



À PROVA DE ÁGUA®

SOBREVIVÊNCIA E PRONTIDÃO AQUÁTICA

DESCUBRA TUDO

**ENQUADRAMENTO
GENÉRICO DO PROGRAMA
E SUA IMPORTÂNCIA,
DADOS RELACIONADOS
COM AFOGAMENTO
E OBJETIVOS**

À Prova de Água – Sobrevivência e Prontidão Aquática® é um programa orientado para a natação em contexto escolar que visa dotar as crianças do pré-escolar e do 1º ciclo do ensino básico das competências necessárias para a sobrevivência em meio aquático, que resulta de uma iniciativa conjunta que integra a Federação Portuguesa de Natação (FPN), as Federações Portuguesas de Nadadores-Salvadores (FEPONS), de Canoagem (FPC), de Vela (FPV) e de Surf (FPS).

O programa assenta no reconhecimento do valor dos estímulos psico-motores durante a infância, salientando-se a importância da competência aquática, quer no desenvolvimento integral da criança, quer enquanto medida preventiva direta do afogamento.

Segundo o Observatório do Afogamento da Federação Portuguesa de Nadadores - Salvadores que reporta ao período de 1 de janeiro a 30 de setembro, em 2022 verificaram-se 134 mortes por afogamento, mais 55,8% que no período homólogo anterior.

Conscientes de que não é possível alterar o passado, este programa propõe-se a reunir esforços e apresentar estratégias adaptadas a cada contexto, com vista à construção de um futuro melhor, sabendo das competências educativas sob a responsabilidade dos Municípios.

A competência aquática e associada à sobrevivência, controlando situações de risco de afogamento e normas de segurança, são o propósito central deste programa, que sugere uma prática em piscina (programas mistos) cobrindo vários estádios de aprendizagem, focados no nado sem pé, abarcando ainda atividades complementares em espaços de água diversos, para aprofundar o conceito de perícia aquática, através da iniciação ao salvamento aquático, canoagem, surf e vela.

Passível de ser promovido em duas etapas de formação escolar, o pré-escolar (3-5 anos) e o 1º ciclo do Ensino Básico (6-11 anos), proporciona uma aproximação das crianças e sociedade local, aos planos de água, garantindo a exploração em segurança dos recursos naturais e especificidades de cada território.

É no âmbito da descentralização de competências da Administração Central, que dota o poder local de todos os instrumentos para que de forma ágil e concreta, contribuam para a resolução dos principais problemas das populações, que se assume como determinante e fundamental para o cumprimento do objetivo deste programa, a integração, parceria e adesão dos municípios.

VANTAGENS DA IMPLEMENTAÇÃO DO PROGRAMA

- 0 Adaptação do Programa à medida do contexto, circunstância e pretendido pelo Município;
- 0 Implementação do programa coordenado pela FPN, em articulação com o município e parceiros promotores;
- 0 Disponibilização do Modelo Pedagógico, validado cientificamente, específico para programação das atividades;

- 0 Auditoria e proposta de implementação, às necessidades de formação de Recursos Humanos adstritos ao programa no âmbito da aquisição da cédula profissional de técnico desportivo de nível I;
- 0 Acompanhamento e Supervisão pedagógica pela FPN;
- 0 Acesso a formação específica aos supervisores do programa indicados pelo Município;
- 0 Acesso a formação específica e contínua dos técnicos do município;
- 0 Acesso gratuito à plataforma de gestão pedagógica Swimify;
- 0 Acesso dos técnicos do município à convenção anual do programa Portugal a Nadar.

CONDIÇÕES DE ADESÃO

A adesão ao programa À Prova de Água – Sobrevivência e Prontidão Aquática®, com um custo base anual relacionado com as responsabilidades e atividade da Federação Portuguesa de Natação, garante o acesso a:

- 0 Modelo Pedagógico específico para programação das atividades;
- 0 Acompanhamento e Supervisão Pedagógica;
- 0 Formação dos supervisores pedagógicos;
- 0 Formação dos técnicos de natação;

- 0 Acesso plataforma de gestão pedagógica Swimify;
- 0 Auditoria e acesso a condições especiais para aquisição da cédula profissional de técnico desportivo de nível 1.

De acordo com as necessidades identificadas, pelas restantes federações desportivas associadas, em caso de interesse do Município podemos ainda ajustar a oferta disponibilizada condições especiais no acesso a:

- 0 Equipamento a adquirir, a definir;
- 0 Seguro de Acidentes Pessoais;
- 0 Outros.

EMBAIXADORES



FERNANDO PIMENTA

- 🏅 Medalha de prata nos JO 2012
- 🏅 Medalha de bronze nos JO 2020
- 🏅 120 Medalhas em Competições Internacionais

MENSAGEM

“Portugal é um país com uma histórica ligação ao contexto aquático, com planos de água privilegiados. Pelas nossas características e cultura, o programa de educação aquática fará com certeza a diferença no desenvolvimento das nossas condições, potencializando a segurança e prática das modalidades náuticas ao nível recreativo e desportivo.”



TERESA PORTELA

- 🏆 4 JO com obtenção de 3 diplomas (Pequim 2008, Londres 2012, Rio 2016 e Tóquio 2020)
- 🏆 2 Medalhas em Campeonatos do Mundo
- 🏆 10 Medalhas em Campeonatos da Europa
- 🏆 20 Medalhas em Taças do Mundo
- 🏆 70 vezes Campeã Nacional

MENSAGEM

“Está certo que nas modalidades que envolvam a água, Portugal tem-se destacado. E na minha opinião, tendo o mar, o rio, o clima, tão propícios à prática de modalidades, como Vela, Natação, Canoagem, Surf (entre outras) é importante criar este tipo de projetos para incentivar e reavivar a nossa cultura. É também urgente que as crianças comecem a ter atividades desportivas o mais cedo possível, e a natação é sem dúvida uma porta de entrada para o desporto, e uma mais valia para criar uma boa base para tantas outras modalidades. Tenho esperança que o projeto “À Prova de Água” incentive à prática destas modalidades com a água, aproveitando as excelentes condições geográficas que Portugal nos oferece.”



JOÃO RODRIGUES

- Participação nos JO (Barcelona 1992 até Rio 2016), com 2 diplomas Olímpicos em 1996 e 2004
- Participação em Campeonatos do Mundo e obtenção de 3 títulos mundiais
- Participação em Campeonatos Europeus e obtenção de 6 títulos europeus

MENSAGEM

“Portugal tem à sua disposição no mar o maior palco desportivo, disponível todo o ano. Mas não basta contemplá-lo para apreender em toda a sua plenitude a sua crucial importância para o país. É preciso, literalmente, mergulhar neste vasto mundo líquido. Para tal, são necessárias as ferramentas e o conhecimento para que, nesse acto, a segurança, a consciência da nossa vulnerabilidade e o respeito pelos elementos esteja sempre bem latente. Nesse sentido, o projeto “À Prova de Água” é fundamental para a criação de uma cultura de mar, tão necessária para Portugal!”



DIOGO RIBILO

- 🏅 Triplo Campeão do Mundo de Juniores e Recordista do Mundo de Juniores nos 50m mariposa (Lima 2022)
- 🏅 Vice-campeão da Europa de Juniores (Roma 2021)
- 🏅 Prata nos Jogos do Mediterrâneo 2022, 100m livres
- 🏅 Ouro nos Jogos do Mediterrâneo 2022, 50m mariposa
- 🏅 1º nadador a obter 3 Mínimos de acesso aos JO Paris 2024 (50m Livres, 100m Livres e 100m Mariposa)

MENSAGEM

“Qualquer criança deveria ter o direito de aprender a nadar por uma questão de sobrevivência, justiça e igualdade. Quando me apercebi do número de mortes por afogamento todos os anos, acredito que este projeto À Prova de Água é a chave principal para garantir a segurança das crianças dentro de água, em qualquer contexto e a promoção da prática desportiva, com o objetivo de melhorar o bem-estar social. É com muito orgulho que abraço esta causa.”



CAMILA REBELO

- 🏆 Detentora de 27 recordes nacionais
- 🏆 Presenças em Campeonatos Europeus e Mundiais
- 🏆 Igualou a Melhor classificação de sempre feminina em Campeonatos Europeus (Roma 2022)
- 🏆 Ouro nos Jogos do Mediterrâneo, 100m e 200m costas
- 🏆 Mínimo de acesso aos JO Paris 2024, 200m costas

MENSAGEM

“Tendo conhecimento do panorama a nível mundial, europeu e nacional de dados sobre mortes por afogamento, saber nadar é uma ferramenta indispensável na sobrevivência de todos nós, que a qualquer momento podemos nos deparar com uma situação de risco. O programa À Prova de Água vai dar a possibilidade a todas crianças em idades tenras, independentemente dos seus meios e contextos sociais, de desenvolverem competências aquáticas para a sua própria sobrevivência. É um orgulho para mim tentar contribuir para um futuro melhor em Portugal, sendo embaixadora deste projeto.”



SARA CARMO

- 🏆 6 títulos de Campeã Nacional de Vela em Classes Olímpicas
- 🏆 Participação nos JO Londres 2012 e Rio 2016

MENSAGEM

“O meio aquático faz-nos sair da terra e ensina-nos a olhar com confiança e superação para assuntos que nos tiram fora de pé.”



JOÃO CONRADO

- 🏆 Melhor Atleta Salvamento Aquático Desportivo (2020)
- 🏆 12 Recordes Nacionais
- 🏆 8 vezes Campeão Nacional
- 🏆 Presenças em Campeonatos Europeus e Mundiais

MENSAGEM

“Apostar num ensino que educa a criança a saber estar dentro de água, a aprender a tirar o maior prazer e ter a consciência e o conhecimento de regras e medidas de segurança, é um projeto que diminuirá em grande escala o número de vítimas por afogamento.”



ANA GERVÁSIO

- 🏆 Vários Títulos Nacionais e Recordista Nacional em várias categorias e escalões (2019 até à data)
- 🏆 9 Títulos Nacionais de Salvamento Aquático (2023)
- 🏆 Em representação da Seleção Nacional no Mundial de Salvamento Aquático em Riccione, Itália.

MENSAGEM

“Como profissional de saúde que sou, o bem-estar e a segurança das crianças, é algo que valorizo e acredito. Investir em programas como este é fundamental para fomentar práticas seguras, desenvolver um conjunto de competências que permitam a sobrevivência e o desenvolvimento dos mais jovens no meio aquático e prepará-los para uma vida saudável e ativa. Apoio plenamente o programa "À Prova de Água" e encorajo todos a fazerem o mesmo, sendo um grande orgulho ser embaixadora deste projeto.”

UMA INICIATIVA
CONJUNTA DE:

