

MANUAL DE ACOLHIMENTO

Piscinas Municipais de Vale de Cambra



1. Caracterização

A água é uma fonte inesgotável de alegria e saúde e, através de exercícios simples ou complexos, isolados ou combinados, aliados à música, provoca uma sensação de alegria e bem-estar.

A prática de actividades físicas e desportivas é indispensável ao funcionamento harmonioso da sociedade e constitui um importante factor de equilíbrio, bem-estar e desenvolvimento dos cidadãos.



A prática destas actividades é reconhecida como um elemento fundamental de educação, cultura e vida social do cidadão, proclamando-se o interesse e direito à sua prática, independentemente da idade, sexo, condição social e habilitações académicas.

O acesso dos cidadãos à prática desportiva constitui um importante factor de desenvolvimento desportivo do concelho.

A Piscina Municipal de Vale de Cambra é uma excelente infra-estrutura desportiva, que tem vindo a proporcionar aos amantes do desporto aquático, prazeres sem limites.

Em constante mudança, de forma a ir ao encontro dos novos anseios da população que residem dentro e fora do concelho de Vale de Cambra, esta infra-estrutura tem proporcionado nos últimos anos, iniciativas que potenciam a prática da natação. Eventos como a Hidronatal, torneios de pólo aquático e de Kayak Pólo, Baptismos de mergulho, insufláveis na água e campanhas lançadas assinalando diversas datas festivas, têm dinamizado e proporcionado novas vivências aos participantes.

A Natação continua a ser o desporto mais saudável, mais completo e o mais recomendado do mundo pelos médicos. Na verdade o exercício físico em contacto com a água é muito benéfico para pessoas que sofrem de dores nas costas, deficiências respiratórias, cardiovasculares, dores reumáticas, problemas posturais e stress.

As Piscinas Municipais de Vale de Cambra são um complexo de piscinas de grande dinâmica e polivalência, onde cabem várias vertentes das actividades aquáticas: recreação e lazer, manutenção física, recuperação, aprendizagem e ocupação de tempos livres.

A utilização das piscinas municipais pretende satisfazer as necessidades educativas e formativas da população jovem, promover a recreação e ocupação dos tempos livres e responder às necessidades de manutenção da saúde da população.

O complexo de piscinas de Vale de Cambra é constituído por:



Piscinas Cobertas

- Piscina de 25mx12,5, profundidade variável entre 1,20 e 2,00m
- Piscina de aprendizagem de 12,5mx6m com profundidade variável entre 0,90m e 1,20m

Piscinas Descobertas

- Piscina Olímpica de 50 metros com profundidade variável entre
- Tanque de saltos com 3 pranchas e profundidade de 5,5m
- Chapinheiro de crianças 6mx6m

2. Horário de Funcionamento

As Piscinas Municipais Cobertas funcionam de 2^a a 6^a feira das 8 às 12 horas e das 14 às 21 horas e ao sábado das 9 às 13 horas e das 15 às 18 horas.

A Piscina Municipal poderá ser encerrada por:

- a. Ligação a feriados ou datas especiais conforme despachos emitidos pelo Senhor Presidente da Câmara Municipal;
- b. Impedimentos provocados por avarias das instalações ou equipamento da piscina;
- c. Outros motivos de força maior.

NOTA: O encerramento da Piscina Municipal pelos motivos mencionados, não dará direito a qualquer reembolso ou compensação de aulas.

3. Qual a nossa Missão?

Contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população, servindo os cidadãos através da produção directa ou indirecta de serviços de desporto e serviços complementares de saúde e de formação ao nível de actividades aquáticas e de lazer, com vista à satisfação das suas necessidades de ocupação salutar dos tempos livres e de formação, procurando a sua fidelização.

4. Que Política de Qualidade?

Constitui a Política da Qualidade das Piscinas Municipais de Vale de Cambra dar plena satisfação aos seus utentes com vista à sua fidelização, assumindo uma atitude dialogante e aberta a sugestões internas e externas, procurando a melhoria contínua dos serviços prestados.

5. Os nossos objectivos

Proporcionar a prática da natação a toda a população.

6. O que queremos dos nossos professores?

Os professores deverão contribuir para o aumento do número de utentes nas Piscinas Municipais de Vale de Cambra, aplicando os seus conhecimentos, metodologias e



estratégias para satisfazer as necessidades dos clientes/ utentes, procurando a sua fidelização.

7. MODALIDADES

As modalidades praticadas nas Piscinas Municipais de Vale de Cambra são as seguintes:

- 7.1 Natação para bebés (6 aos 36 meses)
- 7.2 Natação para crianças
- 7.3 Natação para adultos
- 7.4 Natação pré-competição
- 7.5 Hidroterapia – Correção postural/ reabilitação
- 7.6 Hidroginástica/ Hidrogap/ etc.

7.1 Natação para Bebés (6 aos 36 meses) (Estrela-do-mar)



Esta actividade destina-se a todas as crianças dos 6 meses aos 36 meses, sem qualquer restrição, desde que o médico Pediatra da criança assegure

que o mesmo está apto para entrar numa classe de adaptação ao meio aquática. Estas classes apresentam uma particularidade que se refere ao acompanhamento permanente dos bebés dentro e fora de água obrigatoriamente por um dos progenitores, pai ou mãe e nunca os dois.



BEBÉS	ESPAÇO	Temp. (°C)	Duração	Alunos
Bebés Nível 1	Tanque de Aprendizagem	32º	30m	12 alunos
Bebés Nível 2	Tanque de Aprendizagem	32º	30m	12 alunos

Objectivos

A definição dos objectivos subjacentes à adaptação ao meio aquático para bebés com idade compreendida entre os 6 e os 36 meses, tem em conta um conjunto de factores de

desenvolvimento, integrados no domínio psicomotor e sócio-afetivo e da sua relação com o meio aquático.

Por outro lado, houve a preocupação em definir os objectivos respeitando um conjunto de elementos, tais como: idade da criança, características únicas da actividade e participação activa dos pais.

Deste modo, temos os seguintes objectivos para a actividade de adaptação ao meio aquático para bebés:

Nível 1

- Criação de um espaço lúdico e de lazer.
- Estimulação precoce do desenvolvimento psicomotor da criança.
- Estimulação das capacidades psicomotoras da criança no meio aquático.
- Adaptação ao meio aquático.

Nível 2

- Participação activa dos pais, no desenvolvimento da actividade com a criança, no meio aquático.
- Desenvolvimento do domínio sócio-afetivo do bebé.
- Desenvolvimento do espírito lúdico do bebé.

Avaliação

Quando aluno atinge o objectivo proposto, o professor dará indicação ao par para que inicie um novo objectivo, dentro das diferentes etapas de desenvolvimento pré-estabelecidas pela equipa técnica. Deste modo, procura-se que a adaptação do bebé ao meio aquático ocorra de uma forma contínua, simples e consolidada.

7.2 Natação para crianças

A natação favorece a tomada de consciência do aluno em relação a si, ao meio, ao grupo e à sociedade, contribuindo no seu desenvolvimento e favorecendo o desenvolvimento de todas as suas aptidões.



A natação dá-nos a possibilidade de utilizando a água, desencadearmos na criança uma nova vivência que irá provocar novas capacidades de adaptação. O meio aquático cria novas sensações, modifica o equilíbrio abrindo um largo campo de experiências à capacidade motora sob o efeito de uma certa ausência de gravidade.

O equilíbrio, a respiração e a propulsão são as componentes básicas inerentes ao ato de nadar e cujo domínio é necessário para garantir um comportamento ajustado na água.

CRIANÇAS	ESPAÇO	Temp. (° C)	Duraçã o	Alunos
Transição (Peixinho) 	Tanque de Aprendizagem	31º	40m	10 alunos
Nível A (Golfinho) 	Tanque de Aprendizagem	31º	40m	12 alunos
Nível B (Piranha) 	Tanque de Aprendizagem/ ou Piscina 25m	31º/30º	40m	12 alunos
Nível C (Tubarão I) 	Piscina 25m	30º	40m	14 alunos
Nível D (Tubarão II) 	Piscina 25m	30º	40m	16 alunos

O número de alunos por turma poderá ser alterado desde que em concordância com o professor da turma e com o Director Técnico; se houver apenas uma pista para a turma o número máximo de alunos por turma será de 8.

Objectivos

As aulas de natação para crianças estão divididas por 5 níveis de aprendizagem, sendo que o nível de transição é exclusivamente para crianças dos 3 aos 5 anos.

Os objectivos de cada nível de aprendizagem são os seguintes:

Transição e Nível A

- Adaptação ao meio aquático nas cinco componentes: equilíbrio, respiração, propulsão, imersão e saltos;
- Aprendizagem dos movimentos dos membros inferiores das técnicas alternadas (coordenação rudimentar);
- Introdução aos movimentos dos membros superiores das técnicas alternadas (coordenação rudimentar).

Nível B

- Domínio dos movimentos dos membros inferiores e superiores;
- Controlo e domínio da respiração, coordenados com os membros superiores;
- Executar os exercícios das técnicas alternadas (costas e crol), com e sem apoio;
- Numa fase final deste nível, efectuar uma transição para a piscina de 25 metros, permitindo assim uma melhor adaptação a esta piscina, tendo em consideração os objectivos do nível seguinte.

Nível C

- Aperfeiçoamento das técnicas alternadas (crol e costas) com e sem apoio;
- Iniciação à técnica de bruços;
- Iniciação às técnicas de partida;
- Melhoria da condição física (força, coordenação, flexibilidade, equilíbrio e resistência);
- Promover o convívio e a capacidade de relacionamento com os colegas.



Nível D

- Aperfeiçoamento das técnicas de bruços e crol;
- Iniciação à técnica de mariposa;
- Aperfeiçoamento e consolidação das quatro técnicas de nado;
- Aperfeiçoamento das respectivas técnicas de partidas e viragens;
- Melhoria da condição física;
- Desenvolvimento do espírito de grupo;
- Jogos lúdicos (estafetas, tiragens de tempo).

Os conteúdos de cada um dos níveis encontram-se em anexo.

Avaliação

A avaliação dos alunos é realizada em três períodos distintos:

- 1º Período (Natal)
- 2º Período (Páscoa)
- 3º Período (fim de ano)

Os professores deverão proceder à avaliação dos seus alunos nos períodos definidos pela Direcção Técnica registando em ficha própria.

Os Encarregados de Educação poderão solicitar à avaliação do seu educando, preenchendo para tal um documento na recepção (Requerimento). Este documento será disponibilizado ao professor, sendo que este deverá preencher e entregar a ficha de avaliação (Ficha Individual de Avaliação) na recepção até 8 dias úteis após a solicitação efectuada pelo Encarregado de Educação.



7.3 Natação para Adultos

As aulas de natação para adultos visão permitir a aprendizagem das quatro técnicas básicas da natação (crol, costas, bruços e mariposa) e também das técnicas de saltos e viragens. Outros objectivos importantes são o desenvolvimento físico geral e resistência de nado e a criação de um bom espírito de grupo.



As classes são organizadas em três níveis (Classe C, D, E). Com esta organização pretende-se criar classes homogéneas para que se consiga responder às necessidades e expectativas dos nossos utentes.

ADULTOS	ESPAÇO	Temp. (° C)	Duração	Alunos
Nível C	Tanque de Aprendizagem/ Piscina 25m	31º/30º	45m	12 alunos
Nível D	Piscina 25m	30º	45m	14 alunos
Nível E	Piscina 25m	30º	45m	16 alunos

O número de alunos por turma poderá ser alterado desde que em concordância com o professor da turma e com o Director Técnico; se houver apenas uma pista para a turma o número máximo de alunos por turma será de 8.

Objectivos

As aulas de natação para adultos estão divididas por 3 níveis de aprendizagem.

Os objectivos de cada nível de aprendizagem são os seguintes:

Nível C

- Proporcionar ao aluno uma adaptação ao meio aquático com situações recreativas de ensino/aprendizagem que possibilitem um agradável contacto com o meio aquático.

- Realizar de forma correcta a flutuação, a respiração e as técnicas alternadas, crol e costas.

Nível D

- Realizar de forma correcta as técnicas alternadas, a técnica de braços e respectivas viragens.

Nível E

- Realizar de forma correcta as técnicas alternadas e simultâneas, assim como as respectivas partidas e viragens.

Os conteúdos de cada um dos níveis encontram-se em anexo.

Avaliação

Os adultos poderão solicitar a sua avaliação, preenchendo para tal um documento na recepção (Requerimento). Este documento será disponibilizado ao professor, sendo que este deverá preencher e entregar a ficha de avaliação (Ficha Individual de Avaliação) na recepção até 8 dias úteis após a solicitação do aluno.

7.4 Natação Pré-Competição

O objectivo principal da Classe Pré-Competição visa a atingir um número cada vez mais elevado de praticantes com um nível qualitativo de excelência. Para além disso pretende-se proporcionar uma maior visibilidade e projecção da Escola Municipal de Natação, potência a motivação e fidelização dos jovens utentes com vista a formar futuros atletas, responsabilizar e profissionalizar os Técnicos no ensino da natação com vista à criação de Escolas Modelo com padrões de qualidade, desenvolver a natação na Região, fomentando a participação em Torneios e Competições com outras Escolas.

CRIANÇAS	ESPAÇO	Temp. (° C)	Duração	Alunos
Pré-Competição	Piscina 25m	30º	45 a 90m	16 alunos

Se houver apenas uma pista para turma o numero máximo de alunos por turma será de 8.

Objectivos

Tem como objectivos:

- Dotar os alunos de um nível técnico superior para se poder evoluir para a natação de competição a nível federado;
- Dar continuidade ao trabalho desenvolvido nos níveis anteriores;
- Contribuir para o desenvolvimento integral da criança promovendo a criação de hábitos de vida saudáveis através da actividade física.



7.5 Hidroterapia

Consiste em utilizar os princípios físicos da água como forma de tratamento de várias patologias de foro reumatológico (dores nas costas, artroses e artrites), neurológico (paralisia cerebral, trombozes) e ortopédico (fracturas, entorses, roturas). Não é preciso saber nadar para praticar esta modalidade.

ADULTOS	ESPAÇO	Temp. (° C)	Duração	Alunos
Hidroterapia	Tanque de Aprendizagem/ Piscina 25m	31º/30º	45m	<i>Individual ou 14 alunos</i>

Objectivos

É uma modalidade com efeitos terapêuticos que tem os seguintes objectivos:

- Aliviar dores e espasmos musculares;
- Manter ou aumentar a amplitude dos movimentos das articulações;
- Fortalecimento muscular ou aumento na sua tolerância;
- Reeducar os músculos paralisados;
- Melhorar a circulação, equilíbrio, coordenação e postura.

Deste modo, a Hidroterapia tem como objectivo corresponder às necessidades específicas de cada aluno, o que resulta na aplicação de programas de exercícios tendentes a recuperar os utentes com problemas do foro neuromuscular, ortopédicos, nervosos, pós operatórios dos traumatismos verto medulares (ligados às práticas desportivas) e outros, cuja actividade desenvolvida no meio aquático, favorece a recuperação para a vida activa e para uma melhoria da qualidade de vida.



7.6 Hidroginástica/ HidroGAP/Ginástica Aquática/ Etc.

A hidroginástica e as vertentes da mesma são actividades físicas agradáveis através da qual podemos adquirir uma boa condição física, com a melhoria das capacidades físicas de coordenação, resistência e flexibilidade (melhoria na amplitude de movimentos) e melhorar, no geral, a nossa forma física. É de realçar, sobretudo, a sensação relaxante de bem estar que esta aliada à actividade, devido ao efeito de massagem que a água provoca no nosso corpo com a ajuda do ritmo imposto pela música utilizada nas aulas. Deste modo, podemos ter uma aula divertida, onde ocorrem momentos de grande intensidade física e momentos relaxantes, tendo sempre a preocupação da boa disposição e divertimento.

Estas actividades destinam-se a todas as pessoas sem limite de idade, que através da ginástica na água queiram melhorar ou recuperar a sua condição física.

ADULTOS	ESPAÇO	Temp. ° C	Duração	Alunos
HIDRO (GAP, TRAINING, etc)	Piscina 25m	30º	45m	22 alunos

O limite de alunos apresentado no quadro anterior é para a utilização de 2 pistas. Se a aula for ministrada em 3 ou mais pistas, o número máximo de alunos por turma será superior.

Objectivos

Pretende-se com a dinamização desta actividade:

- Familiarização e adaptação ao meio aquático (respiração, propulsão, equilíbrio e imersão);
- Aprendizagem de *skills* específicos da hidroginástica;
- Promover a aprendizagem de novas condutas motoras, que proporcionem a melhoria do movimento, prazer e relaxamento;
- Melhoria da condição física (força, coordenação, flexibilidade, equilíbrio e resistência)
- Melhoria do controlo postural;
- Melhoria da auto-estima;



- Promover o convívio e a capacidade de relacionamento em grupo.

8. REGRAS DE FUNCIONAMENTO DAS PISCINAS MUNICIPAIS

A Piscina Municipal de Vale de Cambra está aberta, prioritariamente, à aprendizagem da natação de forma orientada, podendo no entanto, ser frequentada na modalidade de Banhos Livres.

O uso das instalações obriga ao respeito das regras de civilidade, comportamento e higiene:

1. É obrigatório o uso de fato de banho, touca e chinelos no recinto da piscina;
2. É obrigatório o banho de chuveiro antes da entrada na piscina e a passagem pelo Lava-Pés;
3. Não é permitida a prática de jogos ou quaisquer outras actividades que possam molestar terceiros;
4. Não é permitido comer ou beber dentro das instalações da piscina;
5. Não é permitido guardar lugar nos vestiários ou chuveiros individuais, ocupando-os com objectos pessoais;
6. Os utentes utilizarão os balneários, vestiários e instalações sanitárias específicos para cada sexo e deverão usar os cacifos para depósito de bens; os menores de 6 anos deverão ser acompanhados por um adulto;
7. É obrigatório a entrega de um documento de identificação, na recepção, em troca da chave do cacifo.

Os utentes portadores de doenças infecto-contagiosas passíveis de transmissão em instalações balneares do tipo em causa, ou portadores de feridas abertas, deverão abster-se de frequentar as aulas.

8.1 Regime de Aulas

Inscrições: As aulas decorrerão de Setembro a Junho, nos horários estipulados pela Direcção Técnica.

As inscrições serão feitas na Piscina Municipal, durante o período de funcionamento da secretaria (2ª a 6ª feira das 8 às 21 horas, Sábados das 9 às 13h e das 15h às 18horas).

Para efectuar a inscrição é obrigatório:

1. Preenchimento da ficha de inscrição;



2. Apresentação do BI/CC;
3. Fotografia tipo-passe;
4. Preenchimento de um termo de responsabilidade;
5. Pagamento da taxa de inscrição, taxa referente ao primeiro mês.

As inscrições serão limitadas. Se não tiver vaga, não deixe de fazer a sua inscrição, a qualquer momento a evolução de um aluno permitirá a sua entrada para a Escola de Natação e poderá ser chamado.

Taxas: As inscrições nas classes serão realizadas na recepção das Piscinas Municipais. No acto de inscrição, o aluno efectuará o pagamento da taxa de inscrição e o valor da primeira mensalidade. Os valores das mensalidades constam na tabela em anexo.

Preços: O pagamento da mensalidade deverá ser efectuado até ao 6º dia útil do mês correspondente; findo este prazo o aluno pagará uma multa de 5,25€; a partir do dia quinze do mês, perderá a vaga que ocupava nas aulas de natação.

Atestados Médicos: Por motivos inultrapassáveis de saúde, comprovados com atestado médico, o aluno poderá pedir a suspensão temporária de frequência às aulas ficando isento do pagamento da(s) mensalidade(s) referente ao período determinado pelo atestado médico, sem perda do lugar que ocupava nas aulas de natação. Durante o ano lectivo, cada aluno só poderá apresentar dois atestados médicos, sendo que no segundo terá que pagar 50% da mensalidade para assegurar o seu lugar na turma.

Cartão de Utente: É indispensável para entrar na piscina e intransmissível; a 2ª via do cartão implica o pagamento de uma taxa de 3,15€.

Mudança de Horário: O aluno pode solicitar uma mudança de horário desde que existam vagas para o horário pretendido, mediante o pagamento de uma taxa de 2,65€.

A falta às aulas não poderá em qualquer caso ser compensada.

Assistência às aulas: Os Encarregados de Educação poderão assistir às aulas dos seus educandos nos períodos estipulados pela Direcção.

Atendimento Encarregados de Educação: Os professores estabelecerão um horário semanal de atendimento aos Encarregados de Educação. Previamente, os Encarregados de Educação deverão preencher um impresso próprio existente na recepção, indicando o assunto que pretendem ver esclarecido, pelo professor.



8.2 Regime de frequência Livre (Banhos Livres)

Aos utentes de Banhos livres é permitida a permanência no recinto da piscina durante uma hora, que se estende desde a entrada nos balneários, utilização da piscina e saída dos balneários.

1. A entrada para Banhos Livres deverá ser feita sempre às horas estipuladas pela Direcção Técnica (folheto na recepção).
2. O limite máximo de utentes na modalidade de Banhos Livres é de 8 por pista.
3. Os menores de 13 anos só poderão utilizar a piscina na modalidade de Banhos Livres desde que saibam nadar e sejam acompanhados por um adulto ou por uma declaração do Encarregado de Educação, com assinatura reconhecida, assumindo a responsabilidade pela utilização da piscina.
4. Durante o período de Banhos Livres a actividade dos utentes é de sua exclusiva responsabilidade.
5. Não é permitida a utilização do material didáctico (placas, braçadeiras, bolas, etc.) pelos utentes de Banhos Livres.
6. Não é permitido correr nem saltar para a água.

Taxas de Ingresso: O acesso aos Banhos Livres é condicionado ao pagamento das taxas de ingresso que constam na tabela em anexo.

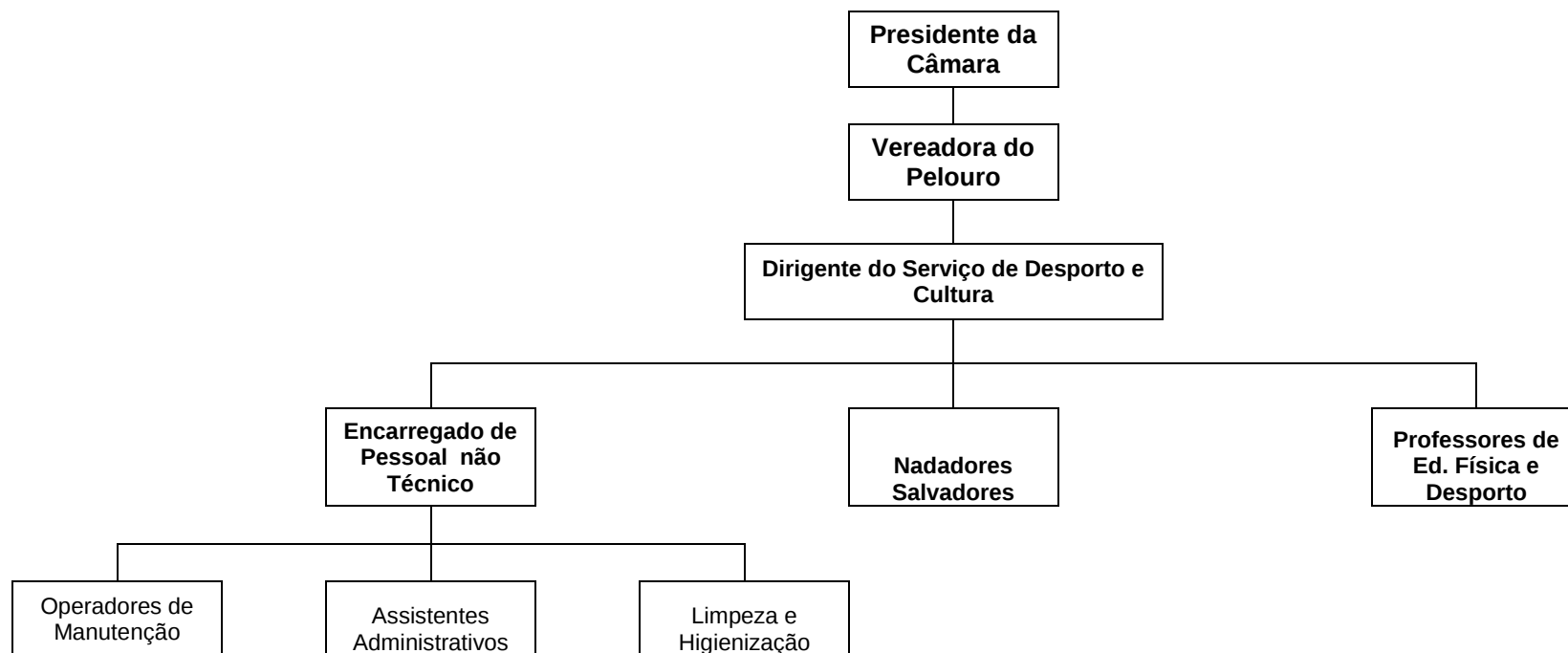
As taxas de ingresso diário só dão direito a um período de utilização e só podem ser adquiridas antes da entrada para a piscina.

MANUAL DE ACOLHIMENTO

Piscinas Municipais de Vale de Cambra



9. ORGANOGRAMA



10. PESSOAL

As Piscinas Municipais de Vale de Cambra possuem 14 colaboradores afectos ao serviço.

10.1 O Director Técnico

O Director Técnico é uma pessoa singular que assume a direcção e a responsabilidade pela actividade ou actividades físicas e desportivas (art. 4.º Decreto Lei n.º 271/09 de 1 de Outubro de 2009).

As funções do Director Técnico são:

- a. Coordenar a prescrição e avaliação dos serviços prestados, bem como propor ou implementar medidas visando a melhoria desta qualidade;
- b. Coordenar a produção das actividades físicas e desportivas;
- c. Gerir os espaços, procurando a sua rentabilização e estabelecer os seus horários de utilização (estrutura e regula horários e turmas);
- d. Superintender tecnicamente, no âmbito do funcionamento das Instalações desportivas, as actividades físicas e desportivas nelas desenvolvidas.

10.2 Encarregado de Pessoal

O Encarregado de Pessoal tem as seguintes funções:

- a. Orientar os serviços de manutenção e conservação das Instalações das Piscinas, de harmonia com o disposto no Regulamento e com as instruções recebidas
- b. Articular com o Director Técnico a gestão de pessoal das Instalações;
- c. Verificar a presença de todo o pessoal e providenciar no sentido de que esse mesmo pessoal não se ausente das Instalações sem seu prévio conhecimento e de acordo com as normas em vigor para os demais serviços da Câmara Municipal;
- d. Advertir o pessoal que lhe esteja subordinado;
- e. Entregar na secretaria a relação dos objectos encontrados nas Instalações da Piscina e não reclamados. Uma lista sucinta destes deverá ser afixada nas Instalações durante 90 dias a fim de que possam ser entregues a quem provar pertencerem. Findo este prazo, os objectos serão considerados perdidos em favor da autarquia;



- f. Distribuir os artigos e produtos de desinfecção e limpeza e vigiar a sua aplicação;
- g. Conferir mensalmente, e obrigatoriamente no final de cada ano, o inventário dos bens municipais existentes nas Instalações a seu cargo;
- h. Registar semanalmente o material médico existente em stock e em uso, devendo assegurar a reposição do mesmo;
- i. Efectuar uma vistoria diária às Instalações, verificando se estão em perfeitas condições de higiene e apresentação;
- j. Participar superiormente por escrito, as ocorrências havidas (registo de mensagens).

10.3 Operadores

Os Operadores têm as seguintes funções:

- a. Responsabilizar-se pelos dispositivos de abastecimento e desinfecção de água, incluindo canalização e acessórios;
- b. Tomar providências para que as instalações a seu cargo funcionem em perfeitas condições de segurança e eficácia, participando ao encarregado ou director técnico da piscina, qualquer anomalia ou falha que se verifique no sistema, que possa prejudicar o normal funcionamento da piscina;
- c. Providenciar para que em tempo oportuno se faça o reabastecimento dos produtos de desinfecção e de combustíveis;
- d. Preencher os registos diários que lhe sejam apresentados.

10.4 Nadador-Salvador

O Nadador Salvador tem as seguintes funções:

- a. Responsabilizar-se pela segurança dos utentes em regime livre;
- b. Responsabilizar-se para que os utentes não coloquem detritos ou quaisquer outros objectos que sejam, ou possam vir a ser, perigosos e, caso isso aconteça, removê-los de imediato;
- c. Fazer com que os utentes cumpram com as normas do regulamento em vigor;
- d. Proceder à limpeza de todas as impurezas da água da Piscina;



- e. Colaborar na desinfecção e limpeza da água das Piscinas e com o pessoal dos restantes serviços quando lhe for solicitado;
- f. Responsabilizar-se pela segurança dos alunos na zona circundante das piscinas antes e após a aula, bem como dar apoio e segurança durante as aulas, caso lhe sejam dadas as instruções para tal;
- g. Dar conhecimento ao Operador ou Encarregado, de tudo de anormal que se passe dentro do recinto;
- h. Controlo semanal da quantidade e qualidade do material didáctico e registo em impresso próprio.

10.5 Auxiliares Administrativos

As Auxiliares Administrativas devem:

- a. Proceder a inscrições, renovações e cobrança de mensalidades aos utilizadores das Piscinas Municipais;
- b. Providenciar o controlo das entradas mediante os respectivos pagamentos;
- c. Não permitir a entrada de pessoas que pelo seu aspecto verifique não possuírem condições de saúde, higiene e asseio compatíveis com a frequência das Instalações das Piscinas, devendo para isso usar de prudência e fazer a recusa em termos correctos;
- d. Coadjuvar o Director Técnico na gestão;
- e. Não fornecer cacifos ou outros, sem receber em troca um documento identificativo, documento que arquivará até à saída do utente da piscina;
- f. Proceder à organização de turmas e dos dossiers dos professores.

10.6 Auxiliares de serviços gerais

As Auxiliares de serviços gerais devem:

- a. Executar os serviços de limpeza para que as instalações se encontrem sempre em perfeitas condições de asseio e higiene, devendo usar com eficiência e cuidado os produtos e artigos de desinfecção e limpeza;



- b. Entregar ao encarregado da piscina os objectos encontrados, participando-lhes imediatamente as ocorrências dignas de registo;
- c. Participar imediatamente ao encarregado de pessoal, os casos em que verifique manifesta falta de higiene nos balneários.

10.7 Coordenador técnico-pedagógico

O Coordenador técnico-pedagógico deve:

- a. Realizar a interacção entre o Director e os professores;
- b. Supervisionar os técnicos a seu cargo, assegurando que estes cumpram com os aspectos pedagógicos e objectivos definidos para cada nível;
- c. Vigiar a qualidade dos serviços prestados pelos professores, a produtividade e o cumprimento de todas as regras;
- d. Assegurar que os professores efectuem os registos definidos pelo Director Técnico;
- e. Controlar o material didáctico-pedagógico da Escola Municipal de Natação e informar o Director Técnico da necessidade de aquisição de novo material;
- f. Proceder à distribuição das turmas por pista e informar o Director Técnico;
- g. Proceder ao registo das faltas e atrasos dos professores;
- h. Participar à direcção da piscina por escrito as ocorrências havidas, elaborando a documentação necessária.

10.8 Professor

10.8.1 Perfil do Professor

O professor das Piscinas Municipais de Vale de Cambra deverá apresentar o seguinte perfil, enquadrando-se na política de qualidade do serviço a prestar ao munícipe:

- a. Licenciado em Educação Física;
- b. Ter boa apresentação e capacidade de comunicação;
- c. Mostrar gosto pela actividade que exerce e interesse em todas as actividades desenvolvidas;



- d. Ser assíduo e pontual;
- e. Ser bastante empenhado e dedicado, sempre com atitude activa, dinâmica e empreendedora na aula;
- f. Ser criativo nas estratégias e métodos adoptados nas aulas, de forma a fidelizar os alunos (variedade de exercícios, com jogos ou métodos de aprendizagem bastante apelativos e motivadores);
- g. Dedicar grande atenção aos alunos, gerindo de forma equilibrada a atenção aos alunos, e dedicar aos mais desfasados a atenção necessária;
- h. Criar laços de empatia com os alunos e apresentar-se motivado em relação às tarefas proposta, proporcionando um bom ambiente de trabalho na aula;
- i. Participar activamente e mostrar disponibilidade para todas as actividades tais como substituições, reuniões, festivais, etc...

10.8.2 Tarefas do Professor

O professor deve:

- a. Estar sempre devidamente equipado;
- b. Comparecer 3 minutos antes do início da aula;
- c. Preparar o material para a aula antes do início, repondo-o no seu lugar quando já não for necessário, preservando-o aquando da sua utilização;
- d. Controlar as presenças dos alunos nas suas classes, registando todos os nomes que não constem da sua listagem, comunicando-os à secretaria;
- e. Assumir uma postura dinâmica perante a turma (colocar-se nos locais mais apropriados para aplicar feedback (gestual as e verbais) e controlar visualmente a turma, acompanhando os deslocamentos dos alunos de forma a estes poderem ter contacto visual com o professor);
- f. Promover, aplicar, cumprir e exigir o cumprimento dos princípios básicos de segurança na sua aula (fora e dentro da piscina), controlando as actividades, mantendo sempre contacto visual, principalmente nas aulas de crianças e na fase de adaptação, orientando sempre toda a aula, mesmo as partes finais das mesmas (em que as actividades lúdicas devem ter sempre super visão do professor);



- g. Emitir feedbacks aos alunos de correcção ou reforço positivo em momento oportuno e de forma correcta sempre que necessário;
- h. Utilizar modelos de demonstração, no momento oportuno (antes do exercícios ou para corrigir um erro) e com correcção;
- i. Assumir um papel activo e motivador, incentivando sempre os alunos, emitindo feedbacks positivos e motivadores;
- j. Adequar os exercícios ao nível/escalão etário da turma, quer em quantidade quer em conteúdos e diferenciados, se necessário;
- k. Ter perfeito controlo sobre a turma, mantendo os alunos organizados e empenhados nos exercícios, bem como nos tempos de espera e transições, valorizando o espaço da aula;
- l. Aplicar sequências metodológicas progressivas adaptadas aos diferentes níveis/faixa etária da classe;
- m. Desenvolver as suas actividades, respeitando e aplicando sempre os princípios pedagógicos/didácticos e estratégicos, de forma a atingir não só os objectivos específicos como também os objectivos gerais a nível motor, afectivo, social e cognitivo;
- n. Assegurar o bom funcionamento da aula, bem como o cumprimento dos programas definidos para cada nível de aprendizagem;
- o. Assegurar um correcto comportamento dos alunos, quer a nível disciplinar, quer a nível de segurança e higiene;
- p. Não abandonar os alunos durante as aulas, a não ser por motivos de força maior; em caso de ausência justificada, deverá incumbir alguém da vigilância dos mesmos;
- q. Se pretenderem alterar o conteúdo da aula, aplicando outros materiais ou outro local, que não o local normal da aula, deverão informar antecipadamente o Director Técnico;
- r. Dar sempre conhecimento ao Director Técnico de qualquer anomalia ou situação que coloque em causa o bom funcionamento das aulas;
- s. Realizar as informações e avaliações periódicas que foram definidas sobre o nível de aprendizagem e de evolução dos seus alunos, quer nos parâmetros técnicos,



quer nos parâmetros de assiduidade, pontualidade, dos valores e das atitudes (impresso próprio);

- t. Planear as aulas tendo em conta o planeamento definido na Escola de Natação;
- u. Manter actualizado o registo de sumários das aulas (impresso próprio);
- v. Propor, em ficha própria, a transferência de alunos que considere significativamente desajustados na sua classe (impresso próprio);
- w. Esclarecer os utentes das regras e normas da instalação, aquando do surgimento de reclamações, defendendo sempre os interesses desta instituição e dos profissionais que dela fazem parte (qualquer reclamação deverá ser prontamente comunicada ao director da instalação).

10.8.3 Regras de comportamento no local de trabalho

Os professores, na área restrita às aulas ou locais de circulação de utentes (nave, balneários, etc.) não devem:

- a. Permanecer em grupo.
- b. Comer, assobiar ou falar alto.
- c. Estar sentado em qualquer local que não seja o local reservado aos professores (posto médico).
- d. Permanecer na área restrita às recepcionistas.

11. TAREFAS ADMINISTRATIVAS

As tarefas administrativas são procedimentos definidos pela Direcção Técnica e executados preferencialmente pela recepção.

Formação de turmas/horário – critérios

O número de turmas e níveis são definidos de acordo com a avaliação final de ano de cada aluno e em função da previsão da entrada de novos alunos.

Vagas

As vagas das turmas são limitadas e padronizadas. São definidas de acordo com as idades, nível de ensino e espaço existente. As excepções serão analisadas pelo Director.



A lista de espera nunca pode ser ultrapassada por ninguém (procedimento lista de espera – impresso próprio).

Lista de espera

Não havendo vagas na turma para o qual o utente pretende frequentar, o utente deverá proceder ao preenchimento de uma ficha de inscrição que ficará em lista de espera.

A lista de espera será analisada até ao dia 20 de cada mês, de forma a analisar a possibilidade de integrar estes utentes em turmas para o mês seguinte.

Termo de responsabilidade

A recepção tem disponível o impresso da declaração, onde o utente declara que não tem qualquer contra-indicação para a prática desportiva e toma conhecimento que não é obrigatória a apresentação de exame médico.

Inscrição/renovação

Os utentes da Piscina têm prioridade nas vagas das turmas para o ano seguinte, mas para tal, deverão proceder à renovação da inscrição no período de renovações definido pela Direcção Técnica (normalmente a partir da 2ª quinzena de Junho até ao início de Julho).

Para a inscrição e renovações no início do ano, a recepção tem de ter disponível a avaliação de todos os alunos, para poder integrar o aluno na classe adequada.

Deve estar disponível com antecedência o tarifário, horários, folhetos informativos dos serviços e formas de pagamento possíveis.

12. PLANO DE COMUNICAÇÃO

É inquestionável para qualquer piscina a importância de comunicar e partilhar o que se passa na Escola Municipal de Natação entre Professores/ Recepção/ Director/ Alunos/ Encarregados de Educação.

A comunicação Interna é considerada um mecanismo básico para o bom funcionamento de qualquer organização.



Os suportes de comunicação a utilizar na EMN de Vale de Cambra são:

12.1 Comunicação Interna:

Registo de mensagem (impresso próprio)

Documento de registo de comunicação de Director para Recepção/ Professores e vice-versa em papel ou suporte digital.

É neste documento escrito que serão anotados todos os problemas existentes, sugestões ou meras informações.

Dossier

Cada professor tem um dossier que está disponível na sala de professores, com as turmas, controlo de presenças de alunos e registo de cumprimento de objectivos. As anotações do professor são preciosas para o Director/ Coordenador/ Recepção e vice-versa.

12.2 Comunicação Externa:

Atendimento do Encarregado de Educação/ Aluno

Sempre que um aluno/ Encarregado de Educação pretende falar com o professor deverá preencher o respectivo impresso de marcação na recepção.

O horário semanal de atendimento é definido no início de cada ano lectivo, sendo afixado na recepção.

13. RECLAMAÇÕES

As reclamações dos utentes são uma importante forma de expressão sobre o serviço que lhes é prestado. Estas reclamações representam uma fonte preciosa de informações, traduzindo a insatisfação em diversas áreas.

Para que esta informação seja útil, deverá ser tratada e monitorizada e ser alvo de avaliação para se reflectir numa melhoria contínua da piscina.

Está disponível na recepção em impresso de reclamação/ sugestão para que o utente possa expor as suas reclamações/ ideias.

As reclamações são tratadas num prazo máximo de 8 dias úteis.

14. MELHORIA DA QUALIDADE PEDAGÓGICA

A qualidade pedagógica deverá ser o principal objectivo de uma Escola de Natação, pois é o produto que mais vende e determinará a satisfação dos seus clientes, traduzindo uma boa ou má imagem da Escola de Natação.

14.1 Material Didáctico

Tem que existir material didáctico diversificado e adequado aos escalões etários e nível dos alunos, para que o professor possa diversificar as suas aulas.

Controlo de quantidade de material

O controlo do material didáctico deverá ser feito semanalmente sempre que o mesmo é arrumado e esse controlo deverá ser registado (impresso próprio). Este procedimento deverá ser realizado pelo Nadador Salvador.

Sempre que o material saia da nave da Piscina deverá ser sempre desinfectado antes de nova utilização.

14.2 Aulas

Sumários

Assegurar um registo diário dos sumários das aulas em ficha própria, ajuda a um acompanhamento dos conteúdos abordados pelos professores, por parte do coordenador (impresso próprio). Por outro lado, esse registo poderá ser utilizado, em caso de substituição pelo professor substituto.

Ficha de Presenças

Os professores deverão assinalar, em todas as aulas, as presenças e as ausências dos alunos (impresso próprio). Uma vez que os alunos com um elevado número de faltas não terão a evolução desejada, a recepção deverá telefonar a esses alunos, inteirar-se da situação e sensibilizá-los para as possíveis consequências dessas ausências.

Ficha de Substituição de Aulas



A ficha de substituição de aulas permite garantir a continuidade dos conteúdos abordados nas aulas anteriores (impresso próprio). Através do preenchimento desta ficha o professor substituto sabe exactamente o que deve fazer na aula que vai substituir evitando uma má imagem das piscinas e revelando uma boa organização da Escola de Natação.

Ficha de Transferência de Turma

Quando um aluno atinge os objectivos propostos para o nível que está inserido, o professor deve proceder à sua transferência. Após a verificação de que a turma para a qual o aluno se irá transferir tem vaga disponível, este deve preencher uma ficha de transferência de turma (impresso próprio), que deverá entregar à funcionária administrativa afim de proceder informaticamente a transferência. Caso no mesmo horário não haja vaga na turma do nível para a qual o aluno transitará, o professor deverá contactar o Encarregado de Educação para propor um novo horário adequado às necessidades do aluno. A transferência de nível será sempre realizada na última aula de cada mês, tendo o aluno a sua primeira aula no nível para o qual avança, na primeira aula do mês seguinte.

14.3 Avaliação dos Alunos

A avaliação das competências dos alunos assume um papel preponderante para a formação de turmas homogéneas e desta forma cumprir os objectivos dos níveis e ensino com um bom ritmo de aprendizagem.

Momentos de Avaliação

A avaliação dos alunos é contínua. O professor deverá avaliar constantemente o desempenho dos alunos e adaptar os exercícios às suas capacidades. Esta avaliação deverá ser registada em impresso próprio.

No início do ano lectivo serão determinados três períodos para realização de uma avaliação formal aos alunos (impresso próprio):

15. Período que antecede as Férias do Natal
16. Período que antecede as Férias da Páscoa
17. Final do ano lectivo



14.4 Rotação de Espaços

O Director Técnico e o Coordenador poderão, em conjunto, definir um determinado período para rotação das várias classes com horários em simultâneo com o objectivo de permitir aos alunos experimentarem os diversos espaços e profundidades da Piscina.

14.5 Avaliação de Desempenho do Professor

A avaliação do desempenho é um instrumento de apoio à gestão e um factor de mobilização em torno da missão dos serviços e organismos e por isso deve ser visto como um estímulo ao desenvolvimento das pessoas e à melhoria da qualidade dos serviços.

Parâmetros:

- a. Metodologia de trabalho,
- b. N.º de alunos inscritos em cada turma;
- c. Faltas e Justificações das mesmas;
- d. Participações em reuniões e actividades festivas;
- e. Sugestões apresentadas para a melhoria do serviço;
- f. Disponibilidade para substituições;
- g. Assíduo e pontual;
- h. Realização de planos de aula e controlo de presenças;
- i. Cumprimento das regras burocráticas.

15. PROCEDIMENTOS OPERATIVOS

Os procedimentos operativos são documentos que sistematizam as tarefas que os colaboradores devem realizar. Permitem que o acesso das tarefas dependa menos das pessoas que as executam e mais de quem as organiza, diminuindo a probabilidade de existirem erros imputados aos colaboradores.

Identificamos em anexo os seguintes procedimentos:

- a. Incidentes nas Piscinas
- b. Utilização das Piscinas
- c. Transferência de turma/ mudança de horários.



ANEXOS

IM-06-01-DCDT Utilização das Piscinas

IM-06-02-DCDT Transferência de alunos

IT 01-DCDT Identificação de Incidentes nas Piscinas Municipais

Registos de manutenção Preventiva

Questionário de Satisfação

Registo de mensagens

Pedido de utilização de Equipamentos Municipais

Termo de responsabilidade

Ficha de inscrição

Sumários

Rasferência de tuma

Fichas Individuais de Avaliação

Transferência de níveis

Avaliação de Professores

Registo diário de Banhos Livres

Registo de entradas Piscinas Descobertas

Ficha Incidentes na água

Registo de controlo de material didático

Registos de consumos de Papel Higiénico e de mãos

Registo de consumos de água, gás e energia

Registo de dados

Ficha de reparação

