

NATAÇÃO PARA BEBÊS



Idade: 1 e 2 anos

Acompanhados do(a) responsável

ACM Centro



3^a e 5^a

HORÁRIO

AULA

08h45 às 09h30

BEBÊ

17h20 às 18h00

BEBÊ

Sábados

HORÁRIO

AULA

08h50 às 09h30

BEBÊ

Para crianças de 1 e 2 anos, acompanhadas de um responsável.

Nos meses de inverno (maio, junho e julho) por motivo de baixa temperatura não haverá aula de natação para bebês.

***Obrigatório exame médico de aptidão física para os acompanhantes.**

Recomendamos antes da primeira aula

- Utilizar a touca de natação durante os banhos (criança e acompanhante);
- Estimular brincadeiras em contato com água morna para fria e molhar gradativamente o rosto da criança (exemplo: passar a mão molhada, lançar respingos, chuveirinho);
- Evitar estimular o uso de boias ou coletes flutuantes para evitar inibição de aprendizado;
- O uso do óculos é importante, no entanto a criança precisa vivenciar momentos de adaptação e visualização sem óculos;
- O acompanhante deve estar seguro e adaptado ao meio líquido, caso contrário, é recomendável que participe das aulas de Natação para Adultos (Nível Adaptação), para evitar que transmita insegurança à criança e facilitar seu progresso.

Recomendamos antes de qualquer aula

- Amamentar ou alimentar a criança com pelo menos com 1 hora de antecedência.
- Acordar a criança com pelo menos 1 hora de antecedência. (Cuidado para não dormir no caminho).
- É indispensável o uso de roupão/toalha e chinelo.
- A criança que ainda não controla suas necessidades deverá estar vestida com fralda plástica (descartável).
- Levar a criança que já utiliza o banheiro, antes da aula, mesmo que diga que não está com vontade.
- Orientar a criança para que solicite ao professor para ir ao banheiro se sentir necessidade durante a aula. Neste momento o responsável pela criança deve estar pronto para leva-la, evitando que o professor saia da aula e comprometa a segurança das outras crianças.

Recomendamos após a aula

- Estar atento ao horário do final da aula e receber a criança (3 e 4 anos) na porta de saída da piscina.
- Dar banho na criança logo após aula para evitar que a criança não desenvolva qualquer tipo de irritações na pele. É recomendável a utilização de hidratante corporal (ver indicação com pediatra)
- Acompanhar o progresso de aprendizado da criança, perguntando o que ela realizou a cada aula, encorajando-a e motivando-a para a próxima aula.
- Frequentar eventualmente os horários familiares da piscina com a criança.

HORÁRIO DE TOLERÂNCIA

O horário de tolerância das aulas é de 10 minutos, de acordo com o horário da piscina. Agradecemos a compreensão.

PROGRAMA AQUÁTICO

Masculino: Singa não transparente escura e touca. **Feminino:** Maiô inteiro não transparente escuro e touca.