (percursos com destrezas).                                                                                                                                                                        |

| CONTEÚDOS           |                      | OBJETIVOS                                                                                                                                         |
|---------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NÍVEL 2 – 2.  etapa | Salto (4)            | Dominar o salto de cabeça a partir da posição de p , com e sem ajuda.                                                                             |
|                     | Atividades lúdicas   | Realizar jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação   água.                                                 |
|                     | Equilíbrio (6)       | Explorar diversas situações de deslize em equilíbrio, após os vários tipos de impulso.                                                            |
|                     | Respiração (5)       | Coordenar a inspiração e expiração em diversas situações propulsivas de pernas e braços (ritmo respiratório) na superfície ou em imersão.         |
|                     | Equilíbrio (5)       | Explorar diversas situações de equilíbrio nos diferentes eixos e planos corporais no plano de água superficial, médio e profundo.                 |
|                     | Imersão (5)          | Combinar todo o tipo de situações de imersão com expiração nos planos de água superficial, médio e profundo.                                      |
|                     | Respiração (6)       | Combinar a inspiração-expiração em diversas situações complexas (percurso aquáticos, situações de equilíbrio com mudanças de direcção e posição). |
|                     | Propulsão (3)        | Dominar os diferentes tipos de deslocação e propulsão de pernas e braços sem apoios                                                               |
|                     | Atividades lúdicas   | Realizar jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação   água.                                                 |
| NÍVEL 3 – 1.  etapa | Propulsão costas (1) | Dominar o equilíbrio do corpo na técnica de costas.                                                                                               |
|                     | Propulsão crawl (1)  | Dominar o equilíbrio do corpo na técnica de crawl.                                                                                                |
|                     | Imersão (6)          | Associa a imersão com exercícios de equilíbrio, propulsão, respiração e salto.                                                                    |
|                     | Salto (5)            | Explorar os diversos planos e eixos corporais, através de diversos saltos a partir da posição de p , para zona pouco profunda                     |
|                     | Atividades lúdicas   | Realizar jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação   água.                                                 |
| NÍVEL 3 – 2.  etapa | Respiração (7)       | Realizar as técnicas respiratórias das técnicas aprendidas através da execu  o de diversos exercícios específicos.                                |
|                     | Propulsão costas (2) | Assimilar um trajecto óptimo das superfícies motoras nas ac  es propulsivas da técnica de costas                                                  |
|                     | Propulsão crawl (2)  | Assimilar um trajecto óptimo das superfícies motoras nas acções propulsivas da técnica de crawl.                                                  |
|                     | Salto (5 e 6)        | Saltos a partir da posição de p , para zonas pouco e muito profundas.                                                                             |
|                     | Atividades lúdicas   | Realizar jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação   água.                                                 |

## Exercícios para Análise da Competência das Crianças

| DOMÍNIOS |                    | EXERCÍCIOS                                                                                                                                                            |
|----------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NÍVEL 1  | Propulsão          | Desloca-se no espaço da aula para a frente e para tr s, revelando descontração do corpo. Nota: para os alunos sem p  o deslocamento é feito na parede da piscina.     |
|          | Propulsão          | Realiza um percurso de 5 a 10 metros na posição ventral com batimento dos membros inferiores, com ajuda de uma placa.                                                 |
|          | Propulsão          | Realiza um percurso de 5 a 10 metros na posição dorsal com batimento dos membros inferiores, com ajuda de uma placa.                                                  |
|          | Imersão            | Imerge o corpo dentro de água, com ou sem ajuda.                                                                                                                      |
|          | Imersão            | Apanha um a três objetos no fundo da piscina.                                                                                                                         |
|          | Equilíbrio         | Realiza um percurso de 5 a 10 metros, partindo da posição de p  (ou da parede se não tiver p ), agarrado às mãos do professor ou a uma placa, de forma descontraída. |
|          | Salto              | Salta para a piscina a partir da posição de p , com entrada de p s.                                                                                                   |
|          | Salto              | Realiza a entrada na água de cabeça, partindo da posição de joelhos, com ou sem ajuda.                                                                                |
|          | Respiração         | Realiza quatro a seis ciclos respiratórios.                                                                                                                           |
|          | Atividades lúdicas | Realiza jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação   água.                                                                      |

| DOMÍNIOS |                           | EXERCÍCIOS                                                                                                                                                        |
|----------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NÍVEL 2  | <b>Propulsão</b>          | Desloca-se no espaço da aula para a frente e para trás, revelando descontração do corpo. Nota: para os alunos sem pé o deslocamento é feito na parede da piscina. |
|          | <b>Salto</b>              | Salta para a piscina a partir da posição de pé, com entrada de pés, passando ou não por cima de uma vara.                                                         |
|          | <b>Salto</b>              | Realiza a entrada na água cócoras. de cabeça, partindo da posição de joelhos ou de                                                                                |
|          | <b>Respiração</b>         | Realiza seis a oito ciclos respiratórios.                                                                                                                         |
|          | <b>Imersão</b>            | Apanha dois a quatro objetos de uma cor pré-definida no fundo da piscina.                                                                                         |
|          | <b>Equilíbrio</b>         | Realiza um percurso de 5 a 10 metros em deslize na posição ventral.                                                                                               |
|          | <b>Equilíbrio</b>         | Realiza um percurso de 5 a 10 metros em deslize na posição dorsal.                                                                                                |
|          | <b>Propulsão</b>          | Realiza um percurso de 15 metros na posição ventral com batimento dos membros inferiores, com ajuda de uma placa.                                                 |
|          | <b>Propulsão</b>          | Realiza um percurso de 15 metros na posição dorsal com batimento dos membros inferiores, com ajuda de uma placa.                                                  |
|          | <b>Atividades lúdicas</b> | Realiza jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação à água                                                                   |
| NÍVEL 3  | <b>Salto</b>              | Salta para a piscina a partir da posição de pé, com entrada de pés, passando ou não por cima de uma vara                                                          |
|          | <b>Salto</b>              | Realiza a entrada na água de cabeça, partindo da posição de joelhos, de cócoras ou de pé.                                                                         |
|          | <b>Respiração</b>         | Realiza oito a dez ciclos respiratórios.                                                                                                                          |
|          | <b>Imersão</b>            | Apanha quatro objetos do fundo da piscina, por ordem de acordo com as cores pré-definidas, expirando quando apanha objetos de uma das cores.                      |
|          | <b>Equilíbrio</b>         | Realiza um percurso de 10 a 15 metros em deslize na posição ventral e batimento de membros inferiores.                                                            |
|          | <b>Equilíbrio</b>         | Realiza um percurso de 5 a 10 metros em deslize na posição dorsal e batimento de membros inferiores.                                                              |
|          | <b>Equilíbrio</b>         | Realiza a posição de medusa, partindo da posição de pé e terminando na posição horizontal ventral ou dorsal.                                                      |
|          | <b>Propulsão</b>          | Realiza um percurso de 20 a 25 metros na posição ventral com batimento dos membros inferiores, com ajuda de uma placa com ou sem ação dos membros superiores.     |
|          | <b>Propulsão</b>          | Realiza um percurso de 20 a 25 metros na posição dorsal com batimento dos membros inferiores, com ajuda de uma placa, com ou sem ação dos membros superiores.     |
|          | <b>Atividades lúdicas</b> | Realiza jogos e brincadeiras com material didático diversificado, demonstrando adaptação à água.                                                                  |

## Acompanhantes

As Crianças são acompanhadas pela respetiva Educadora de Infância e por uma Assistente Operacional desde a saída do Jardim de Infância até ao seu regresso.

As Educadoras de Infância que não acompanhem as Crianças nas atividades dentro de água e as assistentes operacionais, devem utilizar chinelos próprios para entrar na nave da piscina, assim como vestuário adequado ao ambiente, por forma a poderem apoiar os técnicos durante as sessões.

## Encarregados de Educação

No início de cada ano lectivo, os Encarregados de Educação, caso desejem que o seu educando participe no projeto, assinam uma declaração de autorização.

Os Encarregados de Educação têm a obrigação de informar a educadora do seu educando sempre que este se encontre impedido temporariamente de participar no projeto, por exemplo por motivos de doença.

Cabe aos Encarregados de Educação a responsabilidade de, nos dias de dinamização do projeto, entregarem as crianças nos Jardins de Infância já com o calção/ fato de banho vestido e com roupa desportiva que promova a autonomia das crianças no vestir e despir. Nestes dias as crianças devem-se fazer acompanhar do seguinte equipamento:

- Chinelos de piscina;
- Touca;
- Toalha;
- Saco plástico para a roupa molhada;
- Cuecas (uma vez que vêm de casa com os calções/ fato de banho vestido);
- Agasalho;
- Gorro para utilização na saída da piscina.

Os Encarregados de Educação podem acompanhar presencialmente o desenvolvimento dos seus educandos a partir das bancadas laterais da piscina.

## Avaliação do Projeto

No final do ano letivo, o projeto será avaliado por todos os envolvidos: Educadoras de Infância, Técnicos de natação, Encarregados de Educação e Crianças.

A avaliação dos Encarregados de Educação será feita por inquérito e a das Crianças, por diálogo com a Educadora.

A avaliação do projeto será operacionalizada pela Equipa de Autoavaliação do Agrupamento e submetida a parecer do Conselho Pedagógico.

A Diretora,