

Consideramos muito positivo o trabalho que está a ser desenvolvido por estes clubes, não só pelos resultados obtidos nas competições, em que participam (recordes nacionais e pódios), como também pelo elevado número de nadadores que emprestam às seleções nacionais.

No calendário oficial da FPN para 2017/18 constam duas provas da ANCP.

O Torneio das Fogaceiras que se realiza anualmente na primeira quinzena de janeiro em Santa Maria da Feira e o I Meeting

Internacional da Mealhada a 14 e 15 de abril que será uma das últimas provas em que os nadadores Síndrome de Down poderão obter mínimos de participação nos Campeonatos do Mundo de Natação DSISO, que se realizarão em Truro (Canadá), de 20 a 28 de julho de 2018. De referir, que na sequência do desenvolvimento deste projeto, deverão surgir mais três clubes com a vertente de Natação Adaptada. O CD Estarreja, O Hóquei Clube da Mealhada e o Clube de Natação de Vagos.

## Notícias e Informações



### Município de Arganil recebe certificação de qualidade FPN

"...alavancar as várias disciplinas e estender a todas as entidades e praticantes os benefícios de uma organização de âmbito nacional."

### FPN certifica Escola de Natação de Estarreja

"...com a certeza que se continua a trabalhar no aperfeiçoamento, em qualidade e na procura da melhoria contínua".

### Escola de Natação de Lamego renova Certificação de Qualidade

"A Escola Municipal de Natação ocupa um lugar de referência entre as academias nacionais da modalidade..."

### Formação sobre sistemas da qualidade certificada em Paredes

"Partilhar documentos, práticas e indicadores de gestão de piscinas e de escolas de natação".



## ▶ Formações FPN

Em prol das boas práticas, são diversas as formações que a Federação Portuguesa de Natação promove e que todos podem ter acesso:

- ▶ Formação 2018 do Sistema FPN de Certificação da Qualidade das Escolas de Natação – Lisboa | 10 de março de 2018
- ▶ Formação 2018 do Sistema FPN de Certificação da Qualidade das Escolas de Natação – Guarda | 23 de março de 2018
- ▶ Modelo de Referência Técnico FPN – Arganil | 31 de março de 2018
- ▶ Modelo de Referência Técnico FPN – Vila Franca de Xira | 31 de março de 2018
- ▶ Coordenação de uma Escola de Natação - Castelo Branco | 7 de Abril de 2018
- ▶ Modelo de Referência Técnico FPN – Gondomar | 14 de abril de 2018
- ▶ Coordenação de uma Escola de Natação - Lamego | 21 de abril de 2018

Informações e Adesão ao Programa Portugal a Nadar:

[portugalanadar@fpnatacao.pt](mailto:portugalanadar@fpnatacao.pt)

Consulte e esteja atento a todas as novidades e informações no nosso site: [portugalanadar.fpnatacao.pt](http://portugalanadar.fpnatacao.pt)



## EDITORIAL DO PRESIDENTE

António José Silva

O Portugal a Nadar (PAN) enquadra-se no Plano Estratégico 2014-2024 da Federação Portuguesa de Natação. Este programa facilita o acesso a um enquadramento de prática da Natação devidamente certificados e inclusivos. Promove a massificação da Natação, garantindo complementarmente à disponibilidade de infraestruturas devidamente registadas e cadastradas, assim como a existência de programas diversificados e técnicos competentes para o ensino, através de práticas aquáticas certificadas, destinadas a diferentes públicos-alvo: bebés, crianças em idade pré-escolar, crianças em idade escolar, até aos idosos.

A atuação da FPN é definida principalmente em dois focos: o primeiro é um processo de certificação técnico-pedagógica das escolas de natação e um segundo, através da realização de diversas ações de formação para os corpos técnicos. No ano 2017, a FPN realizou 34 ações de formação, dentro do plano anual de formação do programa e, contou com a presença de 324 técnicos de natação.

No âmbito do Programa Nacional de Desporto para Todos (PNDpT) a FPN realizou um contrato programa com o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) e com o Instituto Nacional para a Reabilitação (INR) através do Programa Portugal a Nadar da FPN, que incorpora outros dois programas, o 'Eu Sei Nadar' e a 'Escola de Natação Adaptada'. Estes projetos visam massificar a prática da Natação, ao mesmo tempo que criam condições para uma atividade sustentada e estruturada, seguindo critérios de qualidade e desenvolvimento definidos pela FPN.

O 'Eu Sei Nadar' é um programa que visa promover a adaptação ao meio aquático e a aprendizagem da Natação junto da população portuguesa em geral, com especial enfoque junto dos cidadãos com mais de 5 anos de idade, provenientes de determinados segmentos sociais.

O programa, 'Escola de Natação Adaptada', define boas práticas para o trabalho com esta população com deficiência, procurando aumentar o número de praticantes na natação adaptada nas mais diversas categorias.

Um País a Nadar com Talento; uma Natação de Todos, com Todos e para Todos.

## Portugal a Nadar um Promotor de Desporto para Todos

Na 4ª edição do Jornal Portugal a Nadar, apresentamos no âmbito do plano nacional de Desporto para Todos (PNDpT), dois programas integrados no programa Portugal a Nadar, o Eu Sei Nadar e a Escola de Natação Adaptada.

Tendo em conta o quadro conceptual do PNDpT o programa, que abrange o desenvolvimento desportivo, formação e saúde, destina-se a uma população alvo desde bebés a séniores e, potencializa a prática desportiva, a formação e a sensibilização.

Neste sentido e sendo a natação um desporto de todos e para todos, perspetiva-se a implementação do programa Portugal a Nadar a mais escolas de natação, com a necessária certificação de qualidade do ensino integrado das diferentes vertentes (Natação Sincronizada, Polo Aquático, Natação Pura e Natação Adaptada).

O programa da Escola de Natação Adaptada visa a definição de metodologias claras e padronizadas que permitam homogeneizar o resultado final do processo ensino - aprendizagem da prática da natação.

A promoção de prática desportiva em pessoas com deficiência, bem como a sensibilização para a necessidade destas práticas junto da população, são os eixos de operacionalização considerados deste programa.

Todavia, qualquer pessoa com deficiência pode dedicar-se à natação, sendo um desporto de todos e para todos. Como desporto inclusivo que é, todos os nadadores com e sem deficiência, têm a mesma igualdade de oportunidades para praticar.

O programa Eu Sei Nadar, assenta no pressuposto que a prática da natação constitui-se como um exercício físico harmonioso que contribui para a melhoria da aptidão física associada à saúde, ao bem estar geral e, paralelamente, para a diminuição do risco de afogamento.

Nesta edição, iremos conhecer o programa da Escola de Natação Adaptada e todo o seu processo de implementação e, ainda, uma entrevista a Daniel Marinho sobre as escolas de natação portuguesas, a vertente formativa e a vertente desportiva.

Na próxima edição do jornal Portugal a Nadar, iremos abordar o programa Eu Sei Nadar e conhecer o seu funcionamento em diferentes zonas do País.



# Portugal a Nadar com Daniel Marinho



Daniel Marinho

“Um ensino centrado num modelo de referência técnico e didático poderá permitir a identificação, seleção e desenvolvimento de talentos desportivos.”

“O programa PAN pode e deve ter esta missão de ser um promotor do Desporto para Todos”.

Nesta edição, o Jornal Portugal a Nadar decidiu ir ao encontro daquilo que pode ser a base da natação portuguesa.

O convidado do Jornal Portugal a Nadar é Daniel Marinho, docente da UBI/CIDESD e Diretor Técnico Nacional adjunto FPN, responsável pelas seleções juniores e pré-juniões. É sobre as escolas de natação portuguesas, a vertente formativa e a vertente desportiva que versa esta entrevista.

**PN: Qual a importância da implementação do programa Portugal a Nadar (PAN) nas escolas de Natação em Portugal?**

**DM:** O programa PAN permite a identificação do processo de ensino e a aprendizagem da natação nas diferentes escolas de natação com os princípios e valores da Federação Portuguesa de Natação.

Este aspeto revela-se especialmente ao nível do modelo de referência preconizado pela FPN para o ensino e aperfeiçoamento técnico em natação, contribuindo para a qualidade e

**PN: De que forma a certificação de qualidade do ensino das escolas de natação pode contribuir para o desenvolvimento da Natação Portuguesa?**

**DM:** No nosso entendimento pode ter um papel decisivo, especialmente quando esta certificação se foca nos aspectos científico-técnico-pedagógicos do ensino da natação nas suas diversas vertentes. Um ensino centrado num modelo de referência técnico e didático poderá permitir a identificação, seleção e desenvolvimento de talentos desportivos, mas também a procura de um modelo comum de desenvolvimento desportivo, tendo em consideração as particularidades de cada escola de natação e o seu contexto de intervenção.

**PN: É cada vez maior o número de piscinas onde funcionam escolas de natação que não têm a prática desportiva associada. Para o desenvolvimento sustentado da prática da modalidade de que forma poderíamos direcionar o mesmo ensino para a vertente desportiva?**

**DM:** Pensamos que a direção deste processo, no âmbito de um modelo de referência para o ensino, através da formação inicial e contínua dos técnicos de natação é um aspeto central que tem vindo a ter resultados. Paralelamente, quando confirmamos a forte adesão que os técnicos têm tido na partilha das suas experiências de ensino e da preocupação em procurar soluções e alternativas para os seus problemas e contextos de ensino e aprendizagem, sentimos que procurando as condições para a criação ou reativação de núcleos de treino conseguiremos perseguir este objetivo. Por outro lado, está demonstrado que a existência de núcleos desportivos permite desenvolver novas dinâmicas na organização e gestão de uma escola de natação e que esse processo poderá ser decisivo na

captação de novos utentes para a escola de natação.

**PN: De que forma as escolas de natação poderão realizar a passagem dos alunos da escola de natação para a pré-competição?**

**DM:** Definindo critérios objetivos e exequíveis para a passagem para este nível de ensino, tomando sempre em consideração o modelo de referência técnico da FPN. Adicionalmente, procurando criar condições para que este nível de ensino possa, de alguma forma, continuar ligado à escola de natação, para que todos se possam sentir incluídos e integrados neste processo.

**PN: O programa Portugal a Nadar poderá ser um promotor de Desporto para Todos?**

**DM:** Concordo totalmente com este princípio. O programa PAN pode e deve ter esta missão de ser um promotor do Desporto para Todos. Uma escola de natação tem as condições, muitas vezes únicas no seio das diferentes organizações desportivas, de proporcionar valências de prática desportiva aquática em diferentes contextos: (i) desde a natação para bebés até às classes seniores; (ii) passando pela natação até às diversas atividades aquáticas, (iii) proporcionando experiências de ensino e treino na natação pura, natação artística, pelo aquático e mesmo, nalguns casos, nas águas abertas e saltos para a água, (iv) incluindo e assumindo um papel decisivo na prática desportiva de pessoas portadores de deficiência, aproveitando as condições das instalações desportivas e as características específicas do meio aquático. Este é um papel que as Escolas de Natação cada vez mais devem assumir, em consonância com um objetivo central da política de desenvolvimento desportivo da FPN.

## Escolas de Natação Adaptada

Uma das lacunas da natação para pessoas com deficiência em Portugal é a reduzida taxa de participantes. Obviamente não podemos descurar do alto rendimento e das seleções nacionais, todavia temos de encontrar estratégias e programas de captação de novos praticantes.

Sendo a FPN sensível às elevadas taxas de sedentarismo dos jovens e ao baixo nível de participação desportiva, o objetivo deste programa passa, principalmente, pelo aumento de novos praticantes na natação adaptada nas mais diversas categorias de deficiência.

Nesta edição, o Jornal Portugal a Nadar, decidiu conhecer o programa das escolas de natação adaptada, que estão a ser implementadas no Porto, através da Associação de Natação do Norte de Portugal, e em Aveiro, através da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal.

Os convidados do Jornal Portugal a Nadar são Rui Sardinha, vice-presidente da Federação Portuguesa de Natação e responsável da disciplina de natação adaptada, Ana Querido, diretora técnica regional de natação adaptada da Associação de Natação do Norte de Portugal e coordenadora do programa na zona do Porto e, José Corte-Real, diretor técnico regional de natação adaptada da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e coordenador do programa na zona de Aveiro.



## RUI SARDINHA

“Foram encontradas lacunas fortes naquilo a que costumamos chamar o suporte de todo o edifício do rendimento e alto rendimento - a formação de base.”

**PN: Enquadramento do programa.**

**RS:** A natação adaptada depois da sua integração na FPN, tem passado por um processo de desenvolvimento, que consubstancia um novo modelo organizativo das competições desportivas e, também, a reformulação de práticas que pretendem objectivar níveis de exigência de acordo com aquilo que são as pretensões realistas para esta modalidade.

**PN: A importância da implementação deste tipo de programas para o aumento da vertente formativa, desportiva e competitiva da natação adaptada.**

**RS:** Foram encontradas lacunas fortes naquilo a que costumamos chamar o suporte de todo o edifício do rendimento e alto rendimento - a formação de base.

Não havia um programa que desse resposta às necessidades destas populações, que sabemos estarem hoje nas escolas públicas, fruto de políticas de inclusão cada vez mais consentâneas com a educação de países desenvolvidos.

Fruto de uma estratégia suficientemente refletida, a direção da FPN, conseguiu sensibilizar parceiros institucionais (INR e IPDJ) para as lacunas existentes e de uma forma concertada foi possível criar em parceria com as associações territoriais de natação, sediadas em Aveiro e no Porto, um projeto de intervenção que engloba nesta primeira fase, também escolas, autarquias e clubes.

É neste triângulo que sabemos estar o cerne que poderá dar resposta aquilo que são as nossas ambições em termos do desenvolvimento da natação adaptada portuguesa, sabendo que se as pessoas com deficiência não tiverem acesso ao processo de "aprender a saber nadar", estará coartada qualquer possibilidade de um modelo sustentado de rendimento e alto rendimento no futuro.

Também estamos a estudar de que forma podemos alargar esta experiência a outras zonas, não sem antes fazermos uma reflexão e avaliação rigorosa do programa que está a ser implementado.

## ANA QUERIDO

“É proporcionar aos alunos com deficiência das escolas, a prática da natação.”



**PN: Como é o funcionamento do programa?**

**AQ:** O programa "Escola de Natação Adaptada" é um programa piloto, implementado pela FPN, em conjunto com o INR e o IPDJ.

A ANNP surge neste programa a convite da FPN e, com muito gosto, abraçou o desafio de, num curto espaço de tempo, de implementar um programa de natação adaptada para alunos com deficiência, inserido nos seus horários letivos.

Este programa assegura o professor para as aulas, o transporte da escola para a piscina e vice-versa, caso necessário e tem, também, de garantir as instalações para a prática da natação. Este programa tenta envolver, não só, a comunidade educativa, mas também, a sensibilização das Câmaras Municipais, bem como a dos familiares dos alunos.

**PN: Quais são os objetivos do programa?**

**AQ:** O principal objetivo deste programa é proporcionar aos alunos com deficiência das escolas, a prática da natação. Este programa, está inserido nas atividades letivas dos alunos e visa abranger todos os alunos com deficiência, sejam os que se encontram nas Unidades de Multideficiência, nos CAO's ou os que se encontram inseridos em sala de aula (nomeadamente os alunos com deficiência motora ou sensorial).

Numa fase mais avançada do programa, o objetivo será de encaminhar os alunos mais predispostos e com maior gosto pela atividade para os clubes da nossa zona, para que possam dar continuidade ao seu trabalho, evoluindo para o patamar da competição.

**PN: Qual o enquadramento da natação adaptada na zona norte?**

**AQ:** Desde que, há 3 anos, a Natação Adaptada passou a fazer parte da FPN, a ANNP abraçou esta nova disciplina com o mesmo empenho e respeito com que trata a Natação Pura, Natação Artística e Pólo Aquático. Após a minha nomeação como DTR para a Natação Adaptada, demos início a uma calendarização de competições e estágios regionais, que têm vindo a aumentar, estando, nesta época desportiva calendarizados 2 Campeonatos Regionais, o Torneio Cidade do Porto, o Torneio Particular do FCP, 2 Estágios Regionais (sendo que um deles se prevê, pela 1ª vez, de duração mais alargada e fora da nossa área) e, pela 1ª vez, uma participação de uma Seleção Regional de Natação Adaptada num Torneio fora do nosso País! A nossa zona está, também, bem representada a nível de Clubes.

Naturalmente que, pretendemos crescer também a este nível, mas é já uma zona com uma oferta relativamente alargada ao nível da natação adaptada.



## JOSÉ CORTE REAL

“Sabendo que a natação é uma das principais e mais eficientes atividades desportivas para uma interação multidisciplinar, no plano educativo pretende-se um trabalho quer ao nível da independência pessoal e social, quer na valorização sócio afetiva pelos bons desempenhos que normalmente conseguem atingir.”

**PN: Como é o funcionamento do programa?**

**JCR:** Foi elaborado um projeto e traçadas as linhas gerais de funcionamento do programa, que passam fundamentalmente pela articulação de quatro entidades, através da celebração de um protocolo entre as partes envolvidas: a Associação de Natação do Centro Norte de Portugal (ANCNP), mentora e dinamizadora do programa; as Câmaras Municipais que disponibilizam as suas instalações; os Agrupamentos das Escolas que são o campo preferencial de recrutamento dos jovens que irão participar no projeto e, os Clubes Desportivos que se responsabilizam por ministrar as aulas.

**PN: Quais são os objetivos do programa?**

**JCR:** A divulgação da modalidade nos Agrupamentos de Escolas, proporcionando à população escolar com deficiência, que de um modo geral estão integradas nas equipas do ensino especial das escolas, a prática da natação.

Esta atividade, no nosso entender, destina-se aos alunos do pré-escolar, primeiro e segundo ciclos.

Por experiência, sabemos que a população do terceiro ciclo, com outras motivações, não recebe com tanto entusiasmo esta oferta.

Sabendo que a natação é uma das principais e mais eficientes atividades desportivas para uma interação multidisciplinar, no plano educativo pretende-se um trabalho quer ao nível da independência pessoal e social, quer na valorização sócio afetiva pelos bons desempenhos que normalmente conseguem atingir.

A orientação dos alunos para uma vertente competitiva, através da criação de um clube desportivo, quer do agrupamento, ou de um existente nas proximidades.

A implementação da vertente Natação Adaptada em clubes de Natação Pura.

**PN: Qual o enquadramento da natação adaptada na zona centro?**

**JCR:** Cingindo-me mais concretamente à ANCNP, atualmente esta associação tem cinco clubes filiados (O Crasto, Galitos de Aveiro, Feira Viva, Sporting de Espinho e Sporting de Aveiro), com cerca de meia centena de nadadores filiados.