

Como surgiu esta Escola? O que oferece aos bebés e seus acompanhantes?

A **Escola de Bebés Nadadores do Leixões**, a funcionar na Piscina Municipal de Perafita, aos Sábados, nasceu em Abril de 2002, estando assim a comemorar durante o ano de 2011, o seu **9º aniversário**. Nasceu com o intuito de preencher a lacuna que havia no concelho de Matosinhos na área das actividades aquáticas para a primeira infância. As actividades aquáticas para bebés têm mais de 40 anos de existência, entre nós, eram praticamente ignoradas ou apenas praticadas por aqueles que tinham acesso a ginásios privados. **A nossa Escola veio oferecer a oportunidade aos bebés a partir dos 6 meses de usufruírem da primeira actividade desportiva da sua vida.**

A Escola de Bebés Nadadores pretende oferecer aos seus bebés e acompanhantes: momentos únicos de lazer e recreação, correcta adaptação ao meio aquático, desenvolvimento motor e intelectual, sociabilização em grupo. Preferimos falar em Actividades Aquáticas para Bebés em vez de natação para bebés. A natação pressupõe a coordenação motora aliada ao controlo respiratório, o que não é possível exigir nestas faixas etárias. Começámos o nosso trabalho por Bebés dos 6 meses aos 4 anos, mais tarde, para dar continuidade à evolução técnica dos nossos alunos criámos turmas de Super Bebés (maiores de 4 anos), aí sim, para o ensino da natação. **Para proporcionar a ocupação dos pais dos nossos alunos disponibilizamos as seguintes modalidades: Natação, Hidroginástica, Hidrográvidas e Hidroterapia.**

Actualmente, contamos com mais de **200 alunos** na nossa Escola e, felizmente, podemos dizer que **são o nosso melhor cartão de visita.**



Escola de Bebés Nadadores



Leixões Sport Club
<http://leixoeseperafita.blogspot.com>



www.leixoessc.pt - leixoes.em.perafita@sapo.pt

R. Roberto Ivens, nº 528 - Matosinhos
Telefone: 22 938 95 94

Piscina Municipal de Perafita

Matosinhos

Benefícios em usufruir desta Actividade

Alguns bons motivos, para nos fazer companhia:

- Adequação ao ambiente físico e social;
- Incentiva a afectividade e colaboração;
- Adaptação ao meio aquático;
- Através das actividades reflexas, o bebé irá aprender a executar as suas futuras acções, necessárias ao desenvolvimento da motricidade;
- Aumenta a resistência cárdio-respiratória;
- Aumenta a resistência muscular;
- Facilita a sociabilização;
- Promove a comunicação entre a criança e o professor, através do gesto e da acção;
- Aumenta o estímulo e a capacidade de aceitar um desafio;
- A criança torna-se mais independente e menos ansiosa;
- Sono tranquilo e reparador;
- Segurança para os pais que têm piscinas em casa. Porém, nunca se deve deixar uma criança perto da piscina sem a supervisão de um adulto, mesmo que a criança esteja em aprendizagem.

Os pais também participam nas aulas, cabe-lhes a eles o papel de transmitir segurança aos bebés. São orientados sobre os cuidados que devem tomar quando os bebés estão próximos ou dentro da piscina, porque no fundo, são eles os principais vigilantes da segurança dos bebés.

Horários e Classes de Aprendizagem

Bebés (< 4 anos) e Super Bebés (> 4 anos)

Horários	Faixa Etária	Nível da Classe
09.25 – 09.55	3 1/2 - 4 1/2 anos	Transição p/ SB
10.00 – 10.30	30 – 42 meses	Bebés
10.35 – 11.05	6 – 18 meses	Bebés
11.10 – 11.40	18 – 30 meses	Bebés
11.45 – 12.30	> 4 anos	Super Bebés: 1,2,3

16.10 – 16.55	> 4 anos	Super Bebés: 1,2,3
17.00 – 17.30	18 – 30 meses	Bebés
17.35 – 18.05	30 – 42 meses	Bebés
18.10 – 18.55	> 4 anos	Super Bebés: 1
18.30 – 19.00	6 – 18 meses	Bebés
19.10 – 19.55	> 4 anos	Super Bebés: 2, 3

Natação Crianças (> 6 anos)

Horários	Faixa Etária	Nível da Classe
17.00 – 17.45	> 6 anos	Iniciação
17.45 – 18.30	> 8 anos	Aperfeiçoamento

Natação, HidroGinástica, HidroGrávidas, HidroTerapia

Horários	Faixa Etária	Actividade
17.00 – 17.45	Adultos	Natação Iniciação
17.45 – 18.30	Adultos	Natação Aperfeiçoamento
18.10 – 19.10	Adultos	HidroGrávidas HidroTerapia
19.10 – 19.55	Adultos	HidroGinástica

Informações Complementares

Informações e Inscrições:

Aos Sábados, na Piscina de Perafita, das 10.00h – 12.00h e das 17.00h – 19.00h. 2ª a 6ª pelo telf. 22 938 95 94 ou pelo email: leixoes.em.perafita@sapo.pt

Para a inscrição, necessita de:

- Atestado médico e 2 fotografias
- Efectuar o pagamento da inscrição + 1ª mensalidade

Preçário:

Actividade	Inscrição + Seguro	Mensalidade
Bebés	20.00 €	22.00 €
Super Bebés	15.00 €, para sócios do Leixões	17.00 €, para irmãos
Natação		
Natação Adultos	15.00 €	15.00 €
AquaFitness	10.00 €, para sócios do Leixões	12.50 €, para pais de alunos e casais
AquaGestante	15.00 euros	25.00 euros
	10.00 €, para sócios do Leixões	22.50 €, para mães de alunos

Equipamento:

Touca, fato de banho ou calção, chinelos, toalha, óculos (>4 anos) e no caso dos Bebés, fralda de scartável (adequada para a água).

Acompanhamento dos alunos na piscina:

Todas as classes de Bebés (<4 anos) têm obrigatoriamente, a presença de 1 acompanhante por aluno, na água. Para os restantes classes, o acompanhante pode apenas ser feito, até ao átrio do cais da piscina.