

NATAÇÃO

Promover o ensino da modalidade de Nataação, enquadrado na Política Desportiva Municipal - Mar e Desporto!
Desenvolver habilidades motoras aquáticas básicas: respiração, equilíbrio e propulsão.
Iniciar a aprendizagem de técnicas de nado: crol e costas.



Programa

Adaptação Meio Aquático

Estilos Crol e Costas

Respiração

Equilíbrio

Propulsão

Salto

Técnica Crol

Técnica de Costas

Salto

Unidade de Apoios Educativos

Departamento de Intervenção Social – Divisão Gestão Rede Escolar

3º ano

