



UNIVERSIDADE FEDERALRURAL DE
PERNAMBUCO

TIAGO DE SOUZA SILVA

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL

RECIFE

2019

TIAGO DE SOUZA SILVA

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

Monografia apresentada como requisito à obtenção do título de Licenciatura em Educação Física, Departamento de Educação Física, Universidade Federal Rural de Pernambuco.

Orientadora: Profª Rosângela
Cely Branco Lindoso.

RECIFE

2019

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal Rural de Pernambuco
Sistema Integrado de Bibliotecas
Gerada automaticamente, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

B464b

silva, tiago

benefícios da natação para o desenvolvimento infantil: revisão bibliográfica / tiago silva. - 2019.
48 f.

Orientadora: prof. Rosangela Lindoso.
Inclui referências.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal Rural de Pernambuco, Licenciatura em Educação Física, Recife, 2019.

1. natação . 2. desenvolvimento infantil. 3. benefícios da natação. 4. natação infantil. I. Lindoso, prof. Rosangela, orient.
II. Título

CDD 613.7

FOLHA/TERMO DE APROVAÇÃO

TIAGO DE SOUZA SILVA

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

Monografia aprovada como requisito à obtenção do título de Licenciatura em Educação Física, Departamento de Educação Física, Universidade Federal Rural de Pernambuco, pela seguinte banca examinadora:

Prof. Rosângela Cely Branco Lindoso
Orientadora – Departamento de Educação Física – UFRPE

Prof. Ms. Roseane Cruz Freire Rodrigues
Departamento de Educação Física da Faculdade de Goiana

Prof. Mestranda Mayara Sequeira
Departamento de Educação-UFRPE

Recife, 30 de maio de 2019.

A todos os colegas que contribuíram para a realização desse trabalho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus, pela saúde e disposição que me permitiu a realização deste trabalho.

A minha companheira e filha pela compreensão na ausência durante meses.

À minha orientadora Rosângela, pela dedicação e paciência em me auxiliar nessa longa e exaustiva jornada e a todos que de alguma forma colaboraram para a construção desse estudo.

os o que fazemos, mas somos, principalmente, o que
fazemos para mudar o que somos.”

Eduardo Galeano

RESUMO

A natação hoje é considerada um dos esportes que mais traz benefícios a saúde não só das crianças, mas também em todas as outras faixas etárias, pois o auxilia na prevenção de doenças cardiorrespiratórias, problemas posturais entre outros. O objetivo deste trabalho é analisar os benefícios da natação para desenvolvimento da criança. Trata-se de uma revisão de literatura de abordagem qualitativa, onde os dados foram coletados de artigos publicados de 2007 a 2017 na língua portuguesa, nas bases de dados da LILACS, MEDLINE e ScIELO. Após análise dos artigos, obteve-se como resultado que a prática da natação traz vários benefícios como contribuição para aprendizagem organizada, coordenação motora, desenvolvimento, oferece descontração e ludicidade, e nos aspectos físico, traz mais facilidade para realiza, com benefícios no sistema respiratório e cardiovascular, recuperando e prevenindo doenças; nos aspectos psicológicos eleva a auto estima, diminuindo o stress, disposição para demais atividades, no aspecto social melhora a relação interpessoal e aumento dos círculos de amizade, compartilhando experiências e ideias e os pais/responsáveis buscaram a natação para que as crianças aumentassem seus círculos de amizades, para a prevenção das doenças e aumento da saúde e ajuda na socialização das criança. Diante disso, concluiu-se que é de grande importância a prática da natação para as crianças e que os benefícios advindos com a prática sistemática da mesma são de grande valia para o desenvolvimento integral dos mesmos, contribuindo também para uma melhor qualidade de vida dos pequenos praticantes.

Palavras-chave: Desenvolvimento Infantil. Natação. Benefícios.

ABSTRACT

Swimming today is considered one of the sports that brings the most health benefits not only for children, but also in all other age groups, as it helps prevent cardiorespiratory diseases, postural problems, among others. The objective of this work is to analyze the benefits of swimming to the development of the child. This is a literature review of a qualitative approach, where data were collected from articles published from 2007 to 2017 in the Portuguese language, in the LILACS, MEDLINE and ScIELO databases. After analyzing the articles, it was obtained that the practice of swimming brings several benefits such as contribution to organized learning, motor coordination, development, offers relaxation and playfulness, and in the physical aspects, brings more ease to perform, with benefits in the respiratory system and cardiovascular, recovering and preventing diseases; in psychological aspects it elevates self-esteem, reduces stress, is willing to do other activities, social aspect improves the interpersonal relationship and increase of friendship circles, sharing experiences and ideas and parents / guardians sought swimming for children to increase their circles of friendships, for the prevention of diseases and increase of health and aid in the socialization of the children. In view of this, it was concluded that it is of great importance to practice swimming for children and that the benefits derived from the systematic practice of it are of great value for the integral development of the same, contributing also to a better quality of life of the small practitioners.

Key-words: Child Development. Swimming. Benefits.

LISTA DE TABELAS

TABELA 1 – ARTIGOS QUE ATENDERAM AOS CRITÉRIOS DE INCLUSÃO PREVISTOS NO ESTUDO.....	24
--	----

LISTA DE SIGLAS

BDEF- Base de Dados de Enfermagem
CNS- Conselho Nacional de Saúde
CONEP – Comissão Nacional de Ética em Pesquisa
DECS- Descritores em Ciências da Saúde
LDB- Leis Diretrizes e Bases
LILACS- Literatura Latino Americano do Caribe
MEDLINE- Literatura Internacional em Ciências da Saúde
UFRPE – Universidade Federal Rural de Pernambuco

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
1.2 OBJETIVOS	16
1.2.1 Geral	16
1.2.2 Específicos	16
2 REVISÃO DA LITERATURA	16
2.1 História da natação.....	16
2.2 A Criança e seu desenvolvimento.....	17
2.3 Natação.....	19
2.4 Adaptação ao meio líquido.....	22
2.4.1 Estilo Crawl.....	23
2.4.2 Estilo Costas.....	24
2.4.3 Estilo Peito.....	25
2.4.4 Estilo Borboleta.....	26
2.5 Benefícios da natação para o desenvolvimento infantil.....	27
2.6 Lúdico e a Educação Física.....	28
3 METODOLOGIA	33
3.1 Tipo de Pesquisa	33
3.2 Locais de busca	33
3.3 Procedimento para Coleta de Dados.....	33
3.4 Análise dos resultados	33
3.5 Seleção dos Descritores.....	34
3.6 Análise dos Dados.....	34
3.7 Aspectos Éticos.....	34
4 RESULTADOS/ ANÁLISE DOS DADOS	35
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	45
REFERÊNCIAS.....	46

INTRODUÇÃO

A natação é muito indicada pelos médicos como forma de tratamento para diversos problemas de saúde, principalmente do público infantil, por esta razão venho me debruçar nesta pesquisa de tipo revisão bibliográfica, para elencar e analisar os benefícios desta prática sistematizada no desenvolvimento infantil.

A criança sofre mudanças no seu organismo durante o processo de crescimento e desenvolvimento, tais como: comportamento motor, afetividade, aprendizagem, percepção, entre outros benefícios. Deve-se respeitar o desenvolvimento de habilidades básicas das crianças, pois se isso não for privilegiado é provável que a criança enfrente dificuldades para combinar habilidades de forma mais eficiente e adquirir habilidades mais complexas (DAMASCENO, 2017).

A natação hoje é considerada um dos esportes que mais traz benefícios a saúde não só das crianças, mas também em todas as outras faixas etárias, pois o auxilia na prevenção de doenças cardiorrespiratórias, problemas posturais entre outros. No entanto, quando a criança com a faixa etária de três a seis anos, é estimulada a prática da natação, deve ser ministrada recreativamente, porque nesta fase ela amplia seus aspectos sensório-perceptivo e sensório-motor globais, que propicia um desenvolvimento integral da mesma. Tudo isso vai fazer com que a criança perceba seu próprio corpo, a nível motor e cognitivo (SOARES, MISKEY, 2016).

A natação é muito procurada pelos pais pelo fato da mesma ter um papel fundamental na saúde das crianças, pois obesidade, sedentarismo e estresse são alguns dos problemas que podem acometer as crianças que praticam pouca ou nenhuma atividade física. Por meio desta prática esportiva, a criança trabalhará o sistema cardiovascular e respiratório e desenvolverá habilidades psicomotoras como agilidade e velocidade. O esporte também reforçará a resistência do organismo, além de ajudar na prevenção e recuperação de problemas ortopédicos (GOMES, 2014).

As vantagens da natação na primeira infância abrangem os campos cognitivo, social, terapêutico e, é claro, o recreativo. As crianças que fazem natação desde cedo apresentam um melhor rendimento escolar e respondem de forma mais significativa ao processo de alfabetização. Nadar também proporciona um maior aprimoramento da

coordenação motora, eleva a resistência cardiorrespiratória e tonifica os músculos. Além disso, existe a questão da segurança: uma criança que aprende a nadar precocemente tem menos chance de se afogar (FÉLIX, 2015).

A variação de movimentos na água aumenta o repertório motor da criança, através da natação ela adquire sincronismo de movimentos de pernas e braços de forma alternada e simultânea, controle da respiração, consciência das posições de seu corpo e do espaço que ele ocupa dentro da água, facilitando seu deslocamento. Na água devem ser desenvolvidas as habilidades aquáticas e autonomia de deslocamento, deve-se enfatizar as atividades e exercícios de sobrevivência na piscina, ou seja, a criança ao cair na piscina, terá condições de deslocar-se até um local de apoio com segurança (FERREIRA, 2013).

Neste sentido, a prática da natação aliada à estimulação de habilidades, respeitando as fases sensíveis da formação, a individualidade de cada um e o ensino adequado e programado, proporciona ao desenvolvimento multilateral da criança, contribuindo para sua formação geral bem como para o aprendizado de uma modalidade esportiva que ele poderá praticar no decorrer da vida, seja para o esporte ou para outras finalidades (VENDITTI, SANTIAGO, 2015).

A natação, assim como qualquer outra modalidade na Educação Física pode proporcionar uma inter relação entre o prazer e a técnica, através de procedimentos pedagógicos criativos, podendo ser sobre formas de jogo, brincadeiras, desde que vise ao desenvolvimento da criança (SOUZA, et al, 2014).

Ao tratarmos da natação infantil, não podemos esquecer de um componente fundamental no processo de aprendizagem: o LÚDICO. A abordagem do lúdico em aulas de natação infantil é essencial, pois gera manifestações positivas que estimulam a criatividade, a espontaneidade, o prazer, a afetividade, entre outros (DIAS, 2007).

É necessário enfatizar que o lúdico não deve ser inserido nas atividades aquáticas somente como um meio para alcançar determinado objetivo dentro do processo ensino-aprendizagem dos nados. Ele deve estar inserido nas aulas de natação infantil como elemento básico motivador do aprendizado. Além disso, o lúdico estabelece o vínculo entre o professor e o aluno, construindo laços afetivos entre eles e um relacionamento onde a segurança, o conforto e a confiança são peças chaves (SANTOS, 2016).

Relacionando-se aos benefícios da natação para a criança, a Psicomotricidade na Educação Infantil é um meio de auxiliar o desenvolvimento das crianças, por meio de experiências motoras, cognitivas e socioafetivas indispensáveis à formação. Sendo

assim, a Psicomotricidade envolve toda ação realizada pelo indivíduo e integra o psiquismo e a motricidade, visando um desenvolvimento global com foco em aspectos afetivos, motores e cognitivos que levam o indivíduo à tomar consciência do seu corpo por meio do movimento (ARAÚJO, 2016; SILVA, 2015).

A psicomotricidade baseia-se em uma concepção unificada da pessoa, que inclui as interações cognitivas, sensoriomotoras e psíquicas na compreensão das capacidades de ser e de expressar-se, a partir do movimento, em um contexto psicossocial. Ela se constitui por um conjunto de conhecimentos psicológicos, fisiológicos, antropológicos e relacionais que permitem, utilizando o corpo como mediador, abordar o ato motor humano com o intento de favorecer a integração deste sujeito consigo e com o mundo e outros sujeitos (ROSA, p. 26, 2000).

Sabe-se que há fases fundamentais dentro do processo de desenvolvimento psicomotor infantil que é de grande relevância e para que se entenda os conceitos de Psicomotricidade na Educação Infantil é fundamental conhecer o processo de aprendizagem das crianças. É importante que o professor da Educação Infantil tenha consciência de que a criança atua no mundo por meio do movimento e cabe a este profissional conhecer o desenvolvimento motor e suas fases, para que seja capaz de propor atividades fundamentadas nos conceitos da psicomotricidade, criando currículos e projetos em que as crianças utilizem o corpo como meio para explorar, criar, brincar, imaginar, sentir e aprender (ARAÚJO, 2016; SILVA, 2015).

O professor assume então o papel de facilitador, permitindo à criança situações e estímulos cada vez mais variados, com experiências concretas e vividas com o corpo inteiro, trazendo a Psicomotricidade sob um olhar pedagógico e preventivo. Para tanto, os professores devem estar conscientes de que no processo ensino aprendizagem a educação pelo movimento é uma peça fundamental na área pedagógica (ARAÚJO, 2016; SILVA, 2015).

A criança deve viver o seu corpo através de uma motricidade não condicionada, em que os grandes grupos musculares participem e preparem os pequenos músculos, responsáveis por tarefas mais precisas e ajustadas. Antes de pegar num lápis, a criança já deve ter, em termos históricos, uma grande utilização da sua mão em contato com inúmeros objetos. (FONSECA, p. 89, 2013).

Rose (2011) afirma que, como se pode notar, a Psicomotricidade tem o objetivo de enxergar o ser humano em sua totalidade, nunca separando o corpo (sinestésico), o sujeito (relacional) e a afetividade; sendo assim, ela busca, por meio da ação motora,

estabelecer o equilíbrio desse ser, dando-lhe possibilidades de encontrar seu espaço e de se identificar com o meio do qual faz parte. (ROSE, p. 21, 2011).

Justifica-se o presente estudo por me ajudar no entendimento do objeto natação e desenvolvimento infantil, a partir de uma revisão bibliográfica, para melhor organizar minhas ações pedagógicas. Ao mesmo tempo em que trago a discussão para a área de conhecimento, natação, refletindo sobre o fazer pedagógico.

A natação infantil é um eficaz instrumento de aplicação da Educação Física no ser humano, assim como excelente elemento para iniciar a criança na aprendizagem organizada. No que diz respeito ao desenvolvimento acadêmico, é possível afirmar sua importante contribuição na construção do artigo em questão e seu papel integrador no processo de aprendizagem para o conhecimento intelectual sobre a pesquisa em questão.

O trabalho consta de uma pesquisa tipo estado da arte, ou seja apresentando como o conhecimento se apresenta na realidade.

A problemática será sintetizada na seguinte pergunta: O que a natação pode trazer de benefício para o desenvolvimento da criança? Para equacionar esse questionamento foram elaborados os Objetivos a seguir.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Analisar os benefícios da natação para desenvolvimento da criança.

1.2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar a partir da literatura como se processa o desenvolvimento infantil;
- Analisar a construção de uma forma para o ensino da natação e como a natação pode auxiliar este desenvolvimento;
- Apresentar os benefícios da natação para o desenvolvimento da criança.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1 História da Natação

A história da natação se inicia nos tempos mais remotos, uma vez que esta se tornou uma qualidade física imprescindível para a sobrevivência do homem, seja na busca por alimentos ou na fuga de um perigo em terra, e em sua evolução. De fato, sabe-se que os povos da Antiguidade eram grandes nadadores: registros mostram que no Antigo Egito, em 3000 a.C., os filhos dos nobres aprendiam a nadar desde cedo (FÉLIX, 2015).

Na Grécia, a prática da natação ganhou grande importância, uma vez que a mesma proporcionava o desenvolvimento harmonioso do corpo, algo bastante valorizado pela sociedade grega. O filósofo Platão, por exemplo, afirmava que os indivíduos que não haviam aprendido a nadar não poderiam ser considerados educados. Foi na civilização grega, inclusive, que surgiram as primeiras disputas de natação: os Jogos Ístmicos, disputados em homenagem ao deus Poseidon. Já na civilização romana, a modalidade foi base da preparação militar dos soldados do império (FERREIRA, 2013).

Após passar um período de decadência durante a Idade Média, já que nessa época surgiu a crença de que sua prática seria responsável pela disseminação de doenças, a história da natação revela outra ascensão da modalidade durante o Renascimento: várias piscinas públicas foram criadas em toda a Europa, especialmente em Paris, durante o reino de Luís XIV (BAGGINI, 2008).

No entanto, a história da natação como esporte competitivo se inicia na Inglaterra, durante a primeira metade do século XIX. Em 1837 foram disputadas as primeiras provas da modalidade esportiva, na cidade de Londres. Desde então, a natação foi se consolidando cada vez mais como um dos mais importantes esportes. Uma prova disso é a presença da modalidade desde a primeira edição dos Jogos Olímpicos modernos, inaugurada pelo barão Pierre de Coubertain, em 1894. No Brasil, a natação foi introduzida em 1897, com a fundação da União de Regatas Fluminense, na cidade do Rio de Janeiro (SAVIANI, 2007).

2.2 A criança e seu desenvolvimento

O desenvolvimento humano é um processo como um processo que se realiza durante todo o ciclo vital dos sujeitos.

A legislação da educação brasileira estabelece que a Educação Básica compreende três níveis de ensino: a Educação Infantil, o Ensino Fundamental e o Ensino Médio. A Educação Infantil, nosso foco de estudo no presente estudo, refere-se a infância comumente conhecidas como creches e pré-escolas, de acordo com a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDB9394/96.

A escola infantil é, portanto, um lugar de descobertas e de ampliação das experiências individuais, culturais, sociais e educativas, através da inserção da criança em ambientes distintos dos da família. Um espaço e um tempo em que sejam integrados o desenvolvimento da criança, seu mundo de vida, sua subjetividade, em contextos sociais e culturais que a envolvem através das várias experiências que ela deve ter a oportunizando e estimulando a vivência nesse espaço de sua formação (FÉLIX, 2015).

O processo de desenvolvimento motor da criança é, requer estudos mais específicos, para saber como o indivíduo aprende e se locomove necessitamos de observações desde seu nascimento até sua fase adulta. Para que haja um desenvolvimento motor completo, se faz necessário que a criança esteja envolvida constantemente em diferentes atividades em diversos ambientes, possibilitando a ela acumular experiências em diferentes situações (ROSA, 2000).

Nesse sentido o meio líquido segundo Barbosa (2007) tem a possibilidade de oferecer diversas formas de movimento. Por isso, as crianças iniciadas em um

programa de adaptação ao meio líquido apresentam um rendimento mais satisfatório em seu processo de desenvolvimento geral.

De acordo com Barbosa (2007), as características humanas básicas são biologicamente determinadas (genética), porém é no contexto social (fatores ambientais) que se encontram os estímulos que guiarão os estímulos, moldando os comportamentos de cada indivíduo durante o processo de desenvolvimento.

Portanto, é de grande importância buscar atividades que permitam a integração social, possibilitando a interação como é o ambiente social, isso irá se expressar no desenvolvimento sócio cognitivo dos indivíduos.

Para Barbosa (2007), a infância está dividida em duas fases, a da primeira infância de zero a cinco anos e a segunda infância de seis a doze anos. Na segunda infância a criança é mais receptiva a estímulos de ambientes sociais que compõem sua vida com escola, família e sociedade.

Portanto defendemos que as crianças pratiquem a natação, como atividade sistematizada, para que aprendam com seus pares (crianças da sua mesma faixa etária) a se comunicarem, a entender as opiniões dos outros e como se dão as relações sociais, diferentemente do que ela teve no seio da família.

Mesmo que a natação seja um esporte individual, o professor deve criar atividades recreativas que auxiliem na sociabilidade dos alunos (BAGGINI, 2008).

Existem três categorias que agrupam as teorias do desenvolvimento e aprendizado da criança. A primeira que entende que o desenvolvimento da criança é independente da aprendizagem, defendida por Piaget, a segunda diz que desenvolvimento é aprendizagem, que tem como um dos teóricos Thorndike e a terceira entende que a aprendizagem pode ser a interação das duas primeiras, podendo coexistir juntas, defendida por um dos seus teóricos Koffka, (SELAU, 2000).

Entre as teorias acima citadas, traremos a de Vygotski, com a qual concordamos, dando destaque a uma terceira teoria e ampliando o papel da aprendizagem para o desenvolvimento.

O processo de aprendizagem determina, inclusive como o que fomenta o processo biológico. Ou seja: o ser humano se desenvolve porque aprende, considerando, então, relevante o papel do adulto junto à criança para impulsionar esses processos em que a aprendizagem é essencial para o desenvolvimento humano. (NEGRINE, 1994).

Por isso a importância das atividades direcionadas e relacionadas com atividades lúdicas no meio líquido, que podem ser percebidos na análise de Selau (2000).

De acordo com Vygotsky (1991), através de mediadores socioculturais, ou seja, pessoas, professores, instrumentos, coleguinhas, considerando o jogo infantil, origina-se a zona de desenvolvimento proximal, que é em si uma considerada fonte de desenvolvimento.

A atividade que a criança realiza na água também deve ser incluída neste pensamento, levando-se em conta todos estes mediadores, redimensionando a água como um instrumento de ação para o jogo infantil. (SELAU, 2000)

Ao Proporcionas à criança uma diversidade de experiência onde ele possa inventar, criar, descobrir novas formas de se movimentar, isso possibilita a aquisição da linguagem.

Existe a linguagem egocêntrica, tratando-se de uma linguagem para si mesmo e de caráter comunicativo para os outros, que permite aos sujeitos organizarem melhor as ideias e planejar as ações e a linguagem interior, intimamente ligada ao pensamento.

Quando as palavras passam a ser pensadas, mas não necessariamente faladas, essa fase de discurso interior é produto de uma transformação em pensamento verbal individualizado da fala que até então servia os objetos da comunicação. Assim, a linguagem cumpre funções diferenciadas, passando de uma função comunicativa até a regulação do comportamento e a produção de efeitos sobre o meio social. (VYGOSTSKY, 1991).

Além disso, é um espaço para que, através de situações de experiências – com o corpo, com materiais e de interação social – as crianças descubram os próprios limites, enfrentem desafios, conheçam e valorizem o próprio corpo, relacionem-se com outras pessoas, percebam a origem do movimento, expressem sentimentos, utilizando a linguagem corporal, localizem-se no espaço, entre outras situações voltadas ao desenvolvimento de suas capacidades intelectuais e afetivas, numa atuação consciente.

2.3 Natação

A prática pedagógica está sempre colocando desafios, e nos impulsionando a pesquisa para uma intervenção científica qualificada. Segundo Clarys (1996) aponta a necessidade do fomento de pesquisa relacionada a pedagogia da natação.

De acordo com Lindoso (2015, p.1) no entendimento de aspectos que envolvem a relação homem/água, torna-se necessário uma lógica que é nesse caso a dialética.

Alinhado ao método de apreensão da realidade está a teoria pedagógica nesse caso a pedagogia histórico crítica. Para a autora:

A pedagogia histórico crítica vista aqui como importante ferramenta no processo de emancipação do ser humano, tem como princípio a visão crítica da sociedade capitalista, a concepção pedagógica transformadora, e na práxis revolucionária. Sendo diametralmente oposta aos modismos como, as tendências pós-modernas, tornando-se instrumento de superação da concepção unilateral humana. Conjuga fundamentalmente a teoria e prática, práxis, contribuindo na superação da visão imediata dos fenômenos, ancorando-se na prática educacional questionadora, crítica e emancipadora, defende o acesso da classe trabalhadora ao acesso do conhecimento construído socialmente e acumulado historicamente. Necessário para a ação reflexiva crítica e superação das desigualdades relativa ao modo de produção do capital.

Na pedagogia Histórico Crítica, Lindoso (2015, p.1) com base em Duarte e Eidt (2004), afirma que a “função da escola é socializar o conhecimento científico produzido pela humanidade ao longo da história, em sua forma mais elaborada, objetivando a ampliação do horizonte cultural dos alunos”. A afirma ainda que a apropriação de tais conhecimentos, produzirão novas necessidades tendo como finalidade o desenvolvimento da personalidade como um todo. O que nos permite, compreender que o desenvolvimento do psiquismo, nos remete ao desenvolvimento de várias funções.

De acordo com Lindoso (2015), numa atividade como por exemplo nadar, essa dimensão vai do pensamento teórico por conta do envolvimento com conceitos como, hidrodinâmica e hidrostática, exigir dos alunos apropriação de conceitos científicos. Quanto das funções humanas que envolvem como atividade guia onde está o sentido que no caso da natação será o deslocamento seguro e autônomo no meio líquido.

A autora com base em Vygotski (2012) cita que para isso precisamos acionar a função humana, ligada a função mental superior, que é a imaginação, na resolução do problema; de quantas formas diferentes eu posso me deslocar no meio líquido?

Tais funções psíquicas são resultado de processos culturais e dependem de outros processos como a educação para que se desenvolvam, a garantia para que isso ocorra não depende do nosso aparelho biológico. No processo de produção da existência cada indivíduo ao nascer precisar tornar-se humano, uma vez que ele não nasce humano.

De acordo com Lindoso com base em Saviani (2007) para que isso aconteça é preciso a apreensão do processo que transita de geração em geração, o que foi acumulado historicamente e transmitido socialmente. Assim sendo a hereditariedade não garante o desenvolvimento das funções psíquicas superiores. Somente a educação pode garantir o processo de humanização. Aponta que,

Para desenvolver essa atividade é necessário entender as legalidades que regem o corpo na água, enquanto o aluno não domina as leis que

regem o meio líquido e como é possível o seu domínio, ele não poderá se deslocar. (LINDOSO, 2015, P.1)

Trata a autora ainda dos fundamentos básicos necessários indicando os mesmos enquanto aprendizados básicos:

- Equilíbrio, dorsal, ventral e vertical,
- Propulsão com pernas, braços
- Respiração.

Pensar o conhecimento enquanto construção histórica, ou seja, como surgiu na história da humanidade como se desenvolveu e como se apresenta na atualidade. Desta forma quais as determinantes históricas que permitiram que o homem desenvolvesse formas de se deslocar no meio líquido, como essa atividade foi se desenvolvendo historicamente, de forma a garantir a sobrevivência, depois suprir as necessidades materiais de alimentação pela pesca, em seguida como estratégia de guerra e daí passando a forma de expressão num meio diferente.

Prática essa realizada na sociedade capitalista, assume como todos os esportes processo de mercadorização e esportivização, por meio de princípios como competitividade, sobrepujança, pertencentes ao próprio sistema capitalista.

De acordo com Lindoso (2015) outro princípio importante é a formação dos conceitos, ampliando as referências culturais para que nos tornemos humanos, as atividades aquáticas irão nesse caso, ampliar as referências culturais e conceituais fazendo que o aluno se aproprie desses referenciais e de posse deles se humanizarem acessando a produção humana.

Assim enfatiza a autora que as atividades propostas tem uma intencionalidade de fazer com que nossos alunos se apropriem de um referencial para o pensamento, e da escola como esse espaço social responsável para que isso aconteça, ainda que por meio de contradições e com limitações, e que se faz necessário que no processo ensino/aprendizagem é necessário que os conteúdos de ensino devem estar claros para o professor. Entender o nível de conhecimento em que se encontra seu aluno, para que o proponha atividades que façam com que os alunos avancem.

Segundo a autora para isso o professor deve conhecer a realidade do aluno, levantando as representações, visão, concepção dos alunos sobre o tema em estudo.

Gasparin (2009) estrutura sua ideia em quatro níveis diferentes; primeiro nível, mais amplo e profundo, baseado na Teoria do conhecimento do Materialismo Dialético em Marx, cuja fundamentação no processo de conhecimento, consiste em partir da

prática, ascender a teoria e voltar à prática; segundo nível tem como suporte a Teoria Histórico Cultural de Vygotski o qual resulta como síntese do nível de conhecimento atual e a zona de desenvolvimento imediato; o terceiro nível são os cinco passos da pedagogia histórico crítica de Saviani: Prática Social, Problematização, Instrumentalização, Catarse e Prática Social e o quarto nível materializar na sala de aula a interpretação de Marx, Vygotski e Saviani.

Segundo Lindoso (2015, p.1) Se esse caminho não está claro para os professores se ele não articula conceitualmente esse conhecimento, as dificuldades irão surgir, impossibilitando que o aluno apreenda o conhecimento e amplie sua função cognitiva, a escola assim deixa de cumprir seu papel social como deveria. “Assim é importante planejar o conhecimento, articular estratégias que facilitem sua apreensão sendo mediadores do mesmo. Para que o aluno possa ao final de uma aula ou conjunto de aulas passar de um nível de compreensão mais elementar a um mais alto”.

2.4 Adaptação ao meio líquido

Para que a atividade de nadar aconteça é necessário propiciar uma relação de proximidade entre a água e o futuro nadador. Para ser um nadador é importante que o indivíduo deseje a água, veja a água e sinta a água, primeiro, para que elimine a rigidez muscular que é comum ao sentimento de medo da água (ROHLFS, 1999).

Depois de vencida a rigidez muscular, o próximo passo da adaptação ao meio líquido será a flutuação. A flutuação está relacionada ao relaxamento muscular que geralmente está associado ao bom estado mental, ausente, portanto, em situações de medo e ansiedade (BONACHELA, 1992).

A respiração é o conteúdo essencial para o conforto no meio líquido e depende de uma adaptação, já que ocorre de modo diferente do habitual. Tanto a boca quanto o nariz encontram o meio aquático como obstáculo. A prática de exercícios específicos deve tornar a respiração regular, a respiração é considerada a “alma do aprendizado” da natação, pois, quando o aprendiz consegue dominá-la, ele se torna capaz de concretizar a etapa de iniciação dos estilos e daí evolui no aprendizado destes (GALDI, 2004).

Há também, para adaptação ao meio aquático, a propulsão, que é a capacidade de locomoção do corpo no meio aquático pela exploração de recursos próprios, e pela

ação conjunta de membros superiores e inferiores. A propulsão é essencial para a execução dos nados (ROHLFS, 1999).

Em consideração ao posicionamento do tórax e o movimento de pernas e braços, são definidos quatro tipos de nados: crawl (nado livre), borboleta, peito e costas. Nas competições de nado medley, os nadadores devem nadar os quatro estilos na seguinte ordem: borboleta, costas, peito e crawl (GALDI, 2004).

As técnicas de cada um deles abordam tópicos que observam a posição do corpo na água, a movimentação dos braços e pernas, a respiração e a coordenação/sincronização de cada estilo (GALDI, 2004).

2.4.1 Estilo Crawl

Neste estilo, o nadador em decúbito ventral assume postura plana e horizontal na superfície da água, com o corpo. A principal característica do estilo Crawl é ser composto por movimentos alternados de membros superiores e inferiores estendido.

Cabeça, ombro, tronco e pernas situam-se o mais próximo possível da superfície, o que evita aumento nas forças de atrito, que dificultam a progressão (GALDI, 2004).

A movimentação dos membros superiores, conhecida por braçada, corresponde a uma circundação anteroposterior, sendo caracterizada em dois momentos importantes: a recuperação, fase aérea, que compreende o momento entre a saída e a entrada dos membros superiores na água; e a propulsão, fase subaquática, responsável pela progressão do nadador (GALDI, 2004).

No início da recuperação, o cotovelo é a primeira parte do corpo a romper a superfície da água. Essa movimentação, quando realizada corretamente, garante entrada eficiente dos membros superiores na água. Nessa sequência, os dedos são os primeiros a tocar a superfície aquática seguidos pela mão, antebraço, braço e ombro. Quando tais segmentos entram na água, inicia-se a fase propulsiva da braçada, que se divide em duas partes: tração, que objetiva puxar a massa líquida e o empurre ou impulso, realizado pela extensão progressiva do membro superior, que em conjunto responde pelo deslocamento do nadador à frente (GALDI, 2004).

A ação básica dos membros inferiores, conhecida como pernada, é composta por movimentos alternados ascendentes e descendentes, no plano vertical. Destina-se

essencialmente à estabilização e à manutenção do equilíbrio, e não à manifestação de força propulsiva (COUNSILMAN, 1984).

Devido à posição ventral, com imersão da cabeça e ação alternada dos membros superiores, a respiração ocorre de forma lateral. Como o próprio nome indica, nesse estilo o nadador permanece em decúbito dorsal, numa postura plana e horizontal à superfície da água e encontra na fase de recuperação, podendo ainda iniciar-se no final da fase propulsiva. À medida que este vai retornando para o interior da água, a cabeça retoma sua posição inicial, quando será efetuada a expiração (GALDI, 2004).

2.4.2 Estilo Costas

Nesse estilo o indivíduo posiciona-se em decúbito dorsal, numa postura plana e horizontal à superfície da água, com o corpo estendido. A cabeça é mantida em sua posição natural, ou levemente inclinada, com o queixo em direção ao peito, o que evita que o rosto seja coberto pela água. De igual forma que no crawl, as braçadas são alternadas, porém com circundação póstero-anterior e possuem as duas fases: propulsão e recuperação.

Esta ocorre da seguinte forma: o movimento inicia-se com a saída do membro superior da água, estendido desde a altura da coxa, o qual é elevado pela trajetória semicircular. A velocidade de execução deve possibilitar a compatibilidade entre a fase propulsiva de um membro e a recuperativa do outro, sendo importante que sejam feitas com o mínimo de turbulência (GALDI, 2004).

A tração é feita com um dos membros superiores em imersão, ligeira flexão do cotovelo e profundidade moderada. É caracterizada pela submersão do braço e mão, esta flexionada “puxando” e em seguida empurrando a água em direção aos pés do nadador. Esse trajeto se segue até o final da fase subaquática, quando o braço e as mãos se estendem até, aproximadamente, a linha dos quadris (GALDI, 2004).

O ritmo do nado costas é muito semelhante ao crawl; alguns autores chegam até a caracterizá-lo como crawl de costas. Semelhante à pernada do crawl, a ação dos membros inferiores também responde pela manutenção da estabilidade do corpo na água, pois equilibra as oscilações e os desvios decorrentes de incorreções da braçada, participando, ainda, da propulsão do nado. Essa movimentação é realizada de forma

alternada, com movimentos ascendentes e descendentes, no plano vertical. Pelo fato de o nadador se manter, permanentemente, com o rosto voltado para fora da água, não são observadas grandes dificuldades na respiração (GALDI, 2004).

O ritmo de uma inspiração a cada ciclo de braçada é o mais utilizado, ou seja, inspira-se na recuperação de um dos membros superiores e expira-se na mesma fase do outro. Tendo em vista que a coordenação total dos movimentos é obtida com prática constante, é preciso que se aprenda cada movimento de forma isolada, ainda que de forma não muito aprimorada, para posteriormente procurar unir os elementos em ritmo constante e correto. O ritmo do estilo costas é muito semelhante ao crawl, o que faz com que alguns autores caracterizem-no como o crawl de costas (GALDI, 2004).

2.4.3 Estilo Peito

O estilo peito é caracterizado como nado simétrico e simultâneo, ou seja, os movimentos realizados pelo lado direito do corpo são simultaneamente acompanhados por movimentos idênticos do lado esquerdo. Partindo da posição de decúbito ventral e estendida, com a cabeça entre os membros superiores; estes passam a orientar-se para trás e para fora, pela flexão do cotovelo, buscando apoio para que o tórax e a cabeça possam emergir e, então, possibilitar a inspiração. Nesse momento, a flexão continua até que as mãos passem por baixo da linha dos ombros e se encontrem sob o peito, quando os braços se fecham em direção ao tronco e são estendidos acima da cabeça (GALDI, 2004).

Assim como os superiores, os membros inferiores também partem de posição estendida sendo, posteriormente, flexionados, e os pés são submetidos à flexão plantar e à rotação externa. Em seguida, as pernas são estendidas e unidas de maneira vigorosa e os pés seguem a mesma movimentação, empurrando a massa líquida e permitindo o deslocamento (GALDI, 2004).

O peito é nado simétrico e simultâneo onde os movimentos do lado direito do corpo são acompanhados por movimentos do lado esquerdo. No peito a respiração realizada é a frontal e ocorre com o auxílio do tronco que, ao se elevar, em razão do apoio proveniente do movimento de puxada dos braços, faz a cabeça sair da água (GALDI, 2004).

2.4.4 Estilo Borboleta

O estilo borboleta, assim como o peito, resulta da execução de movimentos simétricos entre os membros, sendo também realizado em decúbito ventral. Inicialmente o corpo situa-se estendido com os membros superiores à frente, alinhados ao restante do corpo, na superfície da água. A cabeça permanece em seu posicionamento natural, de forma que o topo da cabeça do nadador possa ser visualizado (GALDI, 2004).

Devido à circundação simultânea anteroposterior dos membros superiores, atribui-se a eles grande parte responsabilidade propulsiva do nado. Assim como nos outros estilos, a forma e a trajetória dessa movimentação permitem que sua ação seja descrita em duas fases: recuperação (aérea) e propulsão (subaquática), também diferenciada em duas outras etapas (GALDI, 2004).

A recuperação inicia-se com a saída dos membros superiores da água em posição estendida e as mãos posicionam-se na altura da coxa. O cotovelo é o primeiro a romper essa superfície seguindo levemente flexionado, arrastando consigo o antebraço e as mãos, que se mantêm relaxados. À medida que os membros são lançados à frente, o cotovelo e o ombro são estendidos. Uma vez submersos, os membros superiores iniciarão a tração; sendo o movimento direcionado para fora e para baixo até alcançar a linha dos ombros, quando a trajetória (GALDI, 2004).

Devido à ação propulsiva dos membros superiores, atribui-se a eles grande parte da propulsão do nado. Quando os membros superiores se aproximam do eixo sagital do corpo do nadador, inicia-se extensão progressiva, que caracteriza o empurre da fase subaquática (GALDI, 2004).

Nesse estilo, as pernadas também são no plano vertical e simultaneamente, mas diferentemente dos demais estilos, atuam de forma relevante para a propulsão do nado (GALDI, 2004).

O batimento das pernas assemelha-se ao movimento da cauda do golfinho: os pés estendidos e unidos fazem as pernas moverem-se como se fossem uma só, em movimentos ascendentes e descendentes. A última fase é mais potente, sendo acompanhada pela elevação dos quadris, enquanto a ascendente é menos vigorosa. Essa variação de força que acompanha o movimento das pernas é responsável pelo efeito de ondulação que o corpo realiza durante a ação do nado (GALDI, 2004).

São realizadas duas pernadas para cada ciclo de braços. A primeira é realizada logo que a fase de propulsão dos braços está sendo finalizada; isso contribui para um efeito de impulsão capaz de projetar o nadador à frente. A segunda ocorre após a nova entrada dos braços na água. Por isso enuncia-se que a inspiração seja feita durante o

final da tração dos braços, pelo movimento de elevação da cabeça: é muito rápida, efetuada pela boca, indicando-se que pode ocorrer na frequência de uma ou duas braçadas, sendo esta possibilidade correspondente ao nível de desenvolvimento do nadador. A expiração se manifesta ao longo de toda a fase do nado em que a cabeça fica imersa (GALDI, 2004).

2.5 Benefícios da natação para o desenvolvimento infantil

A natação enquanto conhecimento planejado e sistematizado proporcionará benefícios os quais denominaremos de orgânicos e intelectuais.

Nos benefícios orgânicos podemos citar que na respiração há um trabalho realizado através do diafragma, principal músculo respiratório, facilitando a oxigenação celular e melhorando a condição de crianças asmáticas; melhoria na coordenação motora, força e equilíbrio. Nos aspectos intelectuais podemos citar, melhoria na atenção, desenvolvimento da personalidade como um todo; enfrentar desafios; descoberta das próprias possibilidades e limites corporais; expresse sentimentos através da linguagem corporal; desenvolvimento da afetividade; socialização; criatividade; valorização do próprio corpo.

O trabalho do profissional, neste contexto, é de suma relevância e este deve oportunizar a exploração das habilidades motoras estruturando o ambiente e adequando as atividades para que o indivíduo possa adquirir habilidades de forma natural e ocorra a maturação do desenvolvimento motor de forma progressiva ao passo que são obedecidos estágios específicos. Assim, a aprendizagem significativa é um dos desafios para o professor, que busca significado e sentido para as vivências de aprendizagem. Portanto, o profissional competente e inovador deve estar ciente da metodologia de intervenção adotada, conhecer cada ação, o conteúdo, as estratégias para alcançar os objetivos (OLIVEIRA, 2013).

O papel do professor é proporcionar situações desafiadoras e intervir apenas quando necessário, deixar o indivíduo agir e compreender a organização das atividades desenvolvidas. Um dos fatores mais importantes para o desenvolvimento do indivíduo é a intervenção, saber quando, como e por que intervir. E neste sentido, o professor deve ter sensibilidade diante das necessidades de cada criança respeitando sua realidade e assim mostrar a importância da qualidade do afeto nas relações corporais para uma melhor comunicação (BARBOSA, 2007).

Outra habilidade do professor no meio aquático é deixar a água atuar e tornar rica a motivação da criança na água, que irá exigir mobilidade, curiosidade e

experimentação para que manipulem e operem nela deixando ambas se encontrarem em reciprocidade, sintonia, possibilitando a descoberta de si próprio com e na água e com o contexto que a rodeia. Deixar a água atuar é proporcionar o seu desenvolvimento global, sua progressão no ambiente aquático empenhando seus pais nesse processo por meio da proximidade corporal, afetiva e perceptiva. Deixar a água atuar é possibilitar o desenvolvimento da criança na sua totalidade corporal, seguindo seu ritmo e sua maneira e não apenas reduzir às ações natatórias (FONSECA, 2013).

2.6 Lúdico e a Educação Física

A literatura da Educação Física demonstra que o lúdico é reconhecido como elemento ímpar e de real valor para a criança vivenciar experiências corporais, levando em conta todo o contexto cultural onde a criança está inserida (SANTOS, 2016).

De acordo com Santos (2016, p. 60) a ludicidade,

[...] é uma necessidade do ser humano em qualquer idade e não pode ser vista apenas como diversão. O desenvolvimento do aspecto lúdico facilita a aprendizagem, o desenvolvimento pessoal, social e cultural, colabora para uma boa saúde mental, prepara para um estado interior fértil, facilita os processos de socialização, comunicação, expressão e construção do conhecimento.

Observa-se que os jogos recreativos, jogos cooperativos, jogos cênicos é da cultura popular dos alunos, constituem conteúdos expressos para que o lúdico se incorpore no desenvolvimento motor das crianças. Para isso o professor de Educação Física necessita compreender a importância que a atividade física oferece na formação humana (SANTOS, 2016).

Numa abordagem mais abrangente, o lúdico poderia, ser a ocasião de lidar com a segurança e o incerto, o medo e a coragem, a perda e o ganho, o prazer e o desprazer, o sério e o cômico, a objetividade e a subjetividade, enfim, uma oportunidade de ensinar e aprender sobre a vida, entendida como um grande jogo em que, como em todos os demais, existem objetivos, regras e papéis a serem obedecidos (GASPARIN, 2009).

Para Fonseca (2013), o jogo antecede (e permite) a cultura. Criar, imaginar, sonhar são características humanas. Para Benda (2009, p. 27), “a formação lúdica possibilita ao educador conhecer-se como pessoa, saber de suas possibilidades, desbloquear resistências e ter uma visão clara sobre a importância do jogo e do brincar para a vida da criança, do jovem e do adulto”.

Embora com diferentes ênfases, todas as teorias do jogo e da brincadeira, desde as clássicas até as mais recentes, apontam para a importância do lúdico como meio

privilegiado de expressão e de aprendizagem infantil, reconhecendo não haver nada significativo na estruturação e no desenvolvimento de uma criança que não passe pelo brincar (SAVIANI, 2007).

Estudos na área da psicologia genética apontam que a criança, em sua primeira infância é centrada nela mesma. Constrói suas habilidades adquirindo noções espaciais, temporais com referências nos seus segmentos corporais (ALVES, 2007).

Na opinião de Freire (2007, p. 19) essa conduta é admissível, porém

“[...] o que não se deseja é que essa centração nela mesma permaneça durante algum tempo”. Talvez queira dizer que o mundo infantil, diferente do adulto, exige competências sociais nas relações e que a atividade lúdica, especialmente nas aulas de Educação Física, se tornam essenciais nessa construção (ALVES, 2007).

Mesmo considerando a importância da atividade lúdica, como componente necessário à formação da personalidade das crianças, Alves (2007, p.21) adverte:

Não creio que a Educação Física e o jogo sejam solução para os problemas pedagógicos, mas diante das características da criança na primeira infância, não há por que não valorizá-los. Se o contexto for significativo para a criança, o jogo, como qualquer outro recurso pedagógico, tem consequências importantes em seu desenvolvimento.

Ao que parece, é nesse espaço que a criança exercita o seu direito social, discutindo nas atividades a sua relação afetiva com as pessoas e com os objetos. Como exemplo, podemos utilizar a bola como objeto para o desenvolvimento de um exercício motor e até mesmo um quebra-cabeça como objeto de uma atividade que estimule a inteligência da criança. Assim, são esses elementos capazes de motivar a integração da criança levando a atividades prazerosas de grande importância para seu desenvolvimento, além de possibilitar o despertar de suas percepções e criatividade (ALVES, 2007).

Segundo Alves (2007), enquanto brinca, o desempenho psicomotor da criança alcança níveis de desempenho nas atividades, corroborados pela motivação. Além de favorecer a imaginação, atenção, concentração e engajamento. Consequentemente, a criança fica mais predisposta a aprender e a pensar, estimulada pela sua inteligência.

Assim, é indispensável que a criança sinta-se atraída pelo objeto/brinquedo. Cabendo aos professores de Educação Física apresentar as possibilidades de exploração que ele oferece, permitindo tempo para observar e motivar-se. A criança deve explorar livremente o brinquedo, mesmo que a exploração não seja a que se

espera. Sugere-se não interromper o pensamento da criança ou interferir na sua simbolização (ALVES, 2007).

Nesse sentido, Alves (2007, p. 27) escreve que “o ser humano tem o direito de fazer e compreender. A tarefa fundamental da escola é promover o fazer juntamente com o compreender”.

Desse modo, o professor de Educação Física não deve se limitar a sugerir, a estimular, a explicar, mas apresentar-se como facilitador no ensino aprendizagem para que a criança descubra e compreenda estimulando sua imaginação e possibilitando que seu desenvolvimento seja de certo modo, ilimitado (VENDITTI; SANTIAGO, 2015).

Segundo Alves (2007, p.23):

Boa parte das descrições sobre o desenvolvimento infantil refere aos atos de pegar, engatinhar, sugar, andar, correr, saltar, gritar, rolar, e assim por diante, movimentos que se constata em quase todas as crianças. O que se espera é que as crianças possam, da melhor forma possível, apresentar em cada período de vida uma boa qualidade de movimentos, de acordo com certos modelos teóricos apresentados, ou seja, que aos três anos, por exemplo, corram ou andem com certa habilidade, que saltem de uma certa forma numa etapa posterior.

Outro risco que se percebe a partir de uma consideração isolada do ato motor, é a redução do papel da Educação Física. Se colocar como objeto de trabalho pedagógico apenas enquadrar as crianças em padrões de movimento, isso poderá até ser conseguido, porém, com o risco de prejudicar um entendimento mais amplo do projeto educacional (ALVES, 2007).

É importante lembrar que, em passado recente, o padrão social de movimento na Alemanha nazista era muito especial, rígido, disciplinado. Em dado momento histórico, nas escolas brasileiras, a Educação Física seguiu esse padrão. Atualmente, a questão que se estabelece é um padrão esperado nas aulas de Educação Física (ALVES, 2007).

Sobre o papel pedagógico que concerne à Educação Física, Alves (2007, p. 24) afirma:

Em relação ao seu papel pedagógico, a Educação Física deve atuar como qualquer outra disciplina da escola, e não desintegrada dela. As habilidades motoras precisam ser desenvolvidas, sem dúvida, mas deve estar claro quais serão as conseqüências disso do ponto de vista cognitivo, social e afetivo. Sem se tornar uma disciplina auxiliar de outras, a atividade da Educação Física precisa garantir que, de fato, as ações físicas e as noções lógico-matemáticas que a criança usará nas atividades escolares e fora da escola possam se estruturar adequadamente.

Ao que tudo indica, à escola compete assumir uma posição pedagógicas diferente de outros espaços que se dizem educacionais. Tem-se como questão, ainda, como se deve movimentar uma criança atualmente? A quem compete de fato responder? Será que contrariar a maneira natural das crianças expressarem os seus movimentos é uma forma de movimentação militarista? (VENDITTI; SANTIAGO, 2015).

As impressões de Clarys (1996, p.21) mostram que:

A característica do fenômeno típico para o instrutor de ginástica, as habilidades técnicas necessárias, a relação entre instrutor e aluno. Parece-me, no entanto claro que, em nível da caracterização dos papéis, fica explícita a transferência dos códigos da formação física militar para a Educação Física.

É bem possível que se esteja procurando definir maneiras de movimentação das crianças sem querer entendê-las, como seres que vivem em sociedade num determinado mundo. A menos que se abra espaço para um universo maior, e nesses as pessoas procurem viver de forma livre. É prudente que a Educação Física seja capaz de propiciar um espaço que seja expresso o comportamento corporal (Clarys, 1996).

De acordo com Alves (2007) as habilidades motoras precisam ser desenvolvidas, sem dúvida, mas devem estar claras quais serão as consequências disso no ponto de vista cognitivo, social e afetivo. O preparo de um satisfatório ambiente pode se tornar acolhedor para o bom relacionamento social no meio escolar.

Referindo-se a subordinação da disciplina Educação Física ao esporte, Clarys (1996, p.24) critica de forma contundente a instituição escolar:

E a esta situação persiste sobre tudo porque é funcional nas relações sociais no conjunto das relações sociais, ou seja, é fator de reprodução das relações sociais dominantes, e assim, somente serão - os objetivos e conteúdos da Educação Física - radicalmente questionados quando as próprias relações sociais vigentes o forem.

A disciplina Educação Física precisa buscar um referencial que se assimile com a realidade das crianças e suas respectivas faixas etárias. Através de uma pedagogia centrada no lúdico, a Educação Física tem amplas possibilidades de atender as necessidades da criança, desde que respeite o contexto em que a criança está

inserida. Importa pensar que uma aula deve conter os produtos necessários ao relacionamento social e desenvolvimento motor dos alunos (BRACHT, 1992).

O elemento lúdico, além de ocasionar um encontro espontâneo propício ao convívio social das pessoas, é também capaz de resgatar componentes de sua cultura, que cada um traz registrado da sua comunidade onde está inserido e pode ser aproveitado como base de vivência corporal. Dentro deste entendimento, é possível contribuir na formação das crianças com atividades prazerosas (LIMA, 1999).

Na Educação Física, não basta ser especialista em mãos, ou especialista em bolas, para entender o ato de pegar uma bola. A descrição anatômica da mão não permitirá ao especialista entender o ato de pegar, mas poderá ajudá-lo. O especialista em Educação Física deverá ser um estudioso da ação corporal. O que significa isso? No entender acadêmico, base para o exercício consciente da profissão, significa não apenas aquele que tem habilidade para pegar uma bola ou manipula-la com destreza.

Mais que isso, significa dotar-se de conhecimentos amplos para uma consciente ação educativa. Não se considera possível entender a ação motora sem separar uma parte da outra é uma tarefa que depende das mudanças radicais na maneira de entender o mundo, da ruptura com conceitos clássicos da ciência, especialmente os positivistas (ALVES, 2007).

É uma tentativa, portanto, de caracterizar a progressão normal no crescimento físico, no desenvolvimento fisiológico, motor, cognitivo e afetivo-social, na aprendizagem motora e, particularmente, nas interações destes processos em crianças desta faixa etária e, em função destas características, sugerir aspectos ou elementos relevantes para a estruturação da Educação Física (VELASCO, 2015).

Embora seja considerado o objeto de estudo e aplicação da Educação Física, o movimento humano, nem sempre é adequadamente compreendido e aplicado no reduto escolar. Este é justamente um dos principais fatores que tem dificultado à Educação Física contribuir, de forma efetiva, para a educação global da criança (OLIVEIRA, 2013).

3. METODOLOGIA

3.1 TIPO DE PESQUISA

O presente estudo foi do tipo de revisão integrativa de literatura de abordagem qualitativa. Para o seu desenvolvimento, foram adotadas seis etapas: elaboração da pergunta norteadora, busca na literatura, extração dos dados, avaliação dos estudos encontrados, análise e síntese dos resultados e, por fim, a apresentação do trabalho final.

3.2 CRITÉRIOS DE ESCOLHA

- Responder à questão norteadora;
- Ser artigo original, do período de 2007 a 2017;
- Ter disponibilidade eletrônica na forma de texto completo;
- Ter sido publicado no período citado no idioma português.

3.3 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

- Estudos repetidos em uma ou mais bases de dados;
- Artigos indisponíveis gratuitamente e trabalhos disponibilizados somente em forma de resumo.

3.4 FONTE DE BUSCA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada entre os meses de fevereiro a abril de 2019. A seleção de artigos nas bases de dados científicos se constituiu do período 2007 a 2017, no idioma português. As bases de dados relevantes no campo científico nacional e internacionais escolhidas foram: LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), MEDLINE (Literatura Internacional em Ciências da Saúde) e BDEF (Bases de Dados de Enfermagem). Para esta revisão, foi elaborada a seguinte pergunta norteadora: O que a natação pode trazer de benefício para o desenvolvimento da criança?

3.5 SELEÇÃO DOS DESCRITORES

A fim de abranger o tema de interesse deste estudo, foram selecionados os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Benefícios, Desenvolvimento Infantil, Natação. Os descritores foram cruzados para pesquisa no banco de dados: Natação x Benefícios, Desenvolvimento Infantil x Natação, Benefícios x Desenvolvimento Infantil.

3.6 ANÁLISE DOS DADOS

Após o cruzamento dos descritores e a seleção dos artigos foi realizada uma leitura dos resumos dos artigos, que possibilitou selecionar os artigos que respondessem a pergunta da pesquisa. Foram encontrados um total de 9.066 artigos sendo pré-selecionados 73 e apenas 10 foram incluídos na revisão após uma leitura exaustiva e minuciosa.

3.7 ASPECTOS ÉTICOS

A Resolução 466/12 da Comissão Nacional de Ética em Pesquisa (CONEP) do Conselho Nacional de Saúde (CNS) sugere a observância aos princípios bioéticos – autonomia, não maledicência, beneficência e justiça (BRASIL, 2012).

O presente trabalho por se tratar de uma revisão integrativa e não haver em nenhuma das fases de sua elaboração, pesquisa envolvendo humanos, não precisou ser submetido à autorização do Comitê de Ética e Pesquisa.

4 RESULTADOS / ANÁLISE DOS DADOS

Tabela 1. Artigos que atenderam aos critérios de inclusão previstos no estudo. Recife, junho, 2019, (Cont).

Autor	Ano	Título
CARVALHO, A.B.P.C. <i>et al.</i>	2007	Natação para crianças: o que motiva os pais a escolherem esta modalidade esportiva para seus filhos.
SILVA J.O. <i>et al.</i>	2009	Influência da estimulação aquática no desenvolvimento de crianças de 0 a 18 meses: um estudo piloto
CHAVES, A.A. <i>et al.</i>	2016	A aprendizagem da natação e seus benefícios
DIAS, D.S.	2007	O ensino lúdico da natação: Uma experiência do PST em volta redonda
HADDAD, F.H.	2007	A natação como fator de promoção da qualidade de vida de crianças de dez a doze anos
ARAÚJO, W.S. <i>et al.</i>	2016	A importância da natação para o desenvolvimento motor na primeira infância de 6 a 36 meses.
SANTOS, J.A.S	2016	Prática lúdica da natação na contribuição do desenvolvimento e aprimoramento motor de crianças.
SILVA, T.A	2015	Natação escolar no ensino fundamental: Uma ferramenta no desenvolvimento motor
OLIVEIRA, L.R. <i>et al.</i>	2013	Importância da natação para o desenvolvimento da criança e seus benefícios
MACHADO, B.R. <i>et al.</i>	2016	Natação e o desenvolvimento em crianças de dois a seis anos de idade

A amostra final foi composta por 10 artigos, quanto ao ano de publicação, 03 estudos foram publicados em 2007, 01 em 2009, 01 em 2013, 01 em 2015 e 04 em 2016. Em relação ao idioma das publicações, os 10 estudos foram publicados em português.

De acordo com Carvalho (2007) os principais fatores motivacionais que prevalecem na escolha dos pais pela natação como modalidade esportiva para seus filhos constatou-se que, 85,7% esperam que seus filhos aprendam a nadar; 59,5% querem que seus filhos pratiquem uma atividade física; 42,8% querem que seus filhos se adaptem ao meio líquido; 40,4% visam a melhoria de problemas respiratórios.

Com relação aos resultados observados, 65,1% constataram que seus filhos já se adaptaram ao meio líquido; 34,4% já estão nadando; 46,5% observaram melhoras dos problemas respiratórios. Outros benefícios observados além dos inicialmente esperados, 25,5% observaram que seus filhos estão mais seguros; 20,9% perceberam melhora na socialização; 18,6% no crescimento e desenvolvimento físico, entre outros.

Já Chaves (2016) relata que as experiências vividas ao meio líquido devem ocorrer o mais cedo possível, ou seja, a partir do momento em que a criança nasce. A natação oferece a capacidade de trabalhar todo o corpo, e sem qualquer impacto severo sobre o sistema esquelético, sendo que qualquer pessoa pode praticar. Os benefícios da natação vão muito além de melhorar a musculatura.

Dias (2007) e Santos (2016) afirmam em seus estudos que a metodologia lúdica é muito eficaz, pois com ela conseguiu-se ampliar o repertório motor aquático dos alunos e eles conseguiram atingir os objetivos propostos. Essa metodologia também é muito viável, de baixo custo, e pode ser adaptada as mais variadas situações; demandando apenas comprometimento educacional.

Haddad (2007) traz em seu estudo a avaliação da capacidade funcional de crianças que nadam e que não nadam e pode observar que as crianças que já nadam desenvolveram a sua capacidade funcional melhor, tiveram a sua limitação por aspectos físicos, diminuíram a dor, melhorou seu estado geral de saúde, a sua vitalidade, melhorou os aspectos sociais, em questão da socialização com outras crianças, superaram as suas limitações por aspectos emocionais e saúde mental tornou-se mais equilibrada.

Araújo (2016) e Silva (2015) afirmam em seu estudo que foi possível constatar uma influência positiva nos programas de atividades aquáticas para bebês, sobre o desenvolvimento motor de bebês quando entram em contatos com outros bebês da sua faixa etária e de maior vínculo emocional com seus pais. É fundamental a prática de atividades na formação dessas crianças, pois o desenvolvimento motor deve ser estimulado desde a infância para que esta seja utilizada no decorrer da vida.

Do mesmo modo, Oliveira (2015) concorda com Araújo (2016) e Silva (2015), quando afirma que a prática da natação traz vários benefícios como: contribuir de forma significativa para a aprendizagem organizada, melhoria da coordenação motora geral, desenvolvimento físico, eleva a auto estima, diminui o stress, melhora a relação interpessoal.

Os artigos de Oliveira (2015) e Carvalho (2007) mostraram vários benefícios que a natação pode trazer para a criança. Ela fortalece a musculatura, trabalha a

noção de espaço da criança e ajuda a desenvolver as habilidades psicomotoras, aspectos emocionais, sociais, melhora o desenvolvimento neuromotor, torna a criança mais social, aumenta a sua autoconfiança e não possui contraindicação.

A constatação de 85% dos pais colocarem seus filhos na natação a partir dos 3 anos pode ser justificada pelo fato de que nesta idade a dependência da criança em relação ao adulto diminui e ele já é capaz de executar algumas tarefas com elevado grau de complexidade. A sensação e o prazer da autonomia, experimentados a partir desta faixa etária, é fundamental para a formação da autoconfiança da criança, o que lhe permite uma melhor adaptação e exploração em suas novas interações e descobertas com o meio (ALVES, 2007).

Percebe-se que os motivos que levam os pais a escolherem a natação para seus filhos são variados, porém a preocupação com que eles aprendam a nadar e se adaptem ao meio líquido, para que percam o medo da água, se sintam mais seguros e independentes, e para que os próprios pais se sintam, também, mais seguros e despreocupados ficou evidente. Nesse sentido, a natação infantil não pode se deter somente ao fato de que a criança aprenda a nadar, mas contribuir para ativar o processo evolutivo psicomorfológico da criança, auxiliando-a no desenvolvimento de sua psicomotricidade e reforçando o início de sua personalidade (VELASCO, 2015).

De acordo com Moisés (2016) aprender a nadar e adaptação ao meio líquido com o objetivo de perder o medo, não são os principais motivos apontados em suas pesquisas. Já a melhoria do desenvolvimento, a prática de uma atividade física, fatores também encontrados nesta pesquisa, foram considerados alguns dos principais motivos apontados na pesquisa do referido autor.

Para Santiago (2015), o aumento da procura da prática de natação, também se norteia pela conscientização das pessoas pelo benefício da prática de uma atividade física.

Citando de Rose (2011) quando afirma que a atividade física é essencial para o crescimento normal da criança. Acrescentando que na criança, a natação propicia um desenvolvimento ótimo das funções orgânicas. Outro fator motivacional bastante observado foi a questão da melhoria da saúde, as recomendações médicas, principalmente por problemas respiratórios, fator também apontado na pesquisa de Moisés (2016).

Para Velasco (2015), a saúde é um dos principais motivos para a busca da modalidade. A natação colabora como método preventivo de doenças do aparelho respiratório, na medida em que aumenta a resistência, com a inalação de ar num ambiente úmido e quente como o da piscina.

Com relação aos benefícios da prática da natação, Benda (2099) revelou que muitos procuram a natação para melhorar a postura e por reeducação respiratória. A melhora de problemas posturais ajuda a corrigir deficiências do sistema respiratório, como nos casos de crianças com asma ou bronquite, porém, o dado de maior importância apresentado foi a constatação, pelos pais, de outros benefícios conquistados por seus filhos através da prática da natação e que foram observados durante o processo, mas que inicialmente não foram objetivados por eles. Alguns se mostraram, inclusive, surpresos com algumas constatações, principalmente as relacionadas aos fatores cognitivos e sócio emocionais, como a segurança e a sociabilização. O equilíbrio emocional, uma vez que se relaciona com outras crianças e outros adultos, favorece a sociabilização, a conquistar determinados objetivos, favorecendo a autoestima.

As práticas corporais com seus gestos, suas posturas e seus movimentos possuem sentidos e significados que educam e ensinam frequentemente, juntamente com símbolos e signos de linguagem que constituem a formação cultural e apontam os aspectos da dimensão social e subjetiva que fundamenta a maneira de cada indivíduo ser, compreender e viver a vida real (SANTOS, 2016).

Ou seja, a criança aprende também pelo seu corpo em movimento, na sua relação consigo mesma, com o outro e com o meio. Por tanto a criança pode se desenvolver pelo movimento, além de se conscientizar sobre ela mesma, buscando uma possibilidade maior de independência, autonomia e segurança (FONSECA, 2013).

Ao colocarem seus filhos, muitos pais não sabem que as vantagens desta prática são inúmeras. Estas vantagens ocorrem porque a criança, principalmente em seus primeiros anos de vida, passa por um processo intenso de desenvolvimento e maturação. Até os cinco anos de idade, ela tem a capacidade de ter 90% do seu cérebro preparado para as aquisições futuras. Todos esses desenvolvimentos podem ser auxiliados e estimulados com a natação (DAMASCENO, 2017).

Ainda segundo Moreira (2009), há vários benefícios através da prática da natação como: A aquisição do sentimento de confiança, eixo da personalidade e matriz da socialização, respostas adaptativas mais adequadas e hierarquicamente úteis para a transferência da aprendizagem, a adequação aos estímulos perceptivo motores no preciso momento evolutivo, a utilização da base reflexa antes de sua extinção, para a

construção de sistemas funcionais econômicos através de propostas sistemáticas de aprendizagem, o conhecimento e domínio progressivo do corpo, que facilitam a formação de uma imagem corporal integrada e rica através da sensório – percepção, a formação de base da inteligência, a partir das oportunidades oferecidas, em quantidade e qualidade adequadas, de exercitar sua vontade em realizar experiências, a comunicação entre a criança e o professor (adulto) através do gesto e da ação, filogeneticamente mais antigos, como medida prévia para uma comunicação simbólica e integrada, a instauração de um vínculo pedagógico personalizado e cooperativo , aberto a mutualidade família - escola de natação, a fim de formar um arquétipo educativo social prospectivamente válido.

Fonseca (2013) assegura que para Piaget a inteligência seria o resultado de adaptações, nesse sentido seria por meio da experiência como ação que as pessoas passariam a transformar o mundo e a incorporá-lo, portanto pode-se afirmar que por meio da motricidade o indivíduo integra-se ao mundo exterior e o modifica, assim como a si próprio.

A adaptação para Piaget não era um processo passivo e sim um processo dinâmico e contínuo no qual a estrutura hereditária do organismo interage com o meio externo de modo a reconstituir-se, com vistas a uma melhor sobrevivência. Na obra de Piaget, a motricidade tem um papel de suma importância para a construção da imagem mental, ou seja, na questão da representação. Para a formação dessa representação, Piaget observou que seria preciso que houvesse acontecido a experiência com a manipulação do objeto, ou seja, o movimento que se pratica transformando esse objeto por meio de processo sensório-motores. É um período que Piaget denomina como “inteligência prática”, no qual a criança passa a imitar e representar situações as quais vivencia e que são interiorizadas como imagens mentais (FONSECA, 2013).

Estudando as estruturas cognitivas, Piaget descreve a importância do período sensório motor e da motricidade, principalmente antes da aquisição da linguagem, no desenvolvimento da inteligência (FONSECA, 2013).

O desenvolvimento mental se constrói através de uma equilibração progressiva, uma passagem contínua de um estado de menor equilíbrio para ele, significa uma compensação, uma atividade, uma resposta ao sujeito, frente às perturbações exteriores ou interiores (SANTOS, 2016).

Para Wallon a cognição está alicerçada ao que ele deu nome de campos funcionais: movimento, afetividade, inteligência e pessoa. O aspecto motor como aquele que se desenvolve primeiro serve tanto como atividade de busca de um objetivo como função de expressar algo em relação a outro indivíduo. A afetividade atua como uma forma de mediação das relações sociais expressadas pelas emoções, a inteligência relaciona-se com as questões de linguagem e do raciocínio simbólico e a pessoa como o campo que coordena os demais é responsável pelo desenvolvimento da consciência e da identidade do eu (FONSECA, 2013).

A questão da motricidade é muito forte na teoria walloniana e é compreendida como sendo um instrumento privilegiado de comunicação da vida psíquica. A criança que ainda não possui linguagem verbal, exprime por meio da motricidade suas mais diversas necessidades de uma forma não verbal e com aspectos afetivos de expressão de bem ou mal-estar (FONSECA, 2013).

A motricidade contém, portanto, uma dimensão psíquica, e é um deslocamento no espaço de uma totalidade motora, afetiva e cognitiva, que se apresenta em termos evolutivos segundo Wallon sob três formas essenciais: deslocamentos passivos ou exógenos, deslocamentos ativos ou autógenos e deslocamentos práticos. (FONSECA, p. 15, 2013).

Deslocamentos passivos ou exógenos caracteriza-se pela absoluta dependência social. Dependência de fatores externos. Simbiose fisiológica é compensada por uma simbiose afetiva segura. A evolução motora é importante para a conquista tanto do mundo externo quanto do mundo interior. Os deslocamentos ativos ou autógenos são as reações próprias do corpo ao mundo exterior. Integração e produção de posturas e movimentos do corpo no espaço, incluindo a interação com o mundo dos outros e dos objetos. A motricidade é incoerente e pouco integrada emerge para uma motricidade mais coerente, produzindo sistemas mais fluentes e adaptados. Os deslocamentos práticos concretizam as aquisições dos primeiros hábitos sociais e que permitem as funções construtivas e criadoras e das aprendizagens psicomotoras (MOISÉS, 2016).

A integração sensorial agora se projeta na exploração e no conhecimento do mundo exterior e não no mundo interior do eu corporal. O movimento de relação e de interação afetiva com o mundo exterior, que projeta a criança no contexto social (GOMES, 2014).

O desenvolvimento para Wallon é um processo onde a pessoa passa de um estado de profundo envolvimento com o meio no qual não se distingue e passa a reconhecer a diversos dele, esse desenvolvimento ocorre com a sucessão de estágios, oscilando entre afetividade, construção do eu e razão como forma de entender a realidade (FONSECA, 2013).

A teoria de Wallon possibilitou o início do pensamento psicomotor e a valorização do indivíduo de maneira integral, dando sugestões para muitos outros estudiosos que se apropriaram de seus conhecimentos e contribuíram para o desenvolvimento desse pensamento (FONSECA, 2013).

Sintetizando, para Wallon a atividade da criança começa por ser elementar e é essencialmente caracterizada por um conjunto de gestos com significados filogenéticos de sobrevivência. Entre o indivíduo e o meio há uma unidade indivisível. A sociedade é para o homem uma “necessidade orgânica” que determina o seu desenvolvimento e por tanto a sua inteligência. Antes da aquisição da linguagem, a motricidade, é, pois, a característica existencial e essencial da criança (GOMES, 2014).

A motricidade ocupa lugar especial na teoria de Wallon. É a resposta preferencial e prioritária às suas necessidades básicas e aos seus estados e básicos e aos seus estados emocionais e relacionais. A motricidade na criança é, por isso, já nessa fase tão precoce, a expressão do seu psiquismo prospectivo. A motricidade é simultaneamente e sequencialmente, a primeira estrutura de relação e correlação com o meio, com os outros prioritariamente e com os objetos posteriormente. É a primeira forma de expressão emocional do comportamento pela motricidade, a criança exprime as suas necessidades neurovegetativas de bem-estar ou mal-estar, que contem em si uma dimensão afetiva e interativa que se traduz em uma comunicação somática não verbal. A motricidade contém uma dimensão psíquica, e é um deslocamento no espaço de uma totalidade motora, afetiva e cognitiva (ALVES, 2007).

Wallon propõe uma série de estágios do desenvolvimento cognitivo. Porém ele não acredita que os estágios de desenvolvimento formem uma sequência linear e fixa, ou que um estágio suprima o outro. (GOMES, 2014).

Para Wallon, o estágio posterior amplia e reforma os anteriores. O desenvolvimento não seria um fenômeno suave e contínuo, pelo contrário, o desenvolvimento seria permeado de conflitos internos e externos. É natural que no desenvolvimento ocorram rupturas, retrocessos e reviravoltas. Os conflitos, mesmo os

que resultem em torno a estágios anteriores, são fenômenos geradores de evolução. A mudança de cada estágio se caracteriza por um tipo diferenciado de comportamento, uma atividade predominante que será substituída no estágio seguinte, além de conferir ao ser humano novas formas de pensamento, de interação social e de emoções que irão direcionar-se, ora para a construção do próprio sujeito, ora para a construção da realidade exterior (GOMES, 2014).

A obra de Wallon mostra a importância dos movimentos no desenvolvimento psicológico da criança e contribui para o estudo do desenvolvimento motor da criança, em especial quando analisa as estratégias e os problemas do desenvolvimento psicomotor e mental da criança (NEGRINE, 2014).

As influências de Piaget são mais recentes e se inscrevem numa perspectiva psicopedagogia uma vez que a psicomotricidade nas suas origens nasce e avança dentro de uma concepção neurofisiológica interligada na neuropsiquiatria infantil (NEGRINE, 2014).

Para Rosa (2000), são muitas as formulações teóricas que têm concentrado grande soma de interesse nessa fase da vida humana. Quase todas as teorias do desenvolvimento humano admitem que a idade pré-escolar é de fundamental importância na vida, por ser esse o período em que os fundamentos da personalidade do indivíduo começam a tomar formas claras e definidas.

Fonseca (2013) afirma que é importante refletir sobre uma educação psicomotora adequada para que a criança em idade pré-escolar tenha um desenvolvimento motor dentro dos padrões estabelecidos e necessários para o processo de alfabetização, exigem compreender o elo de ligação entre certas habilidades motoras, cognitivas, sociais, vinculadas às habilidades necessárias para a facilitação no processo de alfabetização no período escolar.

Para Selau et al. (2000), a atividade física promove benefícios fisiológicos imediatos e a longo prazo nos sistemas cardiovascular, respiratório, musculoesquelético e metabólico em todas as idades. Entre os imediatos estão a regularização dos níveis de glicose sanguínea, de adrenalina e noradrenalina, além da quantidade e qualidade do sono.

Segundo Santiago et al. (2015), estudos recentes têm sugerido que a performance na natação parece ser determinada pela relação hierárquica estabelecida entre um conjunto de fatores e está fortemente associada aos pressupostos bioenergéticos, enquanto estes, são dependentes do comportamento biomecânico e das estratégias motoras adotadas pelo nadador. Neste sentido importa determinar

critérios dentro de cada domínio (antropométrico, bioenergético e biomecânico) a magnitude de contribuição de cada variável para a performance em determinado evento.

O corpo humano tem como característica trabalhar com pares de músculos para desempenhar os movimentos. Infelizmente, em atividades diárias, acaba-se por causar certos desequilíbrios nesses pares de músculos, que podem provocar o desalinhamento do corpo, a má postura e lesões crônicas. Segundo Fonseca (2013), dentre as atividades físicas orientadas para a prevenção primária da saúde, as atividades aquáticas tiveram uma forte expansão na última década. A natação é um caso paradigmático, dado o elevado número de novos praticantes que aderem anualmente. Este aumento de adesões parece ser atribuído aos diversos benefícios de caráter fisiológico, biomecânico e psicológico recorrentemente atribuído à atividade.

Para Baggini (2008), a natação aumenta autoestima, auxilia na prevenção de doenças e na melhoria da saúde e do bem estar físico, mental e social. A natação é um exercício físico aquático baseado no aproveitamento da resistência da água como sobrecarga e do empuxo como redutor de impacto, o que permite que esta atividade mesmo praticada em alta intensidade diminua os riscos de lesões. Além dos benefícios fisiológicos, a atividade física direcionada para a criança deve objetivar sua socialização e independência, contribuindo para a melhoria da sua autonomia (Rose et al. 2011).

São inúmeras as vantagens de exercícios físicos controlados. A mais importante atua na prevenção de mortes prematuras, incapacidades, controle dos custos com a saúde e a manutenção de uma qualidade de vida melhor. Para Rose (2011), alguns benefícios desta prática merecem destaque: Controle do peso, Melhora da autoestima, Sociabilização, Alívio do estresse, Alívio da ansiedade, Depressão e bem-estar. O programa de exercícios deve ser realizado de forma individualizada, atender e respeitar os objetivos individuais que serão obtidos de forma segura com equipamentos, volume, carga e intensidade apropriados.

Segundo Moreira (2009), a Resistência da água ou arrasto é a principal força a ser vencida durante a locomoção aquática. Como a densidade da água é aproximadamente 800 vezes maior que a do ar (998,2 vs. 1,205kg·m³ a 20°C e 760mmHg), isso requer elevado gasto energético. Outra importante característica da locomoção aquática é a grande quantidade de energia que é transferida para a água durante a realização do movimento.

Alves (2007), afirma que existe uma influência da natação na aptidão física do idoso, constatando uma diferença significativa do grau de motricidade nos idosos praticantes de natação.

Logo, pode-se afirmar que a natação permite uma amplitude maior dos movimentos devido ao menor efeito da gravidade dentro da água. As articulações podem fazer uma variedade maior de movimentos que não geram aumento da pressão sobre elas. No caso específico desta pesquisa a natação mostrou ser importante para aumentar ou manter o grau de motricidade nas crianças, o que pode repercutir no melhor desempenho das atividades da vida diária destas, contribuindo assim para uma melhor qualidade de vida. É consensual que a prática regular da natação promova uma melhoria dos fatores coordenativos e condicionais. Como a resistência da água é muito maior que a resistência do ar, a atividade promove adaptações neuromusculares e cardiorrespiratórias. Outros benefícios auferidos a natação são a melhora da coordenação motora, a noção de ritmo, o tônus muscular, a flexibilidade, e o equilíbrio.

Fonseca e Oliveira (2013), defendem que para ter uma boa aula de natação deve-se considerar as características do ambiente, aspectos como o local da aula, o tipo de instrução dada, o método de ensino, entre outros e quanto à tarefa, o espaço, o tempo, nível de esforço, o uso ou não de objetos, o relacionamento com os colegas, proporcionando uma diversidade de experiências para o bebê.

Segundo Gomes e Negrini (2014), a brincadeira na água serve para desenvolver o pensamento abstrato da criança em um local diferenciado, no qual proporciona uma abordagem corporal distinta do cotidiano. O bebê precisa ter confiança dentro da água, para tanto, as atividades propostas devem ser atrativas e prazerosas.

Para Silva e Lindoso (2015), nas aulas de natação para crianças é fundamental que o professor mergulhe na aventura dessa emoção em meio líquido, entrando na piscina e participando com as crianças das brincadeiras e se possível com a participação dos pais.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa atingiu seu principal objetivo que foi analisar os benefícios da natação para desenvolvimento da criança, partindo da identificação da literatura e como se processa o desenvolvimento infantil. Como também analisou a construção das formas de ensino da natação e como a natação auxilia no desenvolvimento infantil.

De acordo com o estudo, foi constatado que a prática da natação traz vários benefícios como contribuição para aprendizagem organizada, coordenação motora, desenvolvimento, oferece descontração e ludicidade, e nos aspectos físico, traz mais facilidade para realiza, com benefícios no sistema respiratório e cardiovascular, recuperando e prevenindo doenças; nos aspectos psicológicos eleva a auto estima, diminuindo o stress, disposição para demais atividades, no aspecto social melhora a relação interpessoal e aumento dos círculos de amizade, compartilhando experiências e ideias e os pais/responsáveis buscaram a natação para que as crianças aumentassem seus círculos de amizades, para a prevenção das doenças e aumento da saúde e ajuda na socialização da criança.

Com base na pesquisa realizada, foi comprovado que os resultados condizem com o que foi mostrado na revisão de literatura, através dos artigos lidos. Pôde-se verificar que as crianças participam das aulas de natação de forma prazerosa. Isso contribui em muito para uma maior eficácia na aprendizagem dos nados, no relacionamento com os pares e na melhoria da saúde.

Neste sentido pode-se concluir que é de grande importância a prática da natação para as crianças e que os benefícios advindos com a prática sistemática da mesma são de grande valia para o desenvolvimento integral dos mesmos, contribuindo também para uma melhor qualidade de vida dos pequenos praticantes.

É muito importante que o professor de natação para crianças adote uma metodologia de ensino que respeite as limitações e os medos dos alunos. O professor poderá realizar variações de atividades considerando sempre o atual estágio de desenvolvimento dos alunos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Mariana Pace. Motivos que justificam a adesão de adolescentes à prática da natação: qual o espaço ocupado pela saúde? **Rev Bras Med Esporte** _ Vol. 13, Nº 6 – Nov /Dez, 2007.
- ARAÚJO, W.S. **A importância da natação para o desenvolvimento motor na primeira infância de 6 a 36 meses.** Universidade do estado do Pará. 2016.
- BAGGINI, Flávia Cristina Souza. **Caracterização do processo ensino/aprendizagem da natação para diferentes faixas etárias.** Bauru, 2008. Monografia apresentada à disciplina “Trabalho de Formatura” do Curso de Licenciatura Plena em Educação Física da Unesp – Campus de Bauru.
- BARBOSA, G. S. **Estratégias motivacionais: possibilidades de inclusão do lúdico no processo ensino aprendizagem da natação.** Monografia apresentada à Universidade Estadual Paulista – Campus de Bauru, como requisito parcial para obtenção do título de licenciado em educação física, Bauru, 62 p., 2007
- BENDA, L. **Natação para seu neném.** Rio de Janeiro, Ao livro técnico S/A, 2009.
- BONACHELA, V. **As leis que regem os corpos na água.** In: Nadar Revista Brasileira dos Esportes Aquáticos. Ano II, nº 57, 1992.
- CARVALHO, A.B.P.C. **Natação para crianças: o que motiva os pais a escolherem esta modalidade esportiva para seus filhos.** Universidade Castelo Branco. 2007.
- CHAVES, A.A. **A aprendizagem da natação e seus benefícios.** Anais do III Fórum de Pesquisa Científica e Tecnológica de Ponte Nova - ISSN: 2447-1674. 2016.
- CLARYS, D. C. **Metodologia da natação.** São Paulo: EPU, 1996.
- COUNSILMAN, J. E. **A natação: ciência e técnica para a preparação de campeões.** Rio de Janeiro: Ibero Americano, 1984.
- DAMASCENO, L. G. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento.** Campinas, SP: Autores associados, 2017.
- DIAS, D.S. **O ensino lúdico da natação: Uma experiência do PST em Volta Redonda.** Universidade de Brasília, 2007.
- DUARTE, N., EIDT, N. (2004). Contribuições da teoria da atividade para o debate sobre a natureza da atividade de ensino escolar. **Psicologia da Educação**, v. 24, p. 51-72.
- FELIX, J.R.P, (2015). Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quarto estilos. **Rev. bras. Educ. Fis. Esp.**, São Paulo, v. 20, n.1, p.5-14, jan./mar.
- FERREIRA, W. U. **Ensinando Natação.** São Paulo: Phorte, 2013.
- FONSECA, V. **Psicomotricidade.** 2 ed. São Paulo: Martins Fontes,2013.

GALDI, E. H. G (org.) **Aprendendo a nadar com a extensão universitária**. Campinas: Ipes Editorial, 2004.

GASPARIN, João Luiz. (2009). **Uma didática para a pedagogia histórico-crítica**. 5ª Ed. ver. Campinas, SP: Autores Associados (coleção educação contemporânea).

GOMES, H. F. G. **Natação infantil: a importância do lúdico no processo de aprendizagem**. Monografia apresentada à Universidade Estadual Paulista – Campus de Bauru, como requisito parcial para obtenção do título de licenciado em educação física, Bauru, 70 p., 2014.

HADDAD, F.H. **A natação como fator de promoção da qualidade de vida de crianças de dez a doze anos**. Universidade de Brasília, 2007.

LINDOSO, R. C. B.; Santos, L.D. dos; Rodrigues, R. C.F. O ensino da Natação Escolar no Enfoque da Pedagogia Histórico Crítica. EFDeportes.com, **Revista Digital**. Buenos Aires - Año 20 - Nº 206 - Julio de 2015. <http://www.efdeportes.com/>

MACHADO, B.R. **Natação e o desenvolvimento em crianças de dois a seis anos de idade**. Universidade do estado do Pará. 2016.

MOISÉS, M. P. Ensino da natação: expectativas dos pais de alunos. Universidade Cruzeiro do Sul/SP. Centro Recreativo Esportivo Especial de São Bernardo do Campo/SP. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – Volume 5, número 2, 2016. Disponível em: <<http://www3.mackenzie.br/editora/index>>.

MOREIRA, F. (2009a). **Escola e Democracia**. 41ª ed. Campinas: Autores Associados.

NEGRINE, Airton da Silva. **Aprendizagem e desenvolvimento infantil: simbolismo e jogo**. Vol 1, Porto Alegre: Prodil, 2014.

OLIVEIRA, L.R. Importância da natação para o desenvolvimento da criança e seus benefícios. **Revista @rgumentam**. Faculdade Sudamérica. Volume 5-2013 p. 111-130.

ROHLFS, I.C.P. M. **Aprendizagem em natação**. Belo Horizonte: FAM, 1999.

ROSA, B. (2000). **Educação: do senso comum à consciência filosófica**. Campinas: Autores Associados.

ROSE, N. Francisco. **Manual de avaliação motora**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2011.

SANTIAGO, V. C. **Estudo observacional da importância da brincadeira na aprendizagem nas aulas de natação de crianças entre 3 e 6 anos**. 2015. Universidade Estadual de Campinas, Campinas/SP, 2015. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/>>. Acesso em: Maio/2019.

SANTOS, Santa Marli Pires dos. **O lúdico na formação do educador**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2016.

SAVIANI, D. (2007). Trabalho e Educação: fundamentos ontológicos e históricos. In: **Revista Brasileira de Educação**, v.12, n.34, p. 152-165, 2007.

SELAU, Bento. O comportamento lúdico infantil em aulas de natação. **Revista Movimento**, ano 7, n. 13, fev. 2000.

SILVA, J.O. Influência da estimulação aquática no desenvolvimento de crianças de 0 a 18 meses: um estudo piloto. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v.16, n.4, p.335-40, out./dez. 2009.

SILVA, T.A. **Natação escolar no ensino fundamental: uma ferramenta no desenvolvimento motor**. Faculdade de Educação e Meio Ambiente. 2015.

SOARES, R.; MISKEY, G. **O ensino da natação**. Tradução: Márcia Vinci de Moraes et al. 3. ed. São Paulo: Manole, 2016.

SOUZA, E. L. **Jogos e brincadeiras Aquáticas com materiais alternativos**. Jundiaí: 2011. Acessado em: maio/2019

VELASCO, C. G. **Natação segundo a psicomotricidade**. Rio de Janeiro: Sprint, 2015.

VENDITTI, C. R.; SANTIAGO, M. G. **Natação na idade escolar: terceira infância; a natação no apoio ao aprendizado escolar**. Rio de Janeiro: Sprint, 2015.

VYGOTSKY, L. S. (1991): **A imaginação e a arte na infância: ensaio psicológico**. Madrid: Akal.