

UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DE PERNAMBUCO (UFRPE)

PRÓ-REITORIA DE ENSINO DE GRADUAÇÃO (PREG)

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA (DEFIS)

CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

JOÃO CRISSON DE ANDRADE SOUZA

**SISTEMATIZAÇÃO DAS AULAS DE NATAÇÃO:
uma proposta didático-metodológica**

Recife

2024

JOÃO CRISSON DE ANDRADE SOUZA

**SISTEMATIZAÇÃO DAS AULAS DE NATAÇÃO:
uma proposta didático-metodológica**

Monografia apresentada como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física, pela Universidade Federal Rural de Pernambuco - UFRPE.

Orientadora: Rosângela Cely Branco Lindoso.

Recife

2024

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)

S729s Souza, João Crisson de Andrade
Sistematização das aulas de natação: uma proposta didático-metodológica / João Crisson de Andrade Souza. - 2024.
87 f. : il.

Orientadora: Rosangela Cely Branco Lindoso.
Inclui referências e apêndice(s).

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Universidade Federal Rural de Pernambuco,
Licenciatura em Educação Física, Recife, 2024.

1. Metodologia de ensino da natação. 2. Natação. 3. Educação física. 4. Ensino superior. I. Lindoso, Rosangela Cely Branco, orient. II. Título

CDD 613.7

JOÃO CRISSON DE ANDRADE SOUZA

**SISTEMATIZAÇÃO DAS AULAS DE NATAÇÃO:
uma proposta didático-metodológica**

Monografia aprovada como requisito parcial para obtenção do grau de Licenciado em Educação Física do Departamento de Educação Física, da Universidade Federal Rural de Pernambuco, pela seguinte banca examinadora:

Banca Examinadora

Orientador(a)

Departamento de Educação Física/UFRPE

Examinador(a): titulação e nome Instituição

Examinador(a): titulação e nome Instituição

Recife – PE, _____ de _____ de 20____.

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todos que, de alguma forma, moldaram a minha jornada acadêmica, transformando este desafio em uma experiência rica e significativa.

À minha família, cujo o apoio e compreensão foram a luz que guiou meus passos nos momentos mais desafiadores, sendo a base sólida do meu crescimento.

Aos amigos, verdadeiros companheiros de jornada, que compartilharam risos, superações e estímulos constantes, tornando esta trajetória memorável.

Aos professores e orientadores, cuja expertise e dedicação foram fundamentais para meu desenvolvimento acadêmico, instigando meu pensamento crítico e ampliando minha visão de mundo.

À instituição de ensino, que proporcionou não apenas conhecimento, mas também um ambiente propício para o desenvolvimento pessoal e profissional.

Dedico este trabalho ao amor pelo saber, à persistência diante dos desafios e ao comprometimento com a excelência, valores que guiaram minha jornada acadêmica.

Que esta contribuição modesta possa agregar ao vasto campo do conhecimento, inspirando futuros estudiosos e pesquisadores.

Agradeço a todos que, de alguma maneira, colaboraram para a concretização deste projeto, tornando esta conquista possível e significativa.

AGRADECIMENTOS

Ao concluir este Trabalho de Conclusão de Curso, é com profunda gratidão que dedico este espaço para expressar meu reconhecimento às pessoas que tornaram esta jornada possível.

Primeiramente à Deus pelo dom da vida e amor incondicional.

À minha orientadora Rosângela Cely Branco Lindoso, agradeço sinceramente pela orientação excepcional, pela paciência incansável e pelo comprometimento que foram fundamentais para a conclusão deste trabalho. Suas contribuições moldaram não apenas o conteúdo deste TCC, mas também o meu crescimento pessoal.

À minha família, fonte inesgotável de apoio e amor, agradeço por estarem ao meu lado em cada passo desta jornada. Seu encorajamento e compreensão foram meu alicerce, proporcionando força nos momentos desafiadores.

Aos amigos e colegas, cujas trocas de experiências e colaborações enriqueceram este percurso, agradeço por compartilharem conhecimentos e incentivarem meu progresso.

À Universidade Federal Rural de Pernambuco, expresso minha gratidão pela qualidade do ambiente acadêmico proporcionado. A estrutura, recursos e oportunidades oferecidas contribuíram significativamente para o meu desenvolvimento.

A todos que, de alguma forma, contribuíram para este trabalho, meu mais sincero obrigado. Cada conversa, conselho e apoio foram peças essenciais na construção deste projeto.

Este TCC é o resultado de esforços coletivos e apoio mútuo. Agradeço a cada pessoa que fez parte desta jornada, pois sem vocês, este trabalho não seria possível.

Com profunda gratidão,

João Crisson de Andrade Souza.

A Fé na vitória (jesus) tem que ser inabalável.

RESUMO

Este estudo propôs uma abordagem didático-metodológica para estruturar as aulas de natação no ensino superior, especificamente para a disciplina de Educação Física A – Natação da Universidade Federal Rural de Pernambuco. A pesquisa exploratória objetivou analisar os benefícios das metodologias de ensino da natação na formação dos discentes, indo além do desenvolvimento de habilidades motoras promovendo saúde e a integração social. O método de pesquisa incluiu uma revisão bibliográfica e a implementação da pesquisa-ação. A pesquisa bibliográfica foi realizada em plataformas como a Scielo, o Portal de Periódicos da Capes e a Lilacs, onde foram explorados artigos, dissertações e teses relacionados à cultura corporal, natação, natação no ensino superior, metodologia de ensino da natação, pedagogia do esporte. O programa de ensino desenvolvido compreende 43 planos de aulas que abordam temas referentes à adaptação ao meio líquido, respiração, flutuação, propulsão, virada olímpica, mergulho elementar e atividades lúdicas aquáticas, ambos fundamentados em Metodologias de Ensino da Natação e na Abordagem Crítico Superadora de Ensino da Educação Física. Este estudo mostrou desempenhar um papel significativo no enriquecimento da formação acadêmica dos discentes, ao mesmo tempo em que favorece o aprimoramento do ensino da natação no contexto universitário da UFRPE.

Palavras-chave: metodologia de ensino da natação; natação; educação física; ensino superior.

ABSTRACT

This study proposed a didactic-methodological approach to structure swimming classes in higher education, specifically for the Physical Education A – Swimming course at the Federal Rural University of Pernambuco. The exploratory research aimed to analyze the benefits of the swimming teaching methodology in students' education, going beyond the development of motor skills to promote health and social integration. The research method included a literature review and the implementation of action research. The literature review was conducted on platforms such as Scielo, Capes Periodicals Portal, and Lilacs, exploring articles, dissertations, and theses related to body culture, higher education, swimming, swimming teaching methodology, and sports pedagogy. The developed teaching program comprises 43 lessons covering topics related to adaptation to the aquatic environment, breathing, flotation, propulsion, Olympic turns, basic diving, aquatic play activities, and water games. All are grounded in the Swimming Teaching Methodology and the Critical Overcoming Approach to Physical Education Teaching. This study plays a significant role in enriching the academic education of students while enhancing swimming instruction in the university context at UFRPE.

Keywords: swimming teaching methodology; swimming; physical education; higher education.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1 – Conteúdo programático do plano de ensino	51
Quadro 2 – Bibliografia básica do plano de ensino	53
Quadro 3 – Bibliografia complementar do plano de ensino	53
Figura 1 – Resumo das habilidades motoras aquáticas básicas e das respectivas sub-habilidades	56

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

CBDA - Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos

COI - Comitê Olímpico Internacional

DCN - Diretrizes Curriculares Nacionais

CGCG - Coordenação Geral de Cursos de Graduação

CNE - Conselho Nacional de Educação

DEFIS - Departamento de Educação Física

EF - Educação Física

FINA - Federação Internacional de Natação

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

LDB - Lei de Diretrizes e Base da Educação

MEC - Ministério da Educação

PCML - Práticas corporais no meio líquido

PREG - Pró Reitoria de Ensino de Graduação

SOBRASA - Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático

SPMR - Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro

UFRPE - Universidade Federal Rural de Pernambuco

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
1.1 PROBLEMA DE PESQUISA	13
1.2 OBJETIVOS	13
1.2.1 Objetivo Geral	13
1.2.2 Objetivos Específicos	13
2 REFERENCIAL TEÓRICO	14
2.1 CULTURA CORPORAL E ESPORTE	14
2.2 NATAÇÃO	23
2.3 NATAÇÃO ENQUANTO COMPONENTE CURRICULAR NO ENSINO SUPERIOR	31
2.4 METODOLOGIAS DE ENSINO DA NATAÇÃO	35
3 METODOLOGIA DA PESQUISA	41
3.1 TIPOS DE PESQUISA	42
4 SISTEMATIZAÇÃO DO CONHECIMENTO DA NATAÇÃO NO PROGRAMA DE MONITORIA	45
4.1 PROGRAMA DE MONITORIA	45
4.2 COMPONENTE CURRICULAR EDUCAÇÃO FÍSICA A – NATAÇÃO	47
4.3 APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA DE ENSINO	49
4.4 PROPOSTA DE INTERVENÇÃO DIDÁTICO-METODOLÓGICA	54
5 ANÁLISE DOS RESULTADOS	58
6 CONSIDERAÇÕES FINAIS	61
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	62
APÊNDICE A – Modelos de planos de aula do programa de ensino	68

1 INTRODUÇÃO

A natação é um dos esportes mais benéficos para os indivíduos, principalmente por ser uma modalidade esportiva de baixo impacto, ou seja, não ocasiona riscos exacerbados à saúde dos indivíduos praticantes desta modalidade esportiva. Os benefícios da natação são os mais diversos, entre eles destacam-se: o fortalecimento das articulações, o aprimoramento do sistema cardiorrespiratório, a promoção da circulação e a redução do risco de diabetes tipo 2, além de promover a socialização, o que contribui para o bem estar psicossocial dos sujeitos (Machado, 1978).

Atrelando a importância e os benefícios da natação para o ambiente universitário, especificamente nas aulas da disciplina de Educação Física A – Natação da Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE), pode-se inferir que a organização metodológica do trato do conhecimento da natação enquanto recurso pedagógico se torna um importante instrumento para o desenvolvimento físico e cognitivo dos discentes, além de desempenhar um importante papel na promoção da interação social, fator de suma significância para o bem-estar dos estudantes.

Diante do exposto, a temática da pesquisa parte de observações e experiências obtidas por mim, através do programa de monitoria vinculado à Pró-Reitoria de Ensino de Graduação (PREG), referente aos períodos letivos de 2019.2 a 2023.2 da UFRPE, onde foi analisado que o aprendizado dos discentes da disciplina de Educação Física A – Natação é intrínseco às metodologias de ensino utilizadas pelo professor. A partir dessas observações surgiu o interesse em estudar o presente problema de pesquisa: Quais as metodologias de ensino da natação são mais utilizadas na Educação Física e como essas metodologias podem contribuir para a construção de um programa de ensino na disciplina de Educação Física A – Natação, da Universidade Federal Rural de Pernambuco, para a aprendizagem dos nados crawl de estudantes universitários?

Por conseguinte, foi realizada uma revisão bibliográfica sobre as abordagens metodológicas de ensino da natação, a fim de compreender qual ou quais seriam as abordagens metodológicas mais eficazes para serem adotadas pedagogicamente em um programa de ensino voltado para o aprendizado da natação, especificamente do nado crawl. Desse modo, foi levantado como hipótese que metodologias embasadas teoricamente na concepção moderna de ensino da natação, tratadas

pedagogicamente através de uma abordagem de ensino da Educação Física e atrelada a um conceito lúdico de avaliação possuem uma melhor aplicabilidade.

Nesse sentido, o principal objetivo deste trabalho é propor um programa de ensino de natação embasado em metodologias de ensino analisadas para o componente curricular Educação Física A – Natação. Além disso, identificar as contribuições da natação enquanto prática esportiva no âmbito da cultura corporal; compreender os processos metodológicos aplicados no processo de ensino do nado crawl; entender a relação entre a natação e a educação, desde a educação básica até o ensino superior; e analisar as contribuições das metodologias de ensino da natação para a construção de um programa de ensino voltado para o componente curricular.

Como propostas metodológicas para o desenvolvimento do trabalho foi utilizado o método indutivo por meio de uma abordagem qualitativa. Quanto ao tipo de pesquisa utilizada para obter os dados coletados no projeto foi necessário realizar uma revisão bibliográfica que serviu como base teórica-epistemológica para a aplicabilidade da pesquisa-ação. Tais propostas metodológicas foram necessárias devido à interação contínua do pesquisador com o público-alvo da pesquisa, estabelecendo um contato constante ao longo do processo investigativo.

A partir do emprego dos métodos de pesquisa foi possível obter resultados significativos sobre o ensino de natação, com base na correta aplicação das metodologias pedagógicas pesquisadas. Conforme destacado por Fernandes e Costa (2006), o aprendizado na natação demanda a utilização apropriada de métodos de ensino, levando em consideração variáveis internas e externas. O controle eficaz do ambiente de aula e o papel crucial do professor são indispensáveis para assegurar a implementação bem-sucedida de um programa previamente estabelecido.

Os demais capítulos do presente trabalho referem-se aos objetivos (geral e específicos); ao referencial teórico onde serão abordadas temáticas sobre a cultura corporal e o esporte, natação, a natação no ensino superior e metodologias de ensino da natação. Em sequência, estarão contidos os capítulos referentes à: metodologia, a sistematização do conhecimento da natação no programa de monitoria, à análise dos resultados, as considerações finais, as referências bibliográficas e os apêndices.

1.1 PROBLEMA DE PESQUISA

Quais as metodologias de ensino da natação são mais utilizadas na Educação Física e como essas metodologias podem contribuir para a construção de um programa de ensino na disciplina de Educação Física A – Natação, da Universidade Federal Rural de Pernambuco, para a aprendizagem dos nados crawl de estudantes universitários?

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 Objetivo Geral

Propor um programa de ensino da natação embasado em metodologias de ensino analisadas para a disciplina de Educação Física A – Natação da Universidade Federal Rural de Pernambuco.

1.2.2 Objetivos Específicos

- Entender a relação entre a prática esportiva (natação) e a cultura corporal, identificando suas contribuições enquanto prática esportiva;
- Compreender a relação entre a natação e a educação, desde a educação básica até o ensino superior;
- Identificar as características e os aspectos metodológicos presentes nas mais diferentes abordagens de ensino da natação;
- Identificar as contribuições das diferentes metodologias de ensino da natação;
- Analisar as contribuições das metodologias de ensino da natação para a construção de um programa de ensino na disciplina de Educação Física A – Natação da Universidade Federal Rural de Pernambuco.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 CULTURA CORPORAL E ESPORTE

No universo da Educação Física (EF) existem vários discursos que objetivam organizar e caracterizar o conhecimento, como é o caso da aptidão física, da aprendizagem motora e do desenvolvimento motor que através de uma abordagem desenvolvimentista preconiza os estudos das ciências naturais. Existem também, discursos fundamentados nos estudos das ciências humanas e sociais que visam quebrar as explicações biomecânicas do movimento humano, qualificando o objeto da Educação Física enquanto fenômeno cultural (Mendes; Nóbrega, 2009).

Perante o exposto e a grande variedade de referenciais que buscam dar significado e sentido à construção do saber na Educação Física, o debate argumentativo aqui desenvolvido será baseado na concepção de Educação Física enquanto fenômeno cultural, especificamente abrangendo a concepção de Cultura Corporal. Haja vista, que a cultura corporal é compreendida como um dos critérios mais importante de organização do conhecimento no âmbito da Educação Física.

De acordo com Daolio (2010) o conceito de "cultura" integrado à Educação Física, seria algo impensável há duas décadas. Isso sugere, no mínimo, que as ciências humanas têm exercido influência significativa nessa área, especialmente após a predominância das ciências biológicas nas explicações sobre o corpo, atividade física e esporte na Educação Física. Atualmente, esta abordagem se tornou mais abrangente, incorporando conhecimentos de diversas grandes áreas como a antropologia, sociologia, história, ciência política e outras disciplinas relevantes.

De fato, é indiscutível o legado proporcionado pelas ciências humanas e sociais para a compreensão de uma Educação Física que estabelece relação com a cultura corporal. Entretanto, essa crescente expansão de teorias que buscam dinamizar o objeto do conhecimento da Educação Física voltado para o fator corpo, natureza e cultura só foi possível depois de longos embates dentro das conjunturas políticas, educacionais e sociais que repercutiu entre as décadas de 80 e 90, momento em que houve uma significativa ruptura dos paradigmas biologicistas e da esportivização. Como enfatiza Neira e Gramorelli (2017, p. 322) na seguinte reflexão

“a mudança paradigmática [...] desestabilizaram os alicerces biologicistas, o que levou a Educação Física a adotar uma compreensão do movimentar-se humano como fenômeno histórico-cultural e eleger a cultura corporal como objeto de estudo”.

O termo “cultura corporal” foi introduzido nos anos finais da década de 1980, oriundo de referenciais que se alinham às teorias curriculares críticas da Educação Física. Conforme afirmam Borges e Neira (2023) inicialmente, o conceito se materializou através do ensaio produzido por Valter Bracht, denominado como Educação Física: a busca da autonomia pedagógica (1989). Em seguida, por intermédio do documento curricular pernambucano, intitulado de “Contribuição ao debate do currículo em Educação Física: uma proposta para a escola pública (1989)”.

O ensaio de Bracht, denunciou a subordinação sofrida pela Educação Física pelas concepções pedagógicas hegemônicas, sendo elas: a biologicista e o método de esportivização generalizado que assolavam o ensino das práticas corporais nas escolas brasileiras. O autor procurou redefinir a posição da Educação Física, concebendo-a como um campo de estudo que engloba as manifestações corporais pelo conceito de cultura corporal, essa percepção se contrapôs às correntes que limitá-la apenas ao estudo do movimento, defendendo uma perspectiva mais inclusiva.

No que concerne a proposta curricular adotada oficialmente pelo estado de Pernambuco, para o uso de suas atribuições no contexto da Educação Física escolar, a expressão Cultura Corporal assumiu a devida aplicação:

No currículo oficial pernambucano, a cultura corporal é um elemento fundamental nos objetivos da disciplina de Educação Física, destacando-se pelo seu papel no estudo da expressão corporal enquanto linguagem. O documento também ressalta a importância da apropriação do conhecimento sócio-histórico, a compreensão das técnicas de movimento e a atribuição de significados aos temas que permeiam a cultura corporal. Nessa abordagem, a cultura corporal é concebida como o resultado da tematização de diversas atividades expressivas do corpo, tais como jogos, danças, lutas, exercícios ginásticos, esportes, malabarismos, mímica, entre outros (Pernambuco, 1989, p.38).

A ascensão dessa nova proposta ideológica-pedagógica pautada em práticas pedagógicas e intenções educativas constituídas a partir da centralidade do conceito de cultura, aos poucos, foi ganhando cada vez mais espaço e notoriedade. Tanto que, essa proposta para o ensino de Educação Física que se destaca por sua ênfase em uma dimensão não exclusivamente centrada no desempenho motor, serviu como

inspiração para a elaboração dos currículos educacionais respectivamente nos estados do Distrito Federal, Minas Gerais e São Paulo no início da década de 1990 (Neira; Gramorelli, 2017).

Após as primeiras aproximações relacionadas à cultura corporal, o conceito passou a se solidificar na grande área da Educação Física, principalmente através da publicação da obra "Metodologia do Ensino da Educação Física" em 1992, organizada por vários teóricos, entre eles: Carmen Lúcia Soares, Celi Nelza Zülke Taffarel, Maria Elizabeth Medicis Pinto Varjal, Lino Castellani Filho, Micheli Ortega Escobar e Valter Bracht, um grupo de autores que ficou conhecido como o Coletivo de Autores.

Essa obra foi um grande marco para o entendimento do objeto de estudo da Educação Física no campo da cultura corporal, principalmente por possuir embasamento epistemológico fundamentado em teorias críticas progressistas, sejam elas psicológicas, políticas e educacionais. A base teórica que alicerça a Metodologia do Ensino da Educação Física está fundamentada tanto pedagogicamente na obra de Dermeval Saviani denominada de "Pedagogia histórico-crítica: primeiras aproximações", como na Psicologia Histórico Cultural desenvolvida por Lev Vygotsky.

Nesse sentido o conceito de cultura corporal tratado no âmbito da Educação Física e desenvolvido pelo coletivo de autores, basicamente parte de uma concepção fundamentada no Materialismo Histórico Dialético como destacado, a seguir

Na perspectiva da reflexão sobre a cultura corporal, a dinâmica curricular, no âmbito da Educação Física, tem características bem diferenciadas das da tendência anterior. Busca desenvolver uma reflexão pedagógica sobre o acervo de formas de representação do mundo que o homem tem produzido no decorrer da história, exteriorizadas pela expressão corporal: jogos, danças, lutas, exercícios ginásticos, esporte, malabarismo, contorcionismo, mímica e outros, que podem ser identificados como formas de representação simbólica de realidades vividas pelo homem, historicamente criadas e culturalmente desenvolvidas (Coletivo de Autores, 1992, p. 38).

Desse modo, o Coletivo de Autores abordou o conceito baseado na lógica Materialista Histórico Dialética, em que os objetos de estudo da Educação Física são vistos como construções históricas, surgidas a partir de diversas necessidades em um determinado momento histórico. Assim, examinar os vários conteúdos da Educação Física como corpo, ginástica, dança, luta, jogo e esporte, sob uma abordagem materialista, implica considerar o modo de produção em que estão inseridos. Além

disso, é crucial analisar como fatores políticos, ideológicos, sociais e, conseqüentemente, culturais interagem com essa lógica objetiva e real com um todo.

O Coletivo de Autores (1992, p. 62) ainda reforça a ideia tratada anteriormente, quando afirma que “os temas da cultura corporal, tratados na escola, expressam um sentido/significado onde se interpenetram, dialeticamente, a intencionalidade/objetivos do homem e as intenções/ objetivos da sociedade”. Dessa forma, os conteúdos (ginástica, dança, luta, jogo e esporte) tratados pedagogicamente no âmbito escolar, por sua vez devem preconizar o contexto social onde a comunidade escolar está inserida, para que possam dialogar com a realidade vivenciada pelos discentes sem que haja distorções entre conteúdo trabalhado e realidade vivida.

Entre os conteúdos trabalhados sobre à luz da cultura corporal nas aulas de Educação Física escolar, o Esporte possui dimensões que integram bastante essa perspectiva cultural devido ao seu caráter fenomenológico. Conforme é citado pelo Coletivo de Autores (1992, p. 48) “O esporte, como prática social que institucionaliza temas lúdicos da cultura corporal, se projeta numa dimensão complexa de fenômeno que envolve códigos, sentidos e significados da sociedade que o cria e o pratica”.

Nesse sentido o Esporte enquanto fenômeno sociocultural foi sendo desenvolvido a partir da própria construção histórica da humanidade. À medida que a relação sujeito e vida político-social foram se constituindo, houve a inserção de novos códigos e significados na vida cotidiana, resultando na modificação de algumas práticas e expressões corporais no que atualmente compreendemos como Esporte.

De acordo com Marques *et al.* (2008) no percurso da humanidade, é indiscutível a presença de diversas manifestações esportivas ao longo da linha do tempo. Enquanto alguns pesquisadores defendem que o fenômeno esportivo remonta a sociedades antigas e primitivas, por sua vez, outros defendem que sua origem ocorreu em um ponto específico da história, por meio de um processo disruptivo. Não obstante a essas divergências, é seguro afirmar que o esporte contemporâneo é profundamente influenciado por princípios e estruturas sociais que tiveram origem no processo de esportivização de jogos populares, ocorrido no século XVIII na Inglaterra.

Evidentemente que, em cada contexto histórico, o fenômeno esportivo foi assumindo lógicas diferentes explicitadas pelas características do momento, atribuindo assim novos aspectos à medida que determinado contexto se desenvolve.

O Esporte, no seu foco histórico, deve ser dividido em: Esporte Antigo, Esporte Moderno e Esporte Contemporâneo. Da Antiguidade até a primeira metade do século XIX, ocorreu o Esporte Antigo. O Esporte Moderno, concebido depois de 1820 pelo inglês Thomas Arnold, começou a institucionalizar as práticas esportivas existentes, codificando-as por meio de regras e entidades. No final da década de 1980, a partir da aceitação do direito de todos ao esporte, tem início o Esporte Contemporâneo, para o qual a Carta Internacional de Educação Física e Esporte foi, sem dúvida, o grande marco (Tubino, 2010, p. 20).

Na antiguidade, pode-se aferir, que as atividades esportivas eram bastantes diferentes das práticas modernas e contemporâneas. Nesse contexto, eram categorizadas como atividades pré-esportivas, assumindo diversos propósitos, a exemplo: a corrida e a caça como modo de subsistência humana; tal qual, a esgrima e as lutas como modo de preparação militar. Nas civilizações antigas as práticas esportivas tiveram um caráter mais voltado para o combate, enquanto na Idade Média os torneios desportivos, ainda que escassos, passaram a ser relacionados a lutas violentas e até mortais. Vale salientar que os Jogos Olímpicos da Antiguidade são tidos como a principal manifestação esportiva de toda a civilização antiga.

Em contrapartida, foi no período da idade moderna que tais práticas corporais foram sistematizadas e passaram a ser designadas como Esporte. Estando intimamente ligado à Revolução Industrial, o surgimento do esporte remonta à Inglaterra no século XVIII, onde sua progressão foi impulsionada pela formalização de diversos jogos populares, que foram organizados por meio de regras e instituições confinados às escolas públicas, esses jogos foram transformados e evoluíram. A partir da Inglaterra, o fenômeno esportivo expandiu-se globalmente, emergindo como a expressão cultural corporal mais proeminente em várias nações (Tubino, 2010).

Na contemporaneidade, o fenômeno esportivo tendeu a romper com a característica exclusiva de desempenho encontrada no período moderno e passou a adotar uma perspectiva que reconhece o direito de todos à participação nas práticas esportivas. Outra característica importante associada ao esporte contemporâneo, é a tomada desenfreada do mercantilismo esportivo associado ao capital, onde as campanhas massivas de marketing se tornam um meio de promover produtos e serviços, utilizando o esporte como recurso industrial da sociedade capitalista.

Durante o século XX, especificamente após a Segunda Guerra Mundial e durante a Guerra Fria, o esporte sofreu alterações de sentidos e em sua configuração social frente à sociedade, sendo utilizado para fins diferentes dos observados até o

momento. Pôde-se notar que, além do aumento das possibilidades de prática, este fenômeno passou a sofrer um processo de mercantilização, adquirindo o status de espetáculo, seja para uso político ou comercial, podendo ser tomado como esporte contemporâneo, uma evolução do moderno (Tubino, 1992).

Ao passo que, o fenômeno esportivo foi evoluindo e acarretando novos significados, a sua base estrutural e epistemológica também foi se modificando. São vários os estudos de diferentes áreas do conhecimento que dialogam com o fenômeno esportivo buscando conceituá-lo, conforme enfatiza Marques *et al.* (2008, p. 4) “Assim como em outras manifestações culturais, a prática esportiva apresenta grande elasticidade semântica e oferece disponibilidade para usos diferentes e opostos”.

O conceito de Esporte é bastante amplo, sendo passível de explicação por diversos segmentos do conhecimento. Por certo, o esporte pode ser considerado um dos fenômenos mais importantes ocorrentes na sociedade contemporânea.

Desse modo, o esporte seria um fenômeno sociocultural que engloba diversas práticas humanas, norteadas por regras de ação próprias, regulamentadas e institucionalizadas, direcionadas para um aspecto competitivo, seja ele caracterizado pela oposição entre sujeitos ou pela comparação entre realizações do próprio indivíduo, que se manifestam através da atividade corporal. Essas práticas podem ou não se expressar através de confrontos diretos entre sujeitos, de mensuração de performances, de nomeação de vencedores ou destaques, mas sempre expressam o desejo de realização do ser humano que encarna a necessidade, entre outras, de emocionar-se, superar-se, jogar, brincar e comunicar-se. Sem o esporte, o desenvolvimento cultural do homem fica mais pobre (Bento, 2004, p. 35).

Sobre essa ótica, pode-se observar que o esporte possui uma abordagem fenomenológica que abrange grande parte das práticas corporais da sociedade. O esporte enquanto elemento da cultura corporal está presente em vários setores da sociedade e podemos observá-lo: nas Olimpíadas (marco principal do esporte de rendimento); no jogo de futebol acompanhado por milhões de pessoas na mídia televisiva; nos campeonatos de várzea amadores realizados em grande parte das comunidades de baixa renda brasileiras; nas corridas automobilísticas como a Fórmula 1; nos parques e praças através das práticas coletivas de lazer; assim como, possui destaque especial quando é ocorrido no ambiente de aprendizado escolar.

Na escola, o esporte possui uma característica única, ou seja, ele poderá ser tratado pedagogicamente mediante as aulas de Educação Física. Visto ser, um dos conteúdos trabalhados dentro da perspectiva da cultura corporal de currículo escolar.

Segundo Assis de Oliveira (2001, p. 6) é “[...] na escola que se estabelece uma relação especial com o esporte, afinal, é ali que o conhecimento produzido pelo homem é tratado metodologicamente para que o aluno venha a aprendê-lo ou apreendê-lo [...]”.

Quando o sujeito entra em contato com os conhecimentos historicamente produzidos e transformados pelo homem, ele não somente é possibilitado de compreender a realidade que o cerca, como também de transformá-la. Desse modo, a Educação Física possui um papel essencial para a aquisição do conhecimento dos alunos, pois possibilita o contato com os conteúdos que envolvem a cultura corporal, através de um olhar crítico sobre os dados da realidade que os cercam na sociedade.

Nesse sentido, sendo o esporte um dos conteúdos tratados pelo componente curricular Educação Física, quando abordado pedagogicamente possibilitará ao discente o acesso ao conhecimento, ao contato, a experiência e a oportunidade de transformação do próprio esporte e da sua vida político-social. Conforme é acentuado pelo Coletivo de Autores (1992, p. 70) “Se aceitarmos o esporte como fenômeno social tema da cultura corporal, precisamos questionar suas normas, suas condições de adaptação à realidade social e cultural da comunidade que o pratica, cria e recria”.

Seguindo a linha de raciocínio do Coletivo de Autores, de fato, questionar o fenômeno esporte é necessário, principalmente quando nos referimos ao seu trato pedagógico dentro das instituições de ensino. O esporte dentro da perspectiva de ensino da cultura corporal passa por duas grandes tendências que de certa forma implica no empobrecimento do conteúdo nas aulas de Educação Física, a saber: a hegemonização do conteúdo em relação às outras temáticas da cultura corporal; assim como, a tendência de propagação do conhecimento por meio de uma abordagem metodológica tecnicista fundamenta no ensino do esporte de rendimento.

Em relação ao processo de hegemonização do esporte, uma das consequências da predominância desse enfoque é que o esporte, tal como vem sendo abordado, não contribui de maneira efetiva para a formação dos estudantes. “O esporte passou a ser o conteúdo hegemônico da Educação Física. Sentidos tais como o expressivo, o criativo e o comunicativo, que se manifestam em outras atividades de movimento, não são explorados quando o conteúdo escolar é apenas o esportivo” (Kunz, 1989, p. 26).

O que se observa nas instituições de ensino, é o caráter hegemônico do conteúdo esporte em comparação aos outros eixos de ensino da Educação Física escolar. Essa predominância excludente além de segregar e contribuir para a omissão de outros conhecimentos da cultura corporal, faz com que o ensino seja incipiente, acrítico e tecnicista, contribuindo deste modo para que o Estado utilize o esporte como um instrumento ideológico para assegurar a reprodução do capital como um todo.

Na realidade é que quando a Educação Física escolar se limita estritamente ao ensino do esporte, a formação dos discentes acaba sendo consideravelmente comprometida. Desse modo, é essencial assegurar que o corpo discente das instituições de ensino obtenha acesso a todos os conteúdos da cultura corporal, promovendo assim, a preservação de todos os elementos ao longo do processo educativo, prevenindo a exclusão de qualquer um deles. “O que se busca é um esporte que sai da condição de conteúdo prioritário ou exclusivo da organização das aulas, para ser tratado no âmbito de um programa que contempla o amplo acervo de conteúdos ou temas da cultura corporal, sem hierarquia [...]” (Taffarel, 2009, p. 91).

Proporcionalmente, o esporte enquanto conteúdo de ensino da cultura corporal também possui a tendência de ser abordado sobre uma concepção bastante tecnicista onde a prevalência do gesto motor, da dimensão procedimental de ensino e do alto-rendimento ofuscam a ênfase no trato pedagógico que o fenômeno esportivo deve ter.

Uma coisa é submeter as aulas de educação física e a escola aos interesses da instituição desporto, e outra, é tratar pedagogicamente, crítica, reflexiva e criativamente o desporto, enquanto conteúdo de ensino e campo de vivência social, nas aulas de educação física, no projeto-político-pedagógico da escola (Taffarel, 2009, p. 92).

É bastante comum ouvirmos relatos de pessoas que ao longo da vida estudantil passaram por experiências negativas nas aulas de Educação Física escolar, principalmente quando o conteúdo lecionado se tratava do esporte. Este fator recai sobre duas hipóteses: a primeira, refere-se a ênfase dada à dimensão procedimental de ensino, ou seja, quando os objetivos das aulas estão ligados ao desenvolvimento do ato motor procedido pela execução da técnica de determinado movimento. Por conseguinte, é quando o conteúdo abordado nas aulas de Educação Física é direcionado especificamente para o rendimento e a performance esportiva.

A partir desses dois pressupostos é que surge o embate no campo da Educação Física relacionado a presença do esporte na escola, visto que o mesmo

pode ser tratado enquanto “esporte da escola” e o “esporte na escola”, sendo este último mais favorável para atender as demandas educativas dos alunos.

O esporte, como prática social que institucionaliza temas lúdicos da cultura corporal, se projeta numa dimensão complexa de fenômenos que envolve códigos, sentidos e significados da sociedade que o cria e o pratica. Por isso, deve ser analisado nos seus variados aspectos, para determinar a forma em que deve ser abordado pedagogicamente no sentido de esporte “da” escola e não como o esporte “na” escola (Coletivo de Autores, 1992, p. 70).

Na realidade abordar metodologicamente “o esporte na escola” não é um grande problema do ponto de vista pedagógico. Dado que, o fenômeno esportivo ele deve ser apresentado e tratado na sua essência, ou seja, tem que ser apresentado, estudado e debatido para que os alunos possam compreender que os esportes representam um fenômeno social tangível no dia a dia, estabelecendo conexões com símbolos culturais, produção cultural, economia, política e a sociedade. A questão-problema é quando a ênfase dada ao esporte na escola supera o esporte da escola e, conseqüentemente, exclui a educação crítica, reflexiva, inclusiva e transformadora.

Essa forte presença do esporte de rendimento no ensino das aulas de Educação Física escolar, faz com haja uma segregação do próprio conteúdo. A exemplo, quando o professor na sua prática pedagógica prioriza por ensinar determinados esportes (geralmente, os mais conhecidos) e exclui outras modalidades esportivas menos conhecidas, conforme enfatiza Betti (1999, p. 25) “o esporte é o meio mais utilizado pelos professores para aplicar a Educação Física na escola, valendo-se apenas do famoso “quarteto fantástico” (futebol, vôlei, basquete e handebol), deixando de lado outras modalidades como a dança e a ginástica artística”.

Essa exclusão de algumas modalidades esportivas geralmente acontece por dois fatores: negligência do professor, quando prioriza o ensino dos esportes mais conhecidos; assim como, pela falta de infraestrutura básica que possibilite ao docente os recursos necessários para o trato pedagógico de determinados esportes, como é o caso da natação. Geralmente, é recomendado que a Educação Física escolar ofereça uma variedade de atividades esportivas para promover o acesso a práticas socialmente segregadas. Excluir certos esportes, por exemplo a natação, pode privar os alunos de adquirir diversas experiências e benefícios que esta prática oferece. A diversidade de atividades esportivas pode atender a diferentes preferências e habilidades dos alunos, promovendo desse modo a inclusão e a participação ativa.

2.2 NATAÇÃO

Abordar sobre uma prática corporal tão importante para o decurso da evolução da humanidade, sem sombra de dúvidas é um grande desafio. Seja pelo fato de poder dialogar sobre sua necessidade vital para os sujeitos na sociedade ou pela sua importância enquanto um dos conhecimentos que fazem parte do universo da cultura corporal, a qual está inclusa através dos estudos referentes ao fenômeno esportivo. De fato, é que seja pelas perspectivas que ligam a natação a um meio de sobrevivência, a uma modalidade esportiva, a um instrumento de lazer, à promoção da saúde, bem como a mais um produto mercadológico da indústria capitalista, buscar sua compreensão e estudo é fundamental para que possamos compreender nossa história e como nos desenvolvemos enquanto agentes sociais, culturais e políticos.

O contato do homem com o meio líquido possui raízes históricas, sendo uma relação bastante antiga. De acordo com Morés (2011, p. 120), “Platão na Grécia, prescreveu a lei 689 onde afirmava que todo cidadão educado é aquele que sabe ler ou nadar”. Mesmo que esta afirmação contenha características metafóricas, podemos observar que na sociedade antiga, já existia uma certa preocupação e dada importância com o que atualmente podemos compreender como natação. Nesse sentido, a vivência que a sociedade possui no meio líquido é produto das relações primitivas que se estabeleceram a partir do contato homem, natureza e cultura.

A importante relação entre homem e meio líquido também é dotada de significância na atualidade, conforme afirmam os autores contemporâneos Moreno-Murcia e Pérez (2022, p. 2) “aprender a nadar pode ser tão importante quanto aprender a ler, calcular ou escrever, dada a inerente importância social, cultural e vantagem motora que as práticas aquáticas proporcionam”. Desse modo, podemos observar a importância da natação em diferentes épocas e contextos socioculturais, caracterizando por ser uma das práticas corporais mais antigas da humanidade.

Vale salientar, que na medida em que a sociedade foi evoluindo, as relações entre natureza e ser humano também foram se modificando e ganhando novos significados, o que caracteriza a mudança de concepção da própria Natação. Nesse caso, o que para as sociedades da antiguidade poderia ser classificado como uma prática corporal de sobrevivência, no tempo presente, a natação pode ser considerada

como uma prática esportiva seja ela voltada para fins educacionais, de lazer-participativo, como também de performance ou rendimento (Tubino, 2010).

Para uma melhor compreensão de natação no modelo atual, é preciso que façamos um resgate do seu contexto histórico. Essa forma de prática corporal tem suas raízes profundamente estabelecidas em diversas culturas ao redor do mundo, onde basicamente acompanhou o desenvolvimento da humanidade, passando pelos períodos da idade antiga, média, moderna, até chegar na contemporaneidade. Nesse sentido, a história da natação é extensa e diversificada, passando por uma transformação significativa ao longo dos séculos. A seguir, apresento uma breve visão da evolução histórica da natação nos diversos períodos históricos da sociedade.

De acordo com Lewin (1979), os primeiros registros históricos da prática da natação são encontrados por volta de 5.000 a.C., no antigo Egito, conforme é evidenciado pelas pinturas na Rocha de Gif Kebir, o que marca o surgimento desta prática na pré-história. Embora, há relatos que contradizem a afirmação anterior ao indagar que os primeiros registros de exercícios físicos desenvolvidos em ambientes aquáticos foram ocorridos no período da 9.000 a.C, por chineses e japoneses com bases em práticas médicas, aos moldes das hidroterapias (Bonacelli, 2004).

Evoluindo de prática corporal cujo o objetivo se encontrava unicamente na sobrevivência da espécie *homo sapiens*, para uma atividade que possuía diversos objetivos de acordo com cada cultura em questão, foi assim que ocorreu a evolução e mudança da natação na era pré-histórica para as civilizações antigas, como pode ser observado na indagação, a seguir:

Os romanos, por volta de 310 a.C. já tinham o hábito de nadar nos lagos e nos rios e foi no mesmo período que surgiram as piscinas dentro das termas. Os romanos tinham em tal conta a natação que quando queriam referir-se à falta de educação de alguém diziam: “não sabe ler nem nadar”. Já na Grécia, as piscinas se localizavam dentro de ginásios e os gregos viam a natação como o caminho para a elegância e o desenvolvimento harmônico do corpo. Já os povos germânicos mergulhavam seus filhos em águas geladas para que os mesmos ganhassem resistência. Assírios, babilônios, egípcios, fenícios, pescadores do golfo Pérsico e do Ceilão, mulheres de Java, indígenas da América - todos foram bons nadadores (Fernandes; Costa, 2006, p. 7).

Assim como ocorreu em outras práticas corporais e esportivas, no período medieval houve um decréscimo relacionado ao aprendizado da natação. Segundo

afirma Lewin (1979) ao longo da Idade Média, o interesse pela prática da natação decresceu significativamente, principalmente devido à falta de valorização das atividades relacionadas ao corpo humano. Somente nos países do norte da Europa, observamos a natação sendo reconhecida como uma atividade benéfica, porém sendo restrita à nobreza e aos militares, enquanto as classes sociais mais baixas podiam ter acesso limitado devido à escassez de tempo ou oportunidades no geral.

Em relação a modernidade pode-se afirmar que houve um avanço significativo na prática da natação, bem como foi o período em que os estudos sobre esta prática aumentaram de modo significativo, haja visto a necessidade de conhecer mais sobre as leis físicas, os mecanismos fisiológicos e biomecânicos, as metodologias e os processos de ensino que envolvem a atividade, segundo afirma Bonacelli (2004, p.76):

No Renascimento, a prática da natação volta a ressurgir do período de obscurantismo ao que esteve submetida durante a Idade Média, e se a considera como uma matéria idônea dentro das atividades físicas. Como fruto desta concepção, surgem os primeiros escritos referentes à natação, como é o livro do alemão NICHOLAS WYMMAN (1538) titulado "Colymbetes, Sive de arti natandis dialogus et festivus et iucundus lectu", cuja tradução livre é: "O nadador ou a arte de nadar, um diálogo festivo e divertido de ler". Este livro, escrito em latim, é considerado o primeiro documento integralmente dedicado à natação.

Um fator bastante importante que impactou para o crescimento da natação neste período, foi a retomada da ciência enquanto recurso para compreender os fenômenos e leis que regem a natureza. Visto que, anteriormente, na idade média houve um obscurantismo relacionado a ciência e a compreensão dos dados da realidade passaram a estar associados à fé (teocentrismo), assim como ao senso comum (conhecimento empírico), que perdurou até a fase renascentista.

No período da contemporaneidade a natação começou a ser compreendida totalmente enquanto modalidade esportiva, uma vez que a expansão do fenômeno esportivo ascendia no continente Europeu. De acordo com a Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos - CBDA (2004), enquanto fenômeno esportivo, a prática organizada da natação teve início em 1837, na Inglaterra, com o advento estruturado das primeiras competições aquáticas e da fundação da Sociedade Britânica de Natação. Nessa época, o estilo que predominava entre os atletas era o nado peito, também conhecido como estilo clássico. Por conseguinte, um instrutor de natação inglês, ao viajar para a América do Sul, observou uma técnica alternativa de nado. Ao

retornar à Inglaterra, introduziu essa abordagem, inicialmente chamada de "trudgeon", que evoluiu para o estilo que atualmente conhecemos como crawl ou estilo livre.

Essa inovação teve um papel crucial na diversificação dos estilos de natação, contribuindo significativamente para o desenvolvimento e a popularização dessa prática esportiva. Um fator primordial para alavancar o crescimento da natação na contemporaneidade foi a primeira edição dos Jogos Olímpicos da Era Moderna, ocorrido na cidade de Atenas, na Grécia, no ano de 1896. A cerimônia de abertura aconteceu no Estádio Panatenaico, por iniciativa do então aclamado e popular Barão Pierre de Coubertin, o qual é bastante reconhecido como o precursor dos jogos olímpicos modernos e fundador do Comitê Olímpico Internacional (COI).

Após sua primeira aparição nos Jogos Olímpicos de Atenas (1896), a natação se tornou um dos fenômenos esportivos mais conhecidos e praticados no mundo. Em síntese, a prática da natação continua a progredir, adaptando-se às necessidades e preferências da sociedade moderna. Seja como esporte competitivo, forma de exercício ou atividade de lazer, a natação mantém sua importância diversificada na vida das pessoas, contribuindo assim para o fomento da prática em todo o planeta.

Atualmente a natação possui uma extensa base conceitual. Há pesquisadores que irão conceituá-la sobre uma perspectiva vinculada a psicomotricidade e a biomecânica, já outros estudiosos compreendem a natação como uma modalidade esportiva, há também quem lhe associe a uma atividade física de promoção à saúde, bem como a uma prática corporal de lazer, entre tantas outras concepções epistemológicas que visam proporcionar um melhor entendimento sobre a natação.

Vejamos, alguns conceitos relacionados a cada base conceitual citada anteriormente. Segundo Araújo Jr (1993, p. 14) "A natação, baseada no conceito da psicomotricidade humana, deve-se dirigir a uma formação em que a racionalização do movimento não iniba a criatividade, a espontaneidade, a liberdade do movimento e sua significação e sentido". Desse modo, entende-se que a psicomotricidade defende a tese que a natação trabalha com o comportamento humano através da interação entre os seus aspectos psicomotores mediante o contexto sensorial e lúdico da água.

Em contrapartida, no âmbito do contexto esportivo a natação muitas vezes é compreendida pela perspectiva do tecnicismo promovido pelos conhecimentos da

biomecânica e de áreas correlacionadas com o estudo do movimento. Conforme enfatiza Corrêa e Massaud (1999) a natação se destaca como um dos esportes mais completos da atualidade, uma vez que trabalha o corpo de modo integral. A prática da natação enquanto desporto possui vários objetivos, entre eles destacam-se a melhora da capacidade física e a busca pelo rendimento associado ao emprego da técnica dos quatro estilos de nados, sendo eles: o crawl, o peito, o costas e o borboleta.

No contexto da promoção da saúde, vários são os benefícios associados à prática regular da natação. De acordo com Mansoldo (1987) a natação é fonte de inúmeros benefícios, entre eles se destacam: o desenvolvimento cardiocirculatório e respiratório; a correção da postura e prevenção de desvios da coluna vertebral; o desenvolvimento do sistema circulatório; promove o fortalecimento do sistema muscular; coopera para o desenvolvimento motor; estimula os processos digestivos e metabólicos; é terapia para portadores de bronquite asmática; alivia as tensões e profilaxia da fadiga mental e física; promove o condicionamento físico, a autoconfiança e a preservação da vida humana no meio líquido (autopreservação e salvamento); proporciona o bem-estar dos sujeitos através dos processos de sociabilização.

Passando a compreender a natação do ponto de vista da Cultura Corporal, objeto de estudo do presente trabalho Paiva *et al.* (1999, p. 142) atribui o seguinte conceito “no âmbito da Cultura Corporal, nadar não significa apenas o aprendizado de estilos, mas sim, deslocar-se na água equilibradamente e respirando”. Nesse sentido, a natação pode ser compreendida como o deslocamento dinâmico exercido através da relação harmônica entre homem (sujeito cultural) e o ambiente aquático.

De acordo com Fernandes e Costa (2006) a natação pode ser compreendida como um conjunto de habilidades motoras que proporcionem o deslocamento autônomo, independente, seguro, integral e prazeroso no meio líquido, sendo a oportunidade de vivenciar experiências corporais aquáticas e de perceber que a água é mais que uma superfície de apoio e uma dimensão, é um espaço para emoções, aprendizados e relacionamentos com o outro, consigo e com a natureza no geral.

Este conceito proporcionado pelos autores citados acima é amplamente debatido no meio acadêmico e por estudiosos da temática, em questão. O mesmo adequa as diversas dimensões contidas no aprendizado da natação, enfatizando

sobre a necessidade de ampliar o seu ensino buscando a sua totalidade enquanto prática corporal, levando em consideração não somente os fatores biomecânicos inerentes ao nado, como também os aspectos psicológicos, sociais, emocionais e lúdicos que envolvem o aprendizado dessa prática tão apreciada pela sociedade.

Com certeza a natação desempenha um papel bastante significativo na sociedade, visto que promove inúmeros benefícios para os sujeitos que a praticam regularmente, sejam eles relacionados ao desenvolvimento da capacidade física, como também dos aspectos psicossociais, emocionais e de segurança. Dessa maneira, incentivar e promover ações que viabilizem o acesso à prática da natação, pode ser considerado um importante vetor para o desenvolvimento da sociedade. Inclusive, sem sombra de dúvidas, iria impactar diretamente na diminuição da totalidade de casos que envolvem acidentes e afogamentos no ambiente aquático.

A Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático (SOBRASA) alerta para a crescente alta de acidentes envolvendo afogamentos nos mais diversos tipos de ambientes e faixas etárias no Brasil, como pode ser observado na afirmação, a seguir:

O maior risco de morte por afogamento ocorre na faixa de 15 a 49 anos (60%); 4 crianças morrem afogadas diariamente e um total de 1.397 ao ano e o menor risco está em crianças menores de 1 ano (0,7%). De todos os óbitos por afogamento 43% ocorrem até os 29 anos. As piscinas e residências são responsáveis por 3% de todos os casos de óbito por afogamento, mas atingem predominantemente (55%) na faixa de 1 a 9 anos de idade. Em média homens morrem 6,4 vezes mais que as mulheres por afogamento, sendo 15 vezes mais na faixa de 15 a 19 anos. 44% dos afogamentos ocorrem nos meses de novembro a fevereiro e o restante são distribuídos igualmente ao longo dos outros 8 meses; mais de 65% ocorrem nos finais de semana e feriados; mais de 50% ocorrem entre 10:00 e 14:00 h. Existem variações quanto a idade e o local dos afogamentos; crianças de 1 a 9 anos se afogam mais por queda em piscinas e espelhos de água em casa e em seu entorno; crianças que sabem nadar se afogam mais por incidentes de sucção pela bomba em piscina; crianças maiores de 10 anos e adultos se afogam mais em águas naturais do tipo rios, represas e praias. (SOBRASA, 2023, p. 19).

Vejamos, que são números expressivos e que atingem diferentes faixas etárias, gêneros, localidades e períodos. Entretanto, são dados bastantes alarmantes quando relacionados a quantidade de crianças e adolescentes (principalmente homens) que vão a óbito em decorrência de acidentes envolvendo afogamentos. Nesse sentido, fica o questionamento sobre a necessidade de promover ações preventivas principalmente por intermédio do poder público, para que haja não somente diminuição de casos de afogamento, como também para que a sociedade civil menos

favorecida economicamente, possam ter acesso a ações educacionais de inclusão voltadas para o aprendizado de práticas corporais aquáticas, a exemplo da natação.

De acordo com *Olivar et al.* (2022, p.147) “somente se introduzirmos a educação aquática no contexto escolar, será possível alcançar a sua universalização, abrangendo toda a população sem qualquer tipo de discriminação, seguindo neste caso, o conceito de direito da sociedade”. Logo, quando se fala em ações educativas e inclusivas voltadas para o aprendizado de práticas corporais no meio líquido (PCML), a escola enquanto instituição educativa secundária por excelência, desempenharia um papel fundamental na formação e difusão desse conhecimento.

A instituição escolar, local que promove o saber historicamente produzido pelo homem, é um ambiente bastante favorável para que novos conhecimentos sejam disseminados aos estudantes, uma vez que o acesso à informação referente a sociedade capitalista contemporânea não é nada democrático. Nesse sentido, a Educação Física na qualidade de componente curricular da educação básica, possui os atributos necessários para que dentro da concepção de ensino da cultura corporal, a natação enquanto prática corporal esportiva possa ser lecionada, como um todo.

Segundo afirma *Moreno-Murcia e Pérez* (2022) no campo de ensino da Educação Física existe uma relevante necessidade de promover a educação aquática como eixo temático de ensino dentro da sua grade curricular. Inclusive, poderia ser abordada através do conteúdo Esporte, uma vez que as práticas corporais no meio líquido como a natação, o polo aquático, o nado artístico e o mergulho livre são considerados esportes (coletivo e individual) dentro de uma perspectiva pedagógica.

A promoção do ensino da natação, bem como de outras PCML iria permitir o acesso e aprendizado de práticas corporais, por vezes, inacessíveis pelo corpo discente. Além disso, oportunizou o conhecimento no campo teórico e prático sobre modelos de prevenção de acidentes aquáticos, contribuindo desse modo para que os números alarmantes de acidentes, principalmente na faixa etária que envolve crianças (de 1 a 9 anos) e adolescentes de (15 a 19 anos) possam cair consideravelmente. Dada a crescente preocupação e a urgência percebida, é crucial proporcionar ferramentas básicas de aprendizado voltadas para o autocuidado e o desenvolvimento

da autonomia em ambientes aquáticos. Logo, uma ferramenta eficiente seria o ensino de práticas corporais no meio líquido através das aulas de Educação Física escolar.

No Brasil, apenas 6,3 % das escolas municipais possuíam piscina em 2016, segundo dados do Suplemento de Esporte do Perfil dos Estados e Municípios Brasileiros, fornecidos pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2017). Tal grau, só alerta sobre a necessidade de implementação de políticas públicas tanto para viabilizar infraestrutura aquática para o desenvolvimento de aulas no âmbito escolar, como para proporcionar programas de capacitação aos professores do ensino básico, para que possam ofertar o ensino de práticas corporais no meio líquido.

Atualmente, são raros os países que não contemplam programas de ensino de natação para seus cidadãos, uma vez que à possibilidade de ensino impactará beneficentemente em vários fatores sociodemográficos relacionados ao bem-estar, a promoção da atividade física e saúde, a prevenção de acidentes aquáticos, entre outros atributos conforme reflete Lopes (2023, p. 43) na afirmação a seguir:

A maioria dos países se preocupa em oferecer ao menos a natação como uma PCNML aos seus cidadãos, o que nos leva a reflexão e a crença de que a forma mais eficaz para proporcionar a acessibilidade aos cidadãos brasileiros, seguindo o exemplo de alguns países, seria através da oferta gratuita no sistema público de ensino durante as aulas do componente curricular de EFE.

Poder alinhar a especificidade da Educação Física com sua função social exercida por meio da instituição escolar, sem sombra de dúvidas é um importante recurso para que conhecimentos significativos sejam oportunizados aos discentes, principalmente quando nos referimos aos da rede pública de educação básica, que possuem baixa renda e que na sua grande maioria, nunca obtiveram contato pedagógico com práticas corporais como a natação e outros esportes aquáticos.

Poder contar com o aprendizado de práticas corporais no meio líquido no contexto escolar, vai além de uma simples socialização de saberes, até então, distantes da realidade social dos discentes. É criar ambientes propícios para o desenvolvimento crítico, a valorização das diferenças e a fomentação da solidariedade, sempre incentivando a colaboração e a união de esforços na busca de uma sociedade mais igualitária e que proporcione oportunidades para que os sujeitos possam usufruir dos diversos conhecimentos historicamente produzidos pelo homem.

2.3 NATAÇÃO ENQUANTO COMPONENTE CURRICULAR NO ENSINO SUPERIOR

Pensar em Educação Física no Brasil nos remete a uma história repleta de desafios, quebra de paradigmas, crises de identidade, percalços, lutas por direitos, perdas, conquistas e, sobretudo, de resistência. Desde a chegada da Educação Física na sociedade brasileira aos moldes da cultura europeia, vem se notando ao longo do tempo o quanto a mesma vem resistindo para se manter presente nas bases curriculares educacionais sejam elas do ensino básico, bem como do ensino superior. Embora, esse elevado grau de resistência ao longo da história seja um motivo de honra para aqueles que apreciam e valorizam a Educação Física, na realidade, isto vem se configurando como um indicador de alerta, visto que, para algo estar constantemente em resistência é porque existe uma incessante ameaça acontecendo.

Durante o governo do Regime Militar especificamente no período da repressão, como estratégia para limitar o envolvimento dos estudantes universitários nas questões político sociais do país, sobretudo, visando promover a construção de um sujeito desprovido de consciência crítica frente aos diversos aspectos sociais do Brasil, a Educação Física foi instituída como disciplina obrigatória na grade curricular do Ensino Superior. Entretanto, após a promulgação da Lei Nº 9.394/96 — Lei de Diretrizes e Base da Educação (LDB, 1996), o ensino da Educação Física passou a ser optativo. Desde então, cabe às universidades do país a decisão se a disciplina irá fazer parte do programa de ensino ou será descartada (De Paula; Faria, 1998).

Diante a promulgação da LDB (1996), várias universidades nacionais passaram a questionar sobre a obrigatoriedade da Educação Física no ensino superior, haja vista que a nova afirmativa do parecer deixou dúvidas quanto à necessidade de ofertá-la. Vale salientar, que apesar da compreensão que a Educação Física se configura como um importante componente curricular a nível de graduação, sendo seu exercício de suma importância para o desenvolvimento profissional e humano dos discentes, assim como as demais disciplinas curriculares exercem entre os diferentes cursos de graduação, a maioria das instituições não foram favoráveis à obrigatoriedade letiva.

Nesse sentido, ao longo dos anos a questão da obrigatoriedade ou não da Educação Física no ensino superior vem sendo alvo de várias polêmicas. De um lado, críticos condenam a obrigatoriedade e o modo como a disciplina foi inserida através

do Decreto n. 69.450/7, do Art. 2º, já revogado, em que afirmava: “A educação física, desportiva e recreativa integrará, como atividade escolar regular, o currículo dos cursos de todos os graus de qualquer sistema de ensino” (Brasil, 1971). Já outros, compreendem que a obrigatoriedade é um fator positivo, desde que seja embasada numa pedagogia crítica, bem como pautada em interesses de resguardar o espaço corporativista de atuação do profissional de Educação Física (De Paula; Faria, 1998).

Perante a inquietude provocada entre as universidades e outras entidades educacionais, foi encaminhada pelo Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro (SPMR) ao Ministério da Educação (MEC), e ao Conselho Nacional de Educação (CNE) reflexões acerca da promulgação da Lei Nº 9.394/96, que trata da não obrigatoriedade da inclusão da disciplina de Educação Física no ensino superior, para que seja averiguado, conforme é possível observar em parte do parecer abaixo:

O Presidente do Sindicato dos Professores do Município do Rio de Janeiro, tendo em vista o Parecer CES 376/97, relativo à obrigatoriedade da oferta de Educação Física no ensino superior, encaminha a este Conselho as seguintes reflexões: 1) Do ponto de vista legal, à luz do art. 26 da LDB o parecer é perfeito; 2) Com relação à autonomia universitária, concordamos que cabe à Universidade estabelecer seus currículos; 3) Quanto ao conceito de Educação Integral, o parecer retrocede, pois nos dias de hoje, não se pensa a educação da mente dissociada do corpo. Trata-se de educar um cidadão uno e indivisível; 4) Temos que considerar também a Educação Física como uma atividade que previne doenças e promove a saúde, principalmente quando lidamos com jovens sedentários pelas facilidades da vida moderna; 5) Por último, mas não menos importante, num momento em que cresce o consumo de drogas e que vemos nossa juventude refém dos traficantes, torna-se imprescindível a prática de atividades físicas e desportivas, como um meio eficaz de combate às drogas. Neste sentido, queremos manifestar nossa preocupação com o parecer, que remete esta questão para as Universidades, pois, embora atendendo a aspectos legais, não faz justiça à educação de nossa juventude como maior patrimônio de nossa nação” [...] II - VOTO DA RELATORA: Considerando o exposto, sou de Parecer que cabe às Instituições de Ensino Superior decidirem sobre a oferta ou não de Educação Física, nos seus cursos de graduação.” II – VOTO DO RELATOR: É louvável a preocupação da entidade com a formação integral dos nossos jovens. Todavia, entende o Relator que não cabe a este Conselho instituir uma obrigatoriedade quando a própria Lei 9.394/96 não o fez. É o parecer. Brasília–DF, 23 de novembro de 1999 (MEC, 1999, p.2).

Através das reflexões sugeridas pelo Sindicato dos Professores do Município do RJ ao MEC, através do CNE e homologado pela Câmara de Educação Superior, é observado, de fato, como o trato do conhecimento da Educação Física muitas das vezes sofre com restrições vindas das próprias Instituições de Ensino. Ora, seja por não querer ofertá-la, devido a não obrigatoriedade (o caso das instituições de ensino superior), bem quando é abordada de forma aleatória, sem intenção pedagógica e

sem base teórica-metodológica no ensino básico e, principalmente, quando é submetida às leis que denigrem seu real valor à educação e a sociedade, a exemplo, das propostas curriculares para a Educação Física baseadas no Novo Ensino Médio.

Após a não obrigatoriedade da Educação Física no ensino superior, várias instituições decidiram não ofertá-la, o que de certa forma impacta a prática de algumas modalidades esportivas, já que ao analisar a história da Educação Física no Ensino Superior, é observado que a inserção desse componente na grade curricular tinha a intenção de proporcionar o ensino de práticas esportivas, principalmente as mais conhecidas como o futebol, basquete, vôlei, natação e o atletismo, assim como possuía o objetivo de controlar o tempo ocioso dos estudantes (Rodrigues, 2016).

Em seguida, (Rodrigues, 2016) faz uma crítica à oferta das práticas esportivas desassociadas de uma intencionalidade pedagógica, ao afirmar que: dentro do conjunto de práticas esportivas propostas aos discentes dos diferentes cursos de graduação, a disciplina de Educação Física perdeu sua essência acadêmica, evoluindo desse modo para uma atividade física centrada na promoção do talento esportivo. Isso é bastante notável quando nas universidades são organizados os diversos campeonatos que têm como foco principal o esporte de rendimento.

Uma das modalidades esportivas ofertadas no ensino superior é a natação, seja ela oferecida através dos cursos de bacharelados e licenciaturas lecionada perante a disciplina de natação ou através da disciplina de Educação Física nas poucas universidades que ainda há oferta. Quando relacionada ao componente curricular dos cursos de Educação Física a disciplina de Natação assume uma relevância significativa, pois possibilita aos acadêmicos a aquisição de competências para serem exercidas durante a atuação profissional, neste caso, a função de professor de EF no âmbito escolar ou atuar enquanto bacharel (Almeida, 2010).

Ainda conforme afirma (Almeida, 2010) além de oferecer uma base teórica robusta, a ênfase recai na reflexão sobre a prática como uma investigação pedagógica, capacitando os acadêmicos a desenvolverem aulas de natação e adquirirem competências cruciais para sua futura atuação profissional. Haja visto, que legitimar uma prática esportiva implica apresentar argumentos sólidos para respaldar

sua permanência no currículo. A validação de uma disciplina está diretamente ligada ao papel que a sociedade atribui a ela em uma determinada época (Bracth, 1992).

Nos cursos de graduação principalmente quando relacionada a licenciatura, a disciplina de natação, metodologia dos esportes individuais, práticas aquáticas, entre outras nomenclaturas, é constituída de um vasto sentido político e pedagógico, embora, várias instituições de ensino prezam pelo ensino voltado somente para o aprendizado prático. Tal sentido político e pedagógico, me faz refletir sobre a dicotomia existente entre o processo de ensino e aprendizagem referente entre o ensino superior e o básico. Haja visto, que se o objetivo da disciplina é formar um profissional habilitado para ensinar a natação no ambiente escolar, quando formado, levando em consideração o contexto estrutural de uma escola de rede pública, ficam os seguintes questionamentos: como será tratado pedagogicamente o ensino? onde as aulas serão desenvolvidas? quais metodologias de ensino serão utilizadas?

Para responder aos questionamentos citados acima, recorro a Araújo Júnior (1993, p. 32), quando afirma que a formação inicial possui três funções importantes:

preparar os futuros professores para exercerem a docência, garantir a licença para o exercício do magistério e contribuir na transformação da Educação e socialização de uma cultura. Por isso, ao oferecer uma formação atenta às contradições da sociedade, o docente poderá organizar o conhecimento relativo ao conteúdo Natação a partir de uma visão contextualizada e crítica acerca dos conteúdos da Educação Física na escola.

Araújo Júnior (1993) ressalta ainda que grande parte dos programas acadêmicos nas universidades estão atualmente voltados para a especialização e colocam uma ênfase significativa no desempenho. Estas considerações acabam impactando não apenas na formação inicial e continuada, mas também na maneira como esses conhecimentos são aplicados na prática pedagógica no contexto escolar.

Outro fator citado por Araújo Júnior (1993) relacionado à formação docente através da oferta da disciplina de natação no ensino superior, é a escassez de trabalhos que discutem a formação para o ensino da natação na escola. Isso ressalta a importância de ampliar as pesquisas sobre o ensino e a incorporação desse conteúdo nos cursos de graduação. Cujo objetivo seria capacitar os futuros docentes para que possam desenvolver abordagens escolares eficazes, promovendo uma melhor preparação de aulas levando em consideração o ambiente educacional.

No contexto universitário quando ofertada pela disciplina de Educação Física, a natação chega ser bastante requisitada e, isso, me faz refletir sobre duas hipóteses: a primeira está relacionada ao valor simbólico associado ao bem-estar, lazer e o desejo de aprender a obter o domínio corporal sobre a água possibilitado pelo aprendizado da natação; a segunda hipótese, refere-se ao fator político e socioeconômico que impossibilita vários discentes do ensino superior, os quais anteriormente também foram inviabilizados durante o ensino básico, de usufruir do aprendizado de práticas corporais no meio líquido, como é o caso da natação.

Entretanto, mesmo com tantos benefícios proporcionados pela atividade física através do ensino da Educação Física, poucas instituições públicas de ensino, de nível superior no Brasil ofertam para as suas comunidades acadêmicas, principalmente após a promulgação da Lei Nº 9.394/96, que trata da não obrigatoriedade da inclusão da disciplina de Educação Física no ensino superior. Logo, ressalto, sobre a importância da UFRPE, haja visto ser uma das poucas universidades no País, que promovem o ensino da EF como requisito para os cursos diurnos de graduação.

2.4 METODOLOGIAS DE ENSINO DA NATAÇÃO

No contexto de ensino da natação existem correntes pedagógicas que atuam como parâmetros teóricos na formulação de metodologias de ensino. Ao longo da história, precisamente entre o período moderno ao contemporâneo, na medida em que a prática esportiva da natação evoluiu foram surgindo também diferentes métodos de ensino fundamentados nessas correntes pedagógicas, que atualmente perpetuam em diferentes instituições sociais de ensino sejam elas escolas, clubes, universidades, projetos sociais, entre outras. Tais correntes de ensino são classificadas como: concepção global, concepção analítica e a concepção sintética ou moderna de ensino.

De acordo com Lima (1999), as concepções pedagógicas no ensino da natação foram epistemologicamente fundamentadas com base nos estudos de Piaget, Pavlov, Thorndike e Gestalt. A proposta de uma fundamentação epistemológica alinhada aos respectivos teóricos mencionados, tem como principal objetivo organizar e otimizar o pensamento, além de sistematizar o processo de ensino na natação. Essa abordagem visa adaptar as concepções pedagógicas às metodologias existentes, influenciando,

dessa forma, na prática pedagógica empregada pelo educador no processo de ensino.

Conforme destaca Lima (1999), Piaget teorizou o desenvolvimento humano em quatro estágios: sensório-motor, pré-operacional, operações concretas e operações formais. Pavlov propôs a teoria do condicionamento clássico, no qual o sujeito responde a um estímulo condicionado, enquanto Thorndike introduziu o método do erro e acerto com ênfase na motivação. A abordagem da Gestalt prioriza o aprendizado integral, considerando o todo e simplificando o ensino no geral.

Relacionando cada teoria do conhecimento às concepções de ensino da natação foi identificado que tanto a concepção sintética quanto analítica possuem pressupostos teóricos alicerçados nas ideias de Piaget e Pavlov. Por outro lado, a concepção moderna de ensino da natação é embasada na teoria de Thorndike e na abordagem de Gestalt. Este fator, acabou influenciando na formulação de cada concepção de ensino, ou seja, cada corrente pedagógica possui características próprias e uma abordagem metodológica a ser aplicada através da prática docente.

Segundo Catteau e Garoff (1990), a concepção global, embora seja a mais primitiva das três mencionadas, ainda persiste em ambientes que incentivam a prática da natação. Esta abordagem é fundamentada no instinto, no inato e no espontâneo, sendo uma atividade empírica e autodidata para o indivíduo. Nela, o indivíduo, de maneira voluntária e sem se preocupar com método ou organização, começa a experimentar formas de movimento que o levam a nadar. Basicamente, se trata de uma concepção de ensino bem rudimentar, haja visto, que de certa forma não aplicam os conhecimentos proporcionados pelas teorias cognitivas da aprendizagem.

No entendimento de Machado (1978), a abordagem global não leva em consideração quaisquer preocupações relacionadas a métodos ou estruturas organizadas de aprendizagem. Essa abordagem se limita à observação e execução de movimentos, sem a influência de processos fragmentados ou direcionados de ensino. Em outras palavras, ela está alinhada a uma perspectiva intuitiva, caracterizada pela intervenção mínima do professor, focando na ideia de experimentação e aprendizado por meio da associação entre tentativa, erro e acerto.

Diante das reflexões de Catteau e Garoff (1990) e Machado (1978), é possível perceber uma proposta pedagógica que desafia as convenções tradicionais ao

desconsiderar a ausência de métodos estruturados baseando-se na observação e experimentação. Não obstante, é uma concepção de ensino que em compensação privilegia a autonomia do aprendiz ao minimizar a intervenção docente. Embora, não possua uma estrutura formal, essa concepção levanta questionamentos relacionados aos padrões educacionais convencionais, apontando para caminhos alternativos principalmente no que se refere à autonomia do sujeito no meio líquido.

De maneira oposta a corrente de ensino global, a concepção analítica de ensino prioriza, acima de tudo, a preocupação com um método de aprendizagem desde o início. A corrente analítica adota um conceito pedagógico, apresentando uma tentativa metodológica organizada de ensino, formas coletivas de trabalho sob o comando do professor e esforço para dividir as dificuldades e abordá-las sucessivamente. A introdução da aprendizagem se dá através da demonstração do educativo para o aluno onde o ensino é realizado a partir do fracionamento dos nados ensinando parte do gesto motor para que assim seja construído o movimento final, tomando como base o movimento totalmente eficaz (Catteau; Garoff, 1990).

De acordo com Machado (1978) essa concepção se destaca pela compreensão das partes como um caminho para atingir o todo. Basicamente, ela se fundamenta na busca por uma sequência lógica, fundamentada na fragmentação do conteúdo, seguindo uma série organizada de exercícios e tarefas. Tal abordagem, visa facilitar o processo de aprendizagem e se alinha, de maneira consistente, aos princípios da teoria Pavloviana do Condicionamento Clássico, que se refere ao processo de associar uma resposta automática a um estímulo que inicialmente era neutro.

Essa concepção é utilizada amplamente no ensino da natação, se destacando pelo ensino sobre etapas (fragmentação) e pela busca do aprimoramento técnico em direção a um padrão considerado ideal. Seu objetivo não é somente desenvolver uma técnica adaptada individualmente ao nadador, mas sim reproduzir modelos biomecânicos mais eficazes com ênfase na performance do nado. Entre as três correntes pedagógicas citadas anteriormente, a concepção analítica foi a primeira a adotar uma lógica temporal de ensino a partir do aprendizado de alguns fundamentos básicos como a adaptação ao meio líquido, a respiração, o equilíbrio e a propulsão.

Passando a abordar sobre a concepção sintética ou moderna de ensino da natação, podemos observar que a mesma utiliza elementos pedagógicos da

concepção global e analítica. Embora, seja uma corrente de ensino que veio quebrar com os paradigmas tecnicistas, tradicionais e que não compreendem a relação ser humano e meio líquido na sua totalidade. Ou seja, trata-se de uma concepção de ensino onde fatores extras ao aprendizado técnico são levados em consideração.

A concepção moderna fundamenta-se na compreensão de que nadar significa conseguir sustentar-se ou deslocar-se no meio líquido com controle autônomo da respiração, equilíbrio e propulsão. No entanto o praticante precisa resolver os problemas impostos ao equilíbrio, respiração e propulsão, durante o aprender nadar, a solução dos problemas é encarada de forma que o aluno é considerado um ser pensante, que possui capacidades e limitações mecânicas, biológicas e psicológicas.

A corrente moderna, basicamente, é uma reação contra a fragmentação e o tecnicismo da corrente analítica, partindo do pressuposto que o aprendizado deve ocorrer diretamente na água e adota elementos comuns entre todas as formas de nado como a base do aprendizado: as unidades de equilíbrio, de respiração e de propulsão. Baseando-se na corrente psicológica da Gestalt, essa perspectiva adota uma definição contrária à abordagem analítica (Fernandes; Costas, 2006).

Como destacado anteriormente, no contexto pedagógico da natação existem concepções ou correntes de ensinamentos fundamentadas em teorias do desenvolvimento e da aprendizagem que são referências epistemológicas, teóricas e conceituais na formulação de metodologias de ensino da natação. Essas propostas metodológicas foram evoluindo ao longo do tempo, levando em consideração os aspectos da individualidade biológica e biomecânicos de aprendizado dos nados, como também pedagógicos e motivacionais. Na contemporaneidade existem diversas abordagens metodológicas que fundamentam a prática pedagógica docente no contexto de ensino da natação sejam elas de caráter competitivo, educacional ou de práticas de lazer.

De acordo com Bonacelli (2004) a pedagogia da natação começou a se desenvolver, em meados de 1797 através dos estudos do italiano De Bernardi, o qual propôs um método de ensino baseado no aprendizado da flutuação sem o auxílio de materiais, que segundo o autor desestimularam os discentes. Desde então, diversas abordagens metodológicas têm se difundido, abrangendo objetivos variados. Destacam-se entre elas as metodologias desenvolvidas por Hermann (1914),

Wiessner (1925), Catteau e Garoff (1968), Machado (1978), Counsilman (1980), Freudenheim (2003) e, por conseguinte, a de Fernandes e Costa (2006).

Em relação a Hermann Ladebeck, este pesquisador, em 1914 desenvolveu um método de ensino para iniciantes, cujo objetivo está essencialmente no aprendizado relacionado à adaptação ao meio líquido. Segundo Bonacelli (2004, p. 85) "os exercícios compreendiam: saltos, saídas, movimentos de pernadas em decúbito dorsal". Por conseguinte, em 1925, logo após o término da Primeira Guerra Mundial, Kurt Wiessner propôs uma nova abordagem de ensino da natação baseado nos métodos da ginástica natural. Este método foi aplicado através das aulas de Educação Física escolar na Alemanha, onde basicamente os exercícios correspondiam ao aprendizado da autoconfiança, dos jogos aquáticos e de exercícios coletivos utilizando a concepção global de ensino como aporte teórico (Fernandes; Costa, 2006).

No ano de 1968 pela primeira vez na história da natação, um método de ensino foi desenvolvido através dos conhecimentos advindos da psicomotricidade.

Em 1968 o método de Catteau & Garoff foi desenvolvido na França com forte influência da psicomotricidade, com objetivos educativo e utilitário. O tipo de ensinamento era analítico/progressivo e numa piscina com pouca profundidade. A atividade deveria se iniciar a partir dos 6 ou 7 anos de idade, e os fundamentos básicos eram: equilíbrio, respiração e propulsão. O método também era usado para competição. Utilizava material para auxiliar no aprendizado da respiração, flutuação e propulsão. (Fernandes; Costa, 2006, p. 27).

Os autores denominaram os fundamentos básicos de "Trama da Natação" afirmando que os três componentes da trama são interdependentes. Desse modo, precisam ser trabalhados de forma simultânea, priorizando sempre à aprendizagem do controle do corpo na água, para posteriormente trabalhar as técnicas de propulsão simultaneamente com o desenvolvimento da respiração. O método desenvolvido por Catteau e Garoff foi bastante difundido no mundo, atualmente ele ainda continua sendo bastante inserido nos programas de ensino da natação como um todo.

De acordo com Bonacelli (2004), nos anos 70, no Brasil, uma perspectiva inovadora começou a surgir, marcada pela publicação do professor David C. Machado, autor de um dos primeiros livros sobre natação, intitulado "Metodologia da Natação". Ele destacou a adaptação ao meio líquido, anteriormente negligenciada, como um fator crucial para o aprendizado da natação. A metodologia desenvolvida

por Machado contempla o ensino das seguintes etapas: adaptação ao meio líquido, respiração, flutuação, propulsão e aprendizagem da virada olímpica e do mergulho. Vale salientar, que a metodologia desenvolvida por Machado foi utilizada como base metodológica na formulação do programa de ensino proposto neste projeto.

Por conseguinte, outra obra bastante renomada no contexto de ensino brasileiro pertence à Counsilman, segundo afirma Lima (1999, p. 43):

A tradução para o português da obra "A Natação: ciência e técnica para a preparação de campeões" de James E. COUNSILMAN no ano de 1980, o original data de 1968, representou um grande avanço tanto no aspecto "do que ensinar", já que trazia descrições detalhadas à época da mecânica dos quatro estilos de nado. O "Doc Counsilman" é considerado o Pai da Ciência da Natação.

Na atualidade, é possível observar uma notável prevalência, no contexto da Educação Física, dos métodos desenvolvidos por Machado e Counsilman. Apesar das duas abordagens marcar uma nova proposta metodológica de ensino, fundamentadas na concepção moderna de ensino da natação, ambas abordagens possuem forte tendência desportiva, restringindo-se ao ensino dos quatro estilos formais de natação. Em seguida, Freudenheim, em 2003, inovou ao adotar o conceito de "nadar" em vez de "natação", explorando várias formas de flutuação e deslocamento na água, incluindo estilos competitivos. Essa abordagem contribui para uma pedagogia da natação que direciona as dimensões biológica, psicológica e social do ensino, transformando o professor em orientador e o aluno no agente ativo do aprendizado.

Finalizando, Fernandes e Costa (2006, p. 19) afirmam que uma proposta metodológica ideal para o ensino da natação, seria aquela que contemple "uma possibilidade de uma abordagem que privilegie a interação dinâmica entre os elementos organismo-ambiente-tarefa". Segundo os autores, para viabilizar uma abordagem pedagógica eficaz na natação, é necessário transcender o mero cumprimento de tarefas, fazendo com que o indivíduo compreenda o que está fazendo e para que está fazendo. Nesse sentido, essa abordagem visa aprofundar o entendimento da natação começando pela adaptação do indivíduo ao meio líquido e abraçando todas as possibilidades de movimento na água. O objetivo é proporcionar experiências abrangentes que vão desde o lazer à promoção da saúde, sempre utilizando uma abordagem de ensino que permita um aprendizado mais holístico da natação, não dando ênfase somente ao aprendizado meramente técnico dos nados.

3 METODOLOGIA DA PESQUISA

De acordo com Pereira (2018, p. 47) a metodologia engloba todos os “procedimentos essenciais para a execução da pesquisa, abordando elementos como o tipo de pesquisa, a base teórica, as ferramentas e técnicas utilizadas, assim como a localização temporal e espacial do objeto em análise”. Nesse sentido, este capítulo objetiva descrever os pressupostos teóricos e os procedimentos metodológicos utilizados para atingir os objetivos deste trabalho. No decorrer do capítulo, serão apresentados os métodos e os tipos de pesquisa, a abordagem escolhida para o tratamento das informações, bem como a técnica de coleta de dados e o público-alvo.

Com o intuito de atender os objetivos estabelecidos no trabalho, o método escolhido foi o indutivo. Conforme afirma Pereira (2018) é o método onde o pesquisador pressupõe que o conhecimento é derivado da experiência. Nesse contexto, as generalizações são formadas a partir da observação de casos reais e concretos, elaborados através de situações individuais específicas. Dessa maneira, através de observações e análises realizadas *in loco*, ou seja, baseada na minha prática pedagógica construída ao longo do programa de monitoria, pude compreender que a escolha do método indutivo me permitia identificar, analisar e aplicar soluções eficazes para atender as demandas de aprendizado de cada discente e, por conseguinte, formular um programa de ensino que atendesse as demandas coletivas das turmas do componente curricular em questão a Educação Física A – Natação.

Em relação aos recursos adotados para desenvolver o método proposto no projeto, foram necessários a utilização dos seguintes elementos: pesquisa aplicada com abordagem qualitativa, de objetivo exploratório; quanto aos procedimentos técnicos para coleta de dados, foram adotadas a pesquisa bibliográfica e também a pesquisa-ação. Desse modo, nota-se, que para o desenvolvimento do projeto foi utilizada uma abordagem metodológica diversificada, incorporando elementos bibliográficos, exploratórios, participativos, qualitativos e de campo como um todo.

De acordo com Gil (2007) a pesquisa aplicada tem como objetivo a busca por novos conhecimentos, com implicação prática para resolver problemas ou lidar com situações reais e específicas. Enquadram-se os trabalhos executados com a finalidade de adquirir novos conhecimentos com vistas ao desenvolvimento. A escolha

pela pesquisa aplicada fundamentou-se na viabilidade tanto da elaboração quanto da implementação do programa de ensino. Essa escolha permitiu a adoção de uma nova abordagem didático-metodológica para o ensino da natação, visando enriquecer o processo de ensino e aprendizagem dos alunos. Além disso, a proposta procurou apresentar uma alternativa de ensino distinta daquela já empregada pelo professor.

A escolha da abordagem qualitativa para esta pesquisa, decorre da atenção dedicada à exploração de aspectos da realidade que não podem ser facilmente quantificados. De acordo com Minayo (2014) essa abordagem concentra-se no universo dos significados sociais, das motivações, aspirações, crenças, valores e atitudes. Na construção do programa de ensino para a disciplina foram elencados alguns fatores que não se limitam a quantificação e uso da técnica. A exemplo, fatores que facilitam e dificultam o aprendizado dos discentes, como: nível de capacidade física; profundidade da piscina; relação professor-aluno; relação com colegas de turma; relação com a imagem corporal; medo e traumas ocorridos na água; entre outros elementos que devem ser tratados pedagogicamente no ensino da natação.

Quanto ao objetivo geral trata-se de uma pesquisa exploratória. Porquanto, foi necessário realizar levantamentos bibliográficos relacionado as temáticas de estudos centrais deste trabalho, dado que, é um tipo de pesquisa que envolve maior familiaridade com o objeto que está sendo investigado, permitindo o emprego de diferentes técnicas de coleta de dados como: “revisão de literatura, entrevistas não estruturadas, grupos focais, observações e questionários abertos” (Gil, 2007, p.26).

3.1 TIPOS DE PESQUISA

Em relação aos procedimentos técnicos utilizados na coleta de dados da presente pesquisa, destacam-se: a pesquisa bibliográfica e a pesquisa-ação. Em primeiro plano, a pesquisa bibliográfica permitiu um maior aprofundamento das temáticas pesquisadas pois fundamenta-se em referências teóricas já publicadas:

A pesquisa bibliográfica é feita a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos e páginas de web sites. Qualquer trabalho científico inicia-se com uma pesquisa bibliográfica, que permite ao pesquisador conhecer o que já se estudou sobre o assunto [...] (Fonseca, 2002, p.32).

Para a realização da pesquisa bibliográfica foi necessária a realização de pesquisas com a utilização de descritores em algumas plataformas, sendo elas a Scielo, o Portal de Periódicos da Capes e a Lilacs. Por conseguinte, foram utilizados os seguintes descritores: esporte and cultura corporal; educação física and ensino superior; natação; metodologia de ensino da natação e pedagogia do esporte.

A partir dos resultados obtidos, explorei diversos artigos, o que motivou a criação de critérios para inclusão e exclusão. Assim, foram incorporados ao estudo os artigos, dissertações e teses que abordam os conteúdos previamente destacados, enquanto foram excluídos aqueles que não se alinham com a temática proposta. A pesquisa bibliográfica foi realizada com ênfase no aprofundamento do conhecimento, visando fundamentar a elaboração do programa de ensino. Dessa maneira, ressalto, que neste projeto específico a discussão detalhada dos artigos não se fez necessária.

Quanto a aplicação da pesquisa-ação, por sua vez, essa se configura como o principal procedimento técnico de coleta de dados da presente pesquisa. De acordo com Tripp (2016), a pesquisa-ação visa proporcionar aos sujeitos envolvidos na pesquisa, sejam eles pesquisadores ou participantes, os meios necessários para abordar os problemas que enfrentam de maneira mais eficaz, fundamentada em ações transformadoras. Este método como um todo, vem facilitando a busca por soluções aos desafios enfrentados pelos participantes, uma área na qual, a abordagem convencional de pesquisa muitas vezes não tem obtido grande êxito.

Na concepção de Thiollent (1986, p. 14) a metodologia da pesquisa-ação engloba alguns elementos distintos daqueles encontrados em tipos de pesquisas mais tradicionais, cuja interação entre pesquisador e pesquisados é praticamente nula.

[...] é um tipo de pesquisa social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo. Numa pesquisa convencional não há participação dos pesquisadores junto com os usuários ou pessoas da situação observada. Além disso, sempre há uma grande distância entre os resultados de uma pesquisa convencional e as possíveis decisões ou ações decorrentes.

Nesse sentido, a criação do programa de ensino para a disciplina de Educação Física A – Natação foi resultado de uma colaboração integrada, iniciada a partir do estudo de bases teóricas sólidas e se desenvolveu no contato constante com os

discentes da disciplina. Esse contato entre monitor (pesquisador) e discente (sujeito pesquisado), só foi possível através da aplicabilidade algumas técnicas de coletas de dados específicos do âmbito da abordagem qualitativa e da pesquisa-ação, a saber: diários de campo; observação direta e participante; roda de diálogos em grupos; análise colaborativa do processo de ensino e aprendizagem; ação, avaliação e reflexão contínua desenvolvida a partir do feedback do grupo participante.

Segundo Thiollent (1986) a pesquisa-ação se caracteriza por intercalar dois tipos de objetivos, sendo eles o prático e teórico (de conhecimento). O objetivo prático possui a finalidade de levantar soluções e possibilidades de ações ao objeto de estudo. Por outro lado, o objetivo teórico tem como propósito adquirir informações e aprofundar a compreensão teórica no âmbito científico. Estes objetivos destacam que a pesquisa-ação não se limita à ação prática, inclui também a produção de conhecimento, a discussão, reflexão-ação e o debate das situações analisadas.

Desse modo, o objetivo prático do projeto estar associado a construção de um plano de ensino composto por 43 planos de aulas que envolvem os conteúdos da adaptação ao meio líquido, respiração, flutuação, propulsão, virada olímpica, mergulho elementar e jogos e brincadeiras aquáticas, fundamentados na Metodologia de Ensino da Natação de Machado (1978) e Fernandes e Costa (2006), e na Abordagem Crítico Superadora de Ensino da Educação Física (Coletivo de Autores, 1992). O objetivo teórico (de conhecimento) condiz com a pesquisa bibliográfica desenvolvida para a formulação do programa de ensino, como também está associado nas observações diretas, observações participativas, nas experiências e nas intervenções pedagógicas construídas ao longo do programa de monitoria.

Thiollent (1986) apresenta um roteiro como ponto de partida para organizar a realização de uma pesquisa social do tipo pesquisa-ação. Importante ter a clareza que o roteiro proposto é flexível e que sua aplicação dependerá de cada situação. O roteiro é composto pelos seguintes temas, os quais serão, brevemente, expostos:

1. Fase exploratória;
2. o tema da pesquisa;
3. a colocação dos problemas;
4. o lugar da teoria;
5. hipóteses;
6. seminário;
7. campo de observação, amostragem e representatividade;
8. coleta de dados;
9. aprendizagem;
10. saber formal/saber informal;
11. plano de ação;
12. divulgação externa e reflexão sobre a ação.

4 SISTEMATIZAÇÃO DO CONHECIMENTO DA NATAÇÃO NO PROGRAMA DE MONITORIA

4.1 PROGRAMA DE MONITORIA

O programa de monitoria é considerado um dos pilares de apoio à formação profissional dos discentes de graduação da Universidade Federal Rural de Pernambuco. De acordo com a Resolução 262/2001 da Pró Reitoria de Ensino de Graduação (PREG) da universidade, os principais objetivos da monitoria são proporcionar aos estudantes o gosto pela carreira docente, à pesquisa e extensão universitária, estimular a cooperação entre o corpo discente e docente nas atividades de ensino, além de estimular o desenvolvimento de habilidades que favoreçam o discente na sua prática de ensino e sobretudo na iniciação à docência (PREG, 2001).

De acordo com a Pró-Reitoria de Ensino de Graduação (2022) a seleção, admissão e exercício das atividades de monitor são orientados e supervisionados, no âmbito da UFRPE, pela Coordenação Geral de Cursos de Graduação (CGCG) da PREG. Vale salientar que à atividade de monitoria apesar de não gerar vínculo empregatício, previdenciário ou estatutário com a UFRPE os monitores podem receber uma bolsa (monitores bolsistas) ou não receber bolsa (monitores voluntários). O período de monitoria iniciará no ato de assinatura do termo de compromisso e sempre será encerrado ao completar 2 anos de contrato como um todo.

Para participar do processo seletivo do programa de monitoria, segundo o Regulamento Geral da Graduação, estabelecido pela UFRPE, o discente deverá possuir alguns pré-requisitos gerais para concorrer à seleção, sendo eles:

[...] 1.– ser aluno/aluna regularmente matriculado nos cursos regulares de graduação da UFRPE do campus Dois Irmãos/Sede; 2. – ter concluído a disciplina/componente curricular objeto do pleito (comprovadamente), com média igual ou superior a sete (7); 3. – possuir um coeficiente de rendimento superior a 5 (cinco); 4. – ter disponibilidade de tempo de 12h semanais para as atividades do componente curricular, cuja vaga está concorrendo (UFRPE, 2022, p.73).

Desse modo, é perfil do discente candidato ao exercício de monitor possuir um bom coeficiente de rendimento, um histórico acadêmico de boa conduta, ser assíduo e obter tempo suficiente para desenvolver as demandas acadêmicas da monitoria. Conforme estabelecido pelo Art. 373., do Regulamento Geral da Graduação (UFRPE,

2022) os monitores deverão cumprir as seguintes determinações: I - Apoiar os docentes na delegação de tarefas realizáveis por estudantes que tenha obtido aprovação nos respectivos componentes curriculares; II - Orientar os discentes em diversas atividades, como trabalhos de laboratório, pesquisas em biblioteca, trabalhos de campo, e outras atividades compatíveis com seu nível de conhecimento e experiência nos componentes curriculares correspondentes; III - Estabelecer uma ponte entre docentes e discentes, com o objetivo de otimizar a harmonia entre a execução dos programas e o desenvolvimento natural do processo de aprendizagem; e IV - Participar ativamente de projetos que promovam a aplicação prática e/ou experiências relacionadas aos conteúdos programáticos das respectivas disciplinas.

Conforme a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (1996) em seu registro de Lei nº. 9.394/1996, artigo 84, estabelece que os "discentes da educação superior poderão ser aproveitados em tarefas de ensino e pesquisa pelas respectivas instituições, exercendo funções de monitoria, de acordo com seu rendimento e seu plano de estudos". Além disso, o Conselho Nacional de Educação (CNE) em seu parecer 776/97, aprovado em 03/12/1997, institui que as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN) para os cursos de graduação devem contemplar condições de exercício profissional e de produção do conhecimento, permitindo variados tipos de formações e habilitações diferenciadas em um mesmo programa de ensino.

Como citado anteriormente, a monitoria exerce uma grande importância na formação dos discentes, pois viabiliza o contato com o universo da docência, da pesquisa e sobretudo proporcionar novas perspectivas profissionais. Aqui é destacado, as principais razões pelo qual o programa de monitoria é vital para o ambiente universitário: elevação do desempenho acadêmico; facilitação da compreensão de conteúdo; redução das taxas de reprovação; desenvolvimento das habilidades de ensino; criação de uma comunidade acadêmica integrada e coesa; ferramenta de retenção de alunos; desenvolvimento de habilidades de liderança.

Dentro do Programa de Monitoria oferecido pela UFRPE, destaco a monitoria referente à disciplina de Educação Física A — Natação, objeto de estudo e intervenção deste trabalho. A qual contribuí enquanto monitor bolsista durante 2 anos (outubro de 2019 à dezembro de 2021) e, por conseguinte, fui monitor voluntário entre fevereiro de 2022 à outubro de 2023 encerrando desse modo meu ciclo na disciplina.

4.2 COMPONENTE CURRICULAR EDUCAÇÃO FÍSICA A – NATAÇÃO

A disciplina de Educação Física A, é um componente curricular obrigatório para os cursos diurnos de graduação da Universidade Federal Rural de Pernambuco. A mesma possui 30 h práticas e oferta modalidades esportivas que ficam a critério de escolha do discente. O propósito fundamental desta disciplina é proporcionar aos alunos de graduação experiências enriquecedoras na prática esportiva, visando estimular tanto suas atividades físicas quanto psicológicas e sociais. Buscamos instigar o desenvolvimento do hábito regular de realizar exercícios, com a finalidade de preservar e aprimorar a qualidade de vida dos participantes (PREG, 2001).

De acordo com o artigo 3º, com o intuito de atender às disposições do artigo 2º, desenvolvidos pelo Conselho de Ensino, Pesquisa e Extensão (CEPE, UFRPE, 1998), esclarece que cabe ao Núcleo de Educação Física e Desportos a responsabilidade de estruturar a disponibilidade da disciplina, contemplando modalidades e turmas previamente determinadas. Tal organização, deve incluir informações sobre os dias, horários e locais de realização, levando em consideração a capacidade de ocupação dos espaços, o corpo docente disponível e os recursos materiais existentes. Ademais, é incumbência do Núcleo estabelecer as demais normas técnicas e operacionais a serem seguidas pela comunidade acadêmica.

Nesse sentido, a disciplina oferece algumas práticas corporais que podem variar de acordo com o semestre letivo, às pretensões de ensino dos docentes e do Departamento de Educação Física (DEFIS). Dentro das suas especificidades, o componente curricular Educação Física A oferece algumas práticas corporais que ampliam o leque de possibilidades dos discentes de conhecer e praticar atividades físicas, as quais, muitas das vezes, se tornam inacessíveis devido ao grande custo de mercado, como exemplo: o treinamento de força (musculação), o treinamento funcional, as danças, os jogos esportivos de salão, o atletismo e a natação.

Em relação à disciplina de Educação Física A — Natação, está, por sua vez, possui uma grande importância para a comunidade acadêmica da Universidade Federal Rural de Pernambuco. Visto que, a natação é uma modalidade esportiva que apresenta um diferencial em comparação as outras modalidades ofertadas na UFRPE, ou seja, ela é desenvolvida no ambiente aquático. Entre os benefícios

proporcionados pela disciplina, destacam-se principalmente: o aprendizado de uma modalidade esportiva aquática; ser acessível às diversas faixas etárias; a melhora do condicionamento físico; estimula à adoção de hábitos saudáveis; proporciona também a redução do estresse, da ansiedade e ajuda na qualidade do sono como um todo.

Com base nos aspectos descritos acima, a disciplina de Educação Física A – Natação se torna bastante requisitada pela comunidade discente da UFRPE. Fator analisado através da minha participação no programa de monitoria sobre a supervisão do Professor Dr. Rafael Miranda Tassitano, o qual é integrante do quadro funcional de docentes do DEFIS, sendo professor Adjunto IV e membro titular do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos, mas que atualmente se encontra em licença.

Para o desenvolvimento da modalidade esportiva da natação, se faz necessário utilizar o núcleo de atividades aquáticas da Universidade Federal Rural de Pernambuco, onde está localizada a piscina da Instituição. A estrutura é composta por uma Piscina Semiolímpica para aprendizado e prática de natação, com dimensões de 25,00 m de comprimento e 16,20 m, largura e 1,90 m de profundidade, com seis raias de 27 cm cada. O núcleo também conta com dois vestiários (masculino/feminino), sala administrativa e depósito de materiais onde ficam alocados diversos instrumentos de trabalho como pranchas, pull buoy, espaguetes, bolas, arcos, entre outros. Tal como, os materiais utilizados para a limpeza e manutenção da piscina. (PPC; UFRPE, 2010).

Portanto, é através do núcleo de atividades aquáticas da universidade, que ocorrem às aulas referente a disciplina de Educação Física A – Natação. Local este, em que desempenhei a função de monitor e aprimorei a minha formação teórico-prática; contribuir no processo de ensino e aprendizado dos discentes da disciplina; estabeleci uma efetiva parceria com o professor, o que contribuiu para a minha formação docente; bem como, fui incentivado a realizar pesquisas colaborativas e produções acadêmicas baseadas em experiências práticas ocorridas ao longo do programa de monitoria. Uma dessas pesquisas acabou resultando no desenvolvimento de uma proposta didático-metodológica de ensino da natação para a disciplina, fundamentada na corrente moderna de ensino da natação e baseadas nas propostas metodológicas desenvolvida por Machado e Fernandes e Costa. A produção acadêmica ainda consta com a elaboração de um Plano de Ensino e 43 Planos de Aulas voltados para todas as etapas de aprendizagem da natação.

4.3 APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA DE ENSINO

PLANO DE ENSINO

Disciplina: Educação Física A – Natação.

Carga Horária: 02/a semanais - 30 h/a semestrais (teórico/práticas)

Professor: João Crisson de Andrade Souza.

Email: joaocrisson@gmail.com.br

APRESENTAÇÃO

A disciplina se propõe a explorar a contribuição fundamental da natação para o desenvolvimento biopsicossocial dos discentes da comunidade acadêmica da UFRPE. Ao longo do programa, abordaremos de maneira integrada os fundamentos teórico-práticos do estilo livre da natação, através da adaptação ao meio líquido e dos princípios básicos da respiração. Por conseguinte, aplicaremos também as noções de fluabilidade, os conceitos subjacentes à propulsão na água e os parâmetros biomecânicos envolvidos na técnica da virada. Trabalharemos também a ênfase no mergulho elementar e nas técnicas de entrada na água. Toda a prática será orientada e supervisionada para direcionar observações críticas, visando o desenvolvimento dos discentes.

EMENTA ATUAL

A natação como instrumento essencial para fomentar o desenvolvimento biopsicossocial. Compreensão teórico-prático dos fundamentos técnicos referentes ao estilo livre da natação. Adaptação ao meio líquido. Princípios básicos da respiração. Noções de fluabilidade. Conceitos básicos de propulsão na água. Parâmetros biomecânicos da técnica da virada. O mergulho elementar e as técnicas de entrada na água. Orientação e prática supervisionada docente, abrangendo observações direcionadas ao aperfeiçoamento da técnica do nado.

OBJETIVO GERAL

Contribuir para a formação do discente da disciplina de Educação Física A – Natação, priorizando o estímulo e a promoção do aprendizado integral da natação. Busca-se enfatizar todos os aspectos relevantes, visando não apenas o aprendizado da habilidade técnica, mas também o desenvolvimento cognitivo e socioemocional dos alunos, aplicados em diversos contextos no meio líquido.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Apresentar e incentivar a participação na disciplina, através da apresentação dos benefícios fisiológicos e psicossociais provenientes da participação em atividades motoras aquáticas.

2. Proporcionar conhecimentos sobre os princípios hidrodinâmicos e pedagógicos que regem a natação, através da utilização de processos didáticos-metodológicos baseados no vocabulário motor básico e específico de locomoção aquática.
3. Explicar as fases da aprendizagem da natação (nado crawl).
4. Introduzir os fundamentos teóricos e práticos essenciais relativos à aprendizagem do nado crawl.
5. Incluir os alunos em experiências práticas relacionadas aos processos de aprendizado do controle motor e das habilidades físicas na água, com o objetivo de promover o desenvolvimento autônomo deles no meio líquido.
6. Observar, identificar, analisar e intervir com base em atividades educativas direcionadas ao aperfeiçoamento do estilo de nado crawl.
7. Avaliar de forma integrada (diagnóstica, somativa e formativa) destacando a análise criteriosa dos elementos pertinentes no progresso das habilidades essenciais exigidas pela formação específica da disciplina.

COMPETÊNCIAS DO PERFIL DO EGRESSO CONTEMPLADAS

1. Capacidade de socializar e compreender o ser humano através das relações estabelecidas no ambiente aquático ao longo da disciplina.
2. Compreender a necessidade de respeitar as normas de utilização do espaço aquático; bem como atender os parâmetros de segurança e de bom convívio estabelecidos pelo docente responsável pela disciplina.

ORGANIZAÇÃO DIDÁTICO-METODOLÓGICA

A disciplina será conduzida através de propostas metodológicas que englobam abordagens de ensino referente à grande área da Educação Física e sua especificidade, sendo ela a Natação. Respectivamente, serão aplicadas duas propostas metodológicas, sendo elas: à Abordagem Crítico Superadora de Ensino da Educação Física (Coletivos de Autores) e a Metodologia de Ensino da Natação (Machado). O que configura como um método de elaboração integrada, proporcionando aos discentes a compreensão da natação na sua totalidade, assim como o entendimento de cultura corporal e suas implicações no âmbito da Natação. Os procedimentos metodológicos de ensino serão desenvolvidos através do contexto de aulas teórico-práticas fundamentadas no aprendizado da adaptação ao meio líquido, respiração, flutuação, propulsão, virada olímpica, mergulho elementar e em jogos e brincadeiras aquáticas, ambos, fundamentados na metodologia de Machado e tratados pedagogicamente através da concepção Moderna de ensino da natação.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Quadro 1 – Conteúdo programático do programa de ensino

1ª UNIDADE	
Conteúdos e atividades a serem trabalhadas	Carga horária
Apresentação do docente e da disciplina, destacando as estratégias metodológicas adotadas, os critérios de avaliação estabelecidos, os conteúdos programáticos a serem abordados e a bibliografia aconselhada.	1 h
Aspectos fisiológicos da atividade aquática e Conhecimentos básicos da hidrodinâmica.	1 h
Adaptação ao meio líquido: desenvolvendo a aprendizagem motora (trabalhos de imersões e ganho de força na água).	2 h
Adaptação ao meio líquido: desenvolvendo o equilíbrio estático e dinâmico através de mudanças posturais na água (direção e sentido).	1 h
Adaptação ao meio líquido: introdução aos fundamentos da respiração.	1 h
Adaptação ao meio líquido: simulações de situações que demandam controle da respiração (imersões e técnicas de apneia).	1 h
Adaptação ao meio líquido: Introdução ao aprendizado da propulsão de pernas e aprendizagem da respiração frontal.	1 h
Adaptação ao meio líquido: desenvolvendo a propulsão de pernas e a respiração frontal.	2 h
Introdução aos princípios da flutuabilidade: aprendizado da flutuação ventral e aplicabilidade de técnicas de apneia.	1 h
Aprendizado da flutuação dorsal em equilíbrio estático e dinâmico.	1 h
Aprendizado da flutuação vertical.	1 h
Aprendizado e desenvolvimento do deslocamento submerso e do streamline (deslizes).	1 h
Aplicações de jogos e brincadeiras aquáticas: como modo de averiguar a aprendizagem referente aos fundamentos da respiração, flutuação, propulsão e nado submerso.	1 h
2ª UNIDADE	
Introdução aos fundamentos do nado crawl: postura adequada na água e movimentos de pernadas na borda.	1 h
Exercícios de pernadas usando pranchas; dinâmica da pernada com aprendizagem da respiração lateral.	1 h
Aprendizado da técnica de braçada do nado crawl.	1 h

Exercícios de braçadas com a utilização de pull buoys e pranchas; desenvolvimento da respiração lateral.	1 h
Trabalhos de Coordenação: Integração dos movimentos de pernadas e braçadas com a respiração bilateral.	1 h
Treino de crawl focando na sincronização entre respiração, pernadas e braçadas.	1 h
Introdução a virada olímpica.	1 h
Exercícios de progressões da técnica da virada olímpica.	1 h
Introdução ao mergulho elementar: explicação da técnica correta de entrada na água; importância da posição do corpo durante o mergulho.	1 h
Exercícios de integração entre o mergulho e o streamline.	1 h
Avaliação individual do aprendizado técnico do nado crawl e correções específicas para cada discente.	2 h
Introdução a treinos intervalados e estratégias para melhorar a resistência.	1 h
Aplicações de jogos e brincadeiras aquáticas: como modo de averiguar a aprendizagem relativas aos fundamentos do nado Crawl.	1 h
Festival de jogos e brincadeiras aquáticas	1 h
Total	30 h

Fonte: o autor.

RECURSOS DIDÁTICOS

Piscina da UFRPE; flutuadores (pranchas, pull buoys, espaguetes); tatames; boias salva-vidas; arcos; bolas de polo aquático; palmar(s); nadadeiras; caixa de som; objetos (imersos) e (flutuantes); textos; artigos; fotos, vídeos; URL de vídeos externos.

AVALIAÇÃO

O método de avaliação consistirá em três abordagens: somativa, diagnóstica e formativa. Serão considerados os elementos relevantes para o aprimoramento das habilidades necessárias à construção das competências exigidas pela formação específica da disciplina. A avaliação será conduzida em duas etapas. Na primeira etapa, será realizada uma análise da progressão dos fundamentos abordados durante a primeira unidade, utilizando atividades práticas relacionadas a jogos e brincadeiras aquáticas como instrumento de verificação. Na segunda etapa, o processo avaliativo seguirá a mesma abordagem, mas estará centrado no domínio dos fundamentos do nado crawl. A aprovação do aluno ao final do semestre dependerá do cumprimento da carga horária mínima (uma vez que a disciplina não contribui para a nota) e da participação ativa e regular ao longo do período, demonstrando empenho e assiduidade.

Quadro 2 – Bibliografia básica do plano de ensino

BIBLIOGRAFIA BÁSICA	
1.	MACHADO, D.C. Metodologia da natação . São Paulo: EPU, 1978.
2.	CATTEAU, Raymond; GAROFF, Gérard. O ensino da natação . 3 ed. São Paulo: Ed. Manole, 1988. 381 p.
3.	COLWIN, C.M. Nadando para o século XXI . São Paulo: Manole, 2000.
4.	COUNSILMAN, J. E. A natação : ciência e técnica para a preparação de campeões. Rio de Janeiro: Livro Ibero-Americano, 1980.
5.	FREIRE, J.B. Educação de corpo inteiro . São Paulo: Scipione, 1992.
6.	PEREIRA, M. D. O mundo da fantasia e o meio líquido : processo de ensino aprendizagem da natação e sua relação com o faz-de-conta, através de aulas temáticas. Campinas, SP: [s.n.], 2006.
7.	Gomes, W.D.F. Natação : uma alternativa metodológica. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.
8.	Lima, W. U. Ensinando natação . São Paulo: Phorte, 1999.

Fonte: o autor.

Quadro 3 – Bibliografia complementar do plano de ensino

BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTAR	
CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE DESPORTOS AQUÁTICOS (Rio Janeiro). Fina. Regras Oficiais de Natação 2017 – 2021 . Rio de Janeiro, 2018. 16 p. Renato Barroso. Disponível em: https://cbda.org.br/_uploads/natacao/RegrasOficiaisNatacao2017_2021.pdf Acesso em: 13 fev. 2024.	
APOLINÁRIO, Marcos Roberto. Nado crawl : associação entre coordenação e desempenho de nadadores. 2016. 59 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: https://teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39132/tde-13032017-085757/pt-br.php . Acesso em: 04 fev. 2024.	
GOMES, W.D.F. Natação : Uma alternativa metodológica. RJ: Sprint 1995	
VESSONI. A. 1000 Exercícios de Natação . RJ: Sprint. 2000	
SOARES, C. L. et al. Metodologia do Ensino de Educação Física . São Paulo: Cortez, 1992.	

Fonte: o autor.

4.4 PROPOSTA DE INTERVENÇÃO DIDÁTICO-METODOLÓGICA

A presente proposta de intervenção didático-metodológica foi elaborada com base nos fundamentos teóricos mencionados ao longo do trabalho, os quais abrangem a concepção moderna de ensino da natação, destacando-se os métodos propostos por Machado (1978) e Fernandes e Costa (2006). Ademais, a proposta pedagógica foi delineada por meio da aplicação da Abordagem Crítico Superadora de Ensino da Educação Física, desenvolvida pelo Coletivo de Autores (1992). Isso ressalta a construção sólida que permeia a proposta de ensino apresentada. Ou seja, ela é fundamentada em conhecimentos advindos de áreas específicas da natação, como também é embasada em propostas metodológicas da Educação Física.

A escolha dos princípios teóricos, metodológicos e didáticos partiu do princípio de que ambos dialogam com os objetivos de aprendizado propostos na disciplina de Educação Física A – Natação, que incluem a familiarização do sujeito com o meio aquático; o desenvolvimento da autonomia nesse meio; criação de fundamentos para posteriormente aprender habilidades motoras aquáticas específicas; o aprendizado pedagógico dos quatro estilos de nados; e o desenvolvimento de habilidades sociais através de interações positivas entre os integrantes (professores-alunos-alunos), o que incentiva dessa maneira a comunicação, a empatia e o trabalho em equipe.

O programa de ensino desenvolvido para a disciplina foi dividido em 2 blocos temáticos, aplicados em duas unidades didáticas. A 1ª unidade contempla os aspectos relacionados à adaptação ao meio líquido, que envolve a seguinte sequência de aprendizado: o equilíbrio, a respiração e a propulsão; em conjunto com os fatores que influenciam no aprendizado, por exemplo, o conhecimento da estrutura física de aprendizado, a metodologia de ensino utilizada pelo professor, os colegas de turmas e os aspectos psicossociais que dificultam o aprendizado da natação a exemplo dos traumas e medos ocorridos através de experiências no meio líquido.

Na 2ª unidade, a ênfase do ensino será relacionada ao aprendizado e desenvolvimento das técnicas de nado, especificamente do nado Crawl ou Estilo Livre, comumente chamado. Nesse sentido, os conteúdos estarão agrupados em três eixos educativos aplicados em etapas cronológicas, a saber: aprendizado de habilidades motoras aquáticas específicas (técnica rudimentar), aprendizado de

habilidades motoras aquáticas específicas (aperfeiçoamento técnico) e aprendizado de habilidades motoras aquáticas específicas voltado para à especialização técnica.

Em relação à 1ª unidade didática de ensino, os conteúdos trabalhados são reunidos em dois eixos educativos sendo eles: o aprendizado de habilidades reflexas e o aprendizado de habilidades motoras aquáticas básicas. Respectivamente, o primeiro eixo condiz com a relação entre sujeito e o meio líquido, e o aprendizado dos aspectos fisiológicos e hidrodinâmicos da atividade aquática como um todo. Nesse eixo são introduzidas atividades como: deslocar-se de diferentes formas (segurando na borda ou com auxílio de flutuadores, etc.); submergir mantendo o bloqueio da respiração; praticar pequenos deslocamentos saltando, entre outras dinâmicas.

Nesse contexto, os discentes desenvolvem as primeiras proximidades com a água, cujo objetivo é proporcionar o contato, a familiarização e a percepção através da relação corpo e água. Por conseguinte, o aluno é levado a compreender as bases hidrodinâmicas associadas ao funcionamento do corpo na água, principalmente por meio da redução da rigidez muscular frequentemente causada pelo medo da água.

No segundo eixo educativo correspondente ao aprendizado de habilidades motoras aquáticas básicas, são introduzidos os fundamentos do equilíbrio, da respiração e da propulsão. Referente ao fundamento do equilíbrio, os discentes aprendem sobre a hidrodinâmica presente na água como o impulso e o peso, os quais influenciam na estabilidade. Assim como, aprendem sobre as posições de flutuação vertical e horizontal (ventral e dorsal), abrangendo variações com rotações.

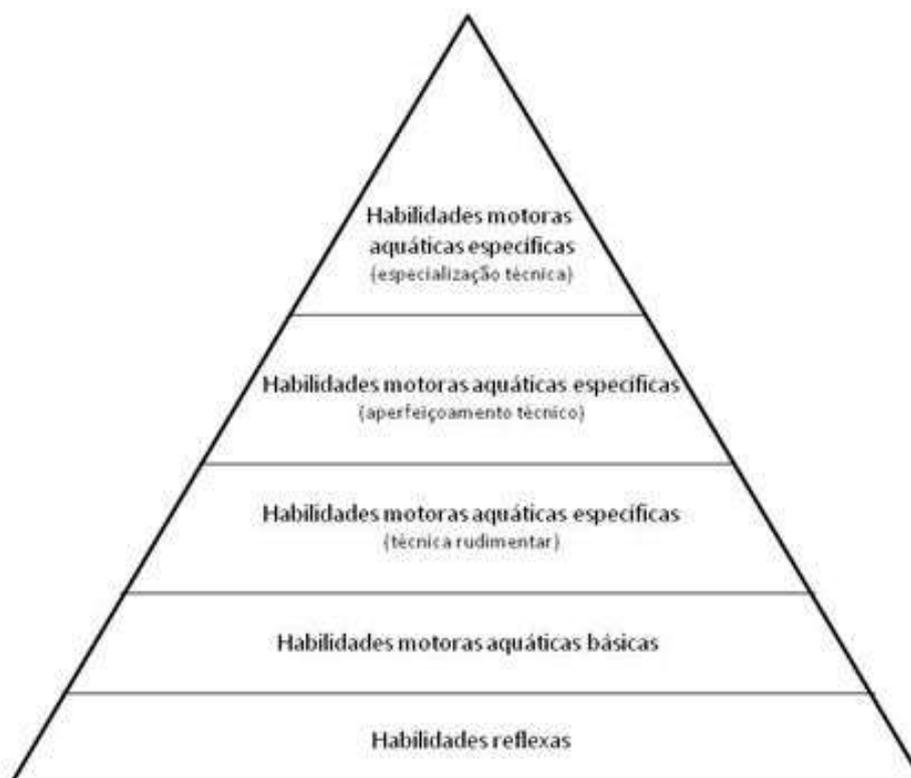
Nessa etapa, proponho o desenvolvimento de atividades como exemplo: em duplas, um participante apoia o outro na sustentação do corpo em decúbito dorsal; repetir o procedimento utilizando flutuadores, explorando diversas posições, como decúbito ventral e lateral. Além disso, é possível incorporar práticas adicionais, tais como realizar exercícios lúdicos direcionados às trocas de posicionamentos na água.

No aprendizado da respiração, normalmente são inseridas etapas que englobam aspectos referentes ao controle da respiração, apneia, trabalhos de imersões, bem como exercícios que contemplam simultaneamente o desenvolvimento do equilíbrio (flutuação) com a utilização da respiração. Para isso, os alunos desenvolvem atividades como técnicas de respiração frontal, lateral e bilateral com o

auxílio de flutuadores. Vale salientar, que a respiração é um elemento crucial na prática da natação, essencial para garantir o conforto no meio líquido. Sua eficácia depende de uma adaptação, uma vez que ocorre de maneira distinta em relação ao padrão habitual.

Por fim, o ensino da propulsão está vinculado à dinâmica entre duas forças mecânicas específicas: as forças propulsivas e de arrasto. Durante esta etapa, os alunos adquirem conhecimentos sobre conceitos isolados ou complementares de impulso e progressão. O currículo abrange a propulsão dos membros inferiores, enfocando exercícios destinados ao deslocamento centrado na movimentação. Além disso, é abordada a propulsão dos membros superiores, destacando o papel desses membros na liderança do deslocamento desejado em diversas atividades.

Figura 1- Resumo das habilidades motoras aquáticas básicas e das respectivas sub-habilidades.



Fonte: adaptada de Machado (1972).

Em relação ao conteúdo programático da 2ª unidade, nessa fase pedagógica presume-se que os alunos já possuem as habilidades motoras aquáticas básicas, e, portanto, estão aptos para desenvolver o aprendizado do nado Crawl. Desse modo,

as etapas de aprendizado respectivamente passam pelo desenvolvimento da técnica rudimentar, o aperfeiçoamento técnico e, por fim, a especialização técnica. Vale salientar, que ao me referir sobre técnica neste projeto, basicamente dialogo sobre o desenvolvimento de gestos que levam a eficiência de um objetivo, sendo esse, o aprendizado do nado crawl. Haja visto, que o programa de ensino aqui apresentado possui a finalidade de promover o aprendizado educativo da natação e não dialoga com a natação enquanto esporte de rendimento como um todo.

Na fase de aprendizado do nado crawl os discentes cultivam habilidades essenciais para o fomento do nado em iniciantes, seguindo uma progressão estruturada. Inicialmente, as atividades se concentram na posição do corpo, através da promoção da postura e flutuação adequadas, onde oriento os alunos a manterem uma boa posição horizontal na água. Na sequência, introduzo a técnica de respiração lateral e posteriormente bilateral para assegurar uma respiração eficaz durante a prática do nado.

À medida que os participantes avançam, são introduzidos gradualmente os movimentos coordenados de braços e pernas, enfatizando a sincronia para desenvolver tanto a técnica individual quanto a coordenação global. Um dos objetivos do programa de ensino está na prática contínua, focando no aprimoramento da resistência e no fortalecimento de habilidades técnicas referente ao nado crawl. Ressalto, que o presente capítulo possui o objetivo de apresentar a proposta de intervenção didático-metodológica, logo para um melhor entendimento é preciso observar o plano de ensino e os planos de aulas contidos no Apêndices do trabalho.

Enfatizo, que utilizei como parâmetros pedagógicos a concepção moderna de ensino da natação, o método de Machado (1978) e Fernandes e Costa (2006), e à abordagem crítico superadora pelo fato de permitir uma proposta de ensino técnica e ao mesmo tempo crítica. Ambos pressupostos teóricos, me permitiram promover uma ação educativa baseada na tríade ação-reflexão-ação, onde conseguir uma boa articulação teórico-prática para construir o conhecimento, nesse caso o programa de ensino para a disciplina de Educação Física A - Natação. Tais fatores coincidiram com a escolha da abordagem metodológica do presente trabalho, ou seja, a pesquisa-ação que possui a característica de promover à obtenção do conhecimento e o aprimoramento da prática, neste caso, a minha prática pedagógica na monitoria.

5 ANÁLISE DOS RESULTADOS

O presente capítulo possui o objetivo de analisar os resultados encontrados a partir da aplicabilidade de um Programa de Ensino desenvolvido para o componente curricular Educação Física A – Natação. Oferecer uma proposta didático-metodológica para o aprendizado da natação foi bastante desafiador e ao mesmo tempo necessário. Haja vista, a grande demanda de discentes matriculados na disciplina, a necessidade de suprir uma determinada carência metodológica de ensino que impulse o aprendizado através de uma abordagem pedagógica, e como meio para auxiliar o docente responsável pela disciplina no desenvolvimento e execução de tarefas.

No contexto das reflexões metodológicas propostas no programa de ensino, o maior desafio consistiu em elucidar os conceitos propostos, de modo a promover uma compreensão que permita sua aplicação prática. Em seguida, uma vez compreendida as bases conceituais da abordagem de ensino ofertada, surgiram questões cruciais sobre "por onde começar" e "como começar". Nesse sentido, as respostas residem nas sequências metodológicas ou progressões pedagógicas preparadas com base nos fundamentos teóricos e metodológicos: a concepção de ensino moderna da natação, os métodos propostos por Machado (1978) e Fernandes e Costa (2006), assim como na Abordagem Crítico Superadora de Ensino da Educação Física.

Ao comparar a realidade existente do ensino na disciplina de Educação Física – A Natação, com uma realidade mais desejada pedagogicamente, foi necessário adequar os conteúdos para o público alvo em questão (discentes jovens-adultos da UFRPE) através de uma abordagem metodológica que engloba as habilidades motoras aquáticas básicas e específicas por meio do aprendizado das etapas supracitadas: adaptação, respiração, flutuação, propulsão mergulho elementar. Abordagem está, que através de uma breve análise me permitiu deduzir que aprimorou a experiência de aprendizado dos alunos, proporcionando uma compreensão mais holística e abrangente da prática esportiva da natação. Mesmo que o programa de ensino possua falhas a serem aperfeiçoadas como um todo.

Para uma análise mais refinada dos resultados obtidos através da elaboração e implementação do programa de ensino, prezo pela análise desenvolvida a partir dos seguintes tópicos: fundamentação teórica, objetivos de aprendizagem, estrutura do

programa de ensino, conteúdos e métodos de ensino, Integração teoria e prática, progressão pedagógica e avaliação.

1. Fundamentação Teórica:

A fundamentação teórica, a qual incorporou os métodos propostos por Machado (1978) e Fernandes e Costa (2006), além da Abordagem Crítico Superadora de Ensino da Educação Física do Coletivo de Autores (1992), estabeleceu uma sólida base para a proposta didático-metodológica. Foi analisado que a escolha desses referenciais não apenas enriqueceu à abordagem técnica do ensino da natação, mas também introduz uma perspectiva crítica e acima de tudo pedagógica de ensino, principalmente quando proporciona a ampliação do aprendizado através do processo dialético que envolve a síntese (conhecimento prévio sobre a natação), análise (proposta e aprofundamento do aprendizado) e síntese (retorno do aprendizado).

2. Objetivos de Aprendizagem:

Os objetivos foram claramente delineados para a disciplina de Educação Física A – Natação. Refletindo numa compreensão abrangente dos aspectos envolvidos no processo de ensino-aprendizagem, desde a familiarização com o meio aquático até o desenvolvimento de habilidades motoras básicas, específicas e habilidades sociais.

3. Estrutura do Programa de Ensino:

A divisão em duas unidades didáticas, com a primeira enfatizando a adaptação ao meio líquido e a segunda concentrada no aprendizado do nado crawl, evidencia uma abordagem pedagógica cuidadosamente planejada. Essa estrutura proporciona uma progressão lógica, permitindo que os alunos construam habilidades de forma gradual e consistente. Por outro lado, em algumas situações essa divisão se tornou negativa, principalmente quando os discentes passaram a obter níveis de aprendizado cronologicamente distintos. Ou seja, alguns alunos enquanto estavam na fase básica, outros já demonstraram potencial para avançar para a fase específica de aprendizado do nado crawl, o que dificultava a organização das aulas e a observação com o foco no progresso individual.

4. Conteúdos e Métodos de Ensino:

O foco nas descrições dos conteúdos e métodos em cada unidade didática foi crucial. A atenção detalhada dada à adaptação ao meio líquido incluindo o equilíbrio, a respiração e a propulsão na 1ª unidade, seguida pelo desenvolvimento específico do nado crawl na 2ª unidade, evidenciou uma abordagem pedagógica eficaz centrada nas necessidades progressivas dos alunos.

5. Integração Teoria e Prática:

A escolha da pesquisa-ação como abordagem metodológica destaca a importância da integração entre teoria e prática. A tríade ação-reflexão-ação promoveu uma articulação dinâmica entre a compreensão teórica e a aplicação prática, permitindo ajustes contínuos e refinamentos na proposta de ensino. Entretanto, principalmente devido a escolha do método de Machado (1978), outras formas de ensinar mais contemporâneas foram excluídas, o que de certa forma comprometeu a inserção de novas formas didáticas no programa de ensino.

6. Progressão Pedagógica:

A progressão pedagógica desde a familiarização com a água até o aprendizado das técnicas específicas do nado crawl pareceu adequada. Destacou-se a atenção dada aos aspectos psicossociais que influenciam no aprendizado, como traumas e medos relacionados à água, bem como a profundidade da piscina que às vezes ocasionava certos receios dos alunos no desenvolvimento de determinadas atividades de aprendizagem principalmente referente aos trabalhos de propulsão.

7. Avaliação:

A integração da avaliação formativa com práticas lúdicas foi crucial para aprimorar o processo educacional dos discentes na disciplina. Ao combinar essa abordagem avaliativa com atividades lúdicas como jogos educacionais e simulações, criou-se um ambiente dinâmico, enriquecendo a experiência educacional e promovendo um aprendizado com habilidades aplicáveis no contexto real.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo desta pesquisa, buscamos compreender e analisar as metodologias de ensino da natação, visando sua aplicação na disciplina de Educação Física A – Natação na Universidade Federal Rural de Pernambuco, especialmente no ensino dos nados crawl para estudantes universitários. O problema de pesquisa nos guiou na investigação das práticas existentes e na identificação das contribuições que essas metodologias podem oferecer para a construção de um programa de ensino eficaz.

Os objetivos gerais e específicos delinearão o caminho para a investigação. A relação entre a prática esportiva da natação e a cultura corporal foi explorada, destacando as significativas contribuições desse esporte para o desenvolvimento físico, mental e social dos praticantes. A análise das diferentes abordagens metodológicas revelou características e aspectos cruciais, permitindo-nos compreender a diversidade de métodos e suas implicações na aprendizagem.

As contribuições das diferentes metodologias de ensino da natação foram identificadas, destacando a importância de uma abordagem holística que considere não apenas o desenvolvimento técnico, mas também aspectos psicossociais e educacionais. A compreensão da relação entre a natação e a educação, desde a base até o ensino superior, reforçou a importância de integrar essa prática esportiva de forma significativa e pedagogicamente no contexto educacional como um todo.

A proposição de um programa de ensino embasado em uma das metodologias analisadas reflete a síntese de nossas descobertas e conclusões. A escolha fundamentada busca atender às necessidades específicas da disciplina de Educação Física A – Natação na Universidade Federal Rural de Pernambuco, proporcionando um guia abrangente e eficaz para o ensino do nado crawl aos estudantes.

Em síntese, esta pesquisa contribui para o entendimento aprofundado das metodologias de ensino da natação e sua aplicação no contexto acadêmico. Espera-se que as reflexões e recomendações apresentadas possam orientar práticas educacionais, promovendo uma abordagem integrada e efetiva no ensino da natação, beneficiando não apenas o desenvolvimento técnico, mas também o crescimento global da comunidade discente da Universidade Federal Rural de Pernambuco.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, T.A.F. O ensino da natação no contexto da disciplina de educação física. Universidade Técnica de Lisboa. **Revista portuguesa de natação ISSN 1647-283**. Lisboa, dezembro de 2010. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/2f55ab7b-fb13-435d-866c-4e2f88ef9659>. Acesso em: 20 out. 2023.

ARAÚJO JÚNIOR, B. **Natação: saber fazer ou fazer sabendo**. Campinas: Unicamp, 1993.

ARAÚJO, A. S. F. SANTOS, J. E. SANTANA, K. S. **Iniciação e adaptação a natação para crianças**. 2015. Disponível em: <<http://openrit.grupotiradentes.com:8080/xmlui/handle/set/773>>. Acesso em: 02 fev. 2024.

ASSIS DE OLIVEIRA, S. **Reinventando o esporte**: possibilidades da prática pedagógica. Campinas: Autores Associados, chancela editorial **CBCE**, 2001. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/1210/3621>. Acesso em: 18 out. 2023.

BRACHT, V. EDUCAÇÃO FÍSICA: A BUSCA DA AUTONOMIA PEDAGÓGICA. **Journal of Physical Education**, n. 1, p. 28-33, 1 jul. 1989. Disponível em: <https://ojs.uem.br/ojs/index.php/reveducfis/article/view/4081>. Acesso em: 15 jan. 2024.

BRASIL. Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996. **Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, 1996**. Disponível em: www.planalto.gov.br. Acesso em: 10 nov. 2023.

BRASIL. Parecer CNE/CES n.º 376/97, aprovado em 11 de junho de 1997 - **Obrigatoriedade da disciplina Educação Física no Ensino Superior**. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/1997/pces376_97.pdf. Acesso em: 14 nov. 2023.

BRASIL. Decreto n. 69.450, de 1º de novembro de 1971. **Regulamenta o artigo 22 da Lei número 4.024, de 20 de dezembro de 1961, e alínea c do artigo 40 da Lei 5.540, de 28 de novembro de 1968 e dá outras providências**. Diário Oficial da União, Brasília, Brasília, DF, 1 nov. 1971b. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d69450.htm. Acesso em: 22 jan. 2024.

BENTO, J. O. **Desporto**: discurso e substância. Porto: Campo das Letras, 2004.

BETTI, I. C. R. Esporte na Escola: Mas é só isso professor? - **Motriz**, Vol. 1, Número 1, Junho de 1999, Pág. 25-31. Disponível em: http://www1.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/01n1/4_Irene_form.pdf. Acesso em: 17 jan. 2024.

BONACELLI, M. C. L. M. **A natação no deslizar aquático da corporeidade**. 2004. 155p. Tese (doutorado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, SP. Disponível em: <https://hdl.handle.net/20.500.12733/1596727>. Acesso em: 8 fev. 2024.

BORGES, C. C. O; NEIRA, M. G. Cultura corporal como acontecimento discursivo no campo da Educação Física. **Revista Linhas**, Florianópolis, v. 24, n. 54, p. 311–325, 2023. DOI: 10.5965/1984723824542023311. Disponível em: <https://www.periodicos.udesc.br/index.php/linhas/article/view/20791>. Acesso em: 15 dez. 2023.

CATTEAU, R; GAROFF, G. **O ensino da natação**. 3. ed. São Paulo, Manole, 1990.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE DESPORTOS AQUÁTICOS. **História da natação**. Brasil, 2004. Disponível em: <<http://www.cbda.org.br>>. Acesso em: 01 fev. 2024.

CORREA, C, R, MASSAUD, M, G. **Escola de natação**: montagem e administração, organização pedagógica do bebe a competição. Rio de janeiro: Sprint,1999.

CNE. Conselho Nacional de Educação. Parecer CNE Nº 776/97, 03 de dezembro de 1997. **Orienta para as diretrizes curriculares dos cursos de graduação**. Brasil, 1997. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/setec/arquivos/pdf/PCNE776_97.pdf. Acesso em: 13 dez. 2023.

DAOLIO J. **Educação física e o conceito de cultura**. 3a ed. Campinas: Autores Associados; 2010. (Coleção Polêmicas do nosso tempo).

DLCH; UFRPE. **Projeto político pedagógico do curso de educação física modalidade licenciatura**. Recife, UFRPE. 2010. Disponível em:

<http://www.preg.ufrpe.br/sites/ww4.depaacademicos.ufrpe.br/files/PPC%20Licenciatura%20em%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20F%C3%ADsica%20SEDE%202010.pdf>
Acesso em: 04 jan. 2024.

FERNANDES, J. R. P.; COSTA, P. H. L. D. Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, [S. l.], v. 20, n. 1, p. 5-14, 2006. DOI: 10.1590/S1807-55092006000100001. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16609>. Acesso em: 21 dez. 2023.

FONSECA, J. J. S. **Metodologia da pesquisa científica**. Fortaleza: UEC, 2002. Apostila.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Perfil dos estados e dos municípios brasileiros: esporte 2016**. Rio de Janeiro: IBGE, 2017. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv100411.pdf>. Acesso em: 18 jan. 2024.

KUNZ, E. - **O esporte enquanto fator determinante da Educação Física**. Contexto & Educação, v.15, p.63- 73,1989.

LEWIN, G. (1979). **Natação**. Madri: Augusto Pilha Teleña.

LIMA, W. U. **Ensinando natação**. São Paulo. Phorte Editora, 1999.

LURIA A.R. Curso de Psicologia Geral (Volume 1). **Introdução Evolucionista à Psicologia**. Tradução de Paulo Bezerra. Editora: Civilização Brasileira, Ano: 1979

LOPES, M. A. S. **Práticas corporais no meio líquido nas aulas de educação física escolar**. São Carlos, UFSC, 2023.

MACHADO, D.C. **Metodologia da natação**. São Paulo: EPU, 1978.

MANSOLDO, A. C. **Estudo comparativo da eficiência do aprendizado da natação (estilo crawl) entre crianças de três a oito anos de idade**. 1987. Dissertação (Mestrado) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 1987. Disponível em: <https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39131/tde-01112022-121210/>. Acesso em: 21 dez. 2024.

MARQUES, R. F. R.; ALMEIDA, M. A. B. de; GUTIERREZ, G. L. Esporte: um fenômeno heterogêneo: estudo sobre o esporte e suas manifestações na sociedade contemporânea. **Movimento**, [S. l.], v. 13, n. 3, p. 225–242, 2008. DOI: 10.22456/1982-8918.3580. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/3580>. Acesso em: 5 nov. 2024.

MENDES, M. I. B. de S.; NÓBREGA, T. P. da. Cultura de movimento: reflexões a partir da relação entre corpo, natureza e cultura. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 12, n. 2, 2009. DOI: 10.5216/rpp.v12i2.6135. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/6135>. Acesso em: 24 jan. 2024.

MINAYO, M. C. de S. (Org.). **O desafio do conhecimento**: pesquisa qualitativa em saúde. 14ª ed. Rio de Janeiro: Hucitec, 2014. 408 p.

MORENO-MURCIA, J. A; PÉREZ, R. L. M. **Aprenda a nadar na infância. Para quê? Quando? O quê? Onde? Como?** In: MORENO- MURCIA, J. A; ALBARRACÍN, A; PAULA, L. (Orgs): Aportes pedagógicos acuáticos. 1. ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Argentina): Sb editorial, 2022. P. 15- 21. Disponível em: <https://jamorenomurcia.umh.es/files/2014/09/05.-Aprender-a-nadar-en-la-infancia-JAMM-y-LRP-marzo-2021-Portugu%C3%A9s.pdf>. Acesso em: 16 jan. 2024.

MORÉS, G. Atividades aquáticas na Educação Física escolar: uma abordagem pedagógica. Interdisciplinar: **Revista eletrônica da Univar**, n. 7, p. 120-125, 2011.

NEIRA, M. G; GRAMORELLI, L. C. Embates em torno do conceito de cultura corporal: gênese e transformações. **Pensar a Prática**, v. 20, n. abr./ju 2017, 2017Tradução. Disponível em: <https://doi.org/10.5216/rpp.v20i2.38103>. Acesso em: 19 fev. 2024.

OLIVAR, A. O; PINTO, R. F; ALBARRACÍN, A; MORENO-MURCIA, J. A. **Como educar no meio aquático de forma preventiva** In: MORENO- MURCIA, J. A; ALBARRACÍN, A; PAULA, L. (Orgs): Aportes pedagógicos acuáticos. 1. ed. Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Argentina): Sb editorial, 2022. P. 145- 152. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/JuanMurcia9/publication/358816435_Aportes_pedagogicos_acuaticos_2022/links/62172d491857671d0d8b060a/Aportespedagogicos-acuaticos-2022.pdf. Acesso em: 17 jan. 2024.

PAULA, H. E. de; FARIA, E. L. A educação física no terceiro grau: contexto atual e perspectivas. **Revista Pensar a prática**, Goiânia, v. 1, n.1, p. 96-105, 1998. Disponível em: <http://www.revistas.ufg.br/index.php/fef/article/view/15> . Acesso em: 17 fev. 2024.

PAIVA, C. A; SOUZA, L. S; OLIVEIRA, N. R. C. Plano de Ensino para Natação na Escola: construção através do planejamento coletivo do trabalho pedagógico. **Motrivivência**, [S. l.], n. 12, p. 133–144, 1999. DOI: 10.5007/%x. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/14464>. Acesso em: 3 fev. 2024.

PEREIRA, J. M. **Manual de metodologia de pesquisa científica**. 4.ed. São Paulo: Atlas, 2018.

PERNAMBUCO. Secretaria de Educação. **Contribuição ao debate do currículo em Educação Física**: uma proposta para a escola pública. Recife: SEE-PE, 1989.

PREG; UFRPE. RESOLUÇÃO 262/2001, **regulamenta o Programa de Atividade de Monitoria na UFRPE**. Recife, 11 de julho de 2001. Disponível em: http://ufape.edu.br/sites/default/files/202206/Resolu%C3%A7%C3%A3o%20n%C2%B0%20262_2001.pdf. Acesso em: 28 nov. 2023.

RODRIGUES, R. Educação física no ensino superior: uma prática ressignificada como conteúdo acadêmico. **@rquivo Brasileiro de Educação**, v. 3, n. 5, p. 48-61, 18 mar. 2016. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/index.php/arquivobrasileiroeducacao/article/view/P.2318-7344.2015v3n5p48/9357>. Acesso em: 8 jan. 2024.

SAVIANI, D. **Pedagogia Histórico-Crítica**: Primeiras aproximações. 9. Ed. Campinas: Autores Associados, 2005.

SAVIANI, D. **História das ideias pedagógicas no Brasil**. Campinas, Autores Associados. 2007.

SOBRASA, 2022-26. Afogamento – Boletim epidemiológico no Brasil 2023. **Sociedade Brasileira de Salvamento Aquático SOBRASA**. Disponível em: <http://www.sobrasa.org>. Acesso em: 04 jul. 2023.

TAFFAREL et. al. **Trabalho pedagógico e formação de professores/militantes culturais**: construindo políticas públicas para a educação física, esporte e lazer. Salvador – BA, EDUFBA, 2009.

TUBINO, M. J. G. **Dimensões sociais do esporte**. São Paulo: Cortez/Autores Associados, 1992

TUBINO, M. J. G. **Estudos brasileiros sobre o esporte**: ênfase no esporte-educação. Maringá; Eduem, 2010.

THIOLLENT, M. **Metodologia da Pesquisa - Ação**. São Paulo: Cortez, 1986.

TRIPP, D. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. **Educação e Pesquisa**, São Paulo, v. 31, n. 3, p. 443-466, set./dez. 2016. Disponível em: <http://w.scielo.br/pdf/ep/v31n3/a09v31n3>. Acesso em: 30 jan. 2024.

UFRPE. **Regulamento Geral dos Cursos de Graduação**. Recife, 2022. Disponível em: <https://ufrpe.br/sites/ufrpe.br/files/Minuta%20Regimento%20Geral%20da%20Grada%C3%A7%C3%A3o%20consulta.pdf>. Acesso em: 01 dez. 2023.

VIGOTSKI, L.S.A. **A formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes, 2003.

APÊNDICE A – Modelos de planos de aula do programa de ensino

Identificação

Professor (a): João Crisson De Andrade Souza.

Disciplina: Educação Física A (Natação).

Programa de Monitoria do Departamento de Educação Física.

Dados Gerais	
Contexto	O presente plano de aula será aplicado com discentes de diversas faixas etárias e cursos da Universidade Federal Rural de Pernambuco. Leva-se em consideração que as aulas serão aplicadas no ambiente da piscina da universidade. Em relação a abordagem de ensino será aplicado o método misto, relacionado a pedagogia moderna da natação. Os objetivos do ensino seguirão os parâmetros dos fundamentos básicos da natação, com ênfase em atividades que envolve o trabalho de iniciação a natação. A aula seguirá uma sequência didática, objetivando o aprendizado dos discentes ao longo das aulas.
Período/faixa etária	A aula será aplicada com discentes de diferentes períodos da UFRPE com faixa etária estipulada acima de 16 anos.
Número de alunos	Grupos de 10 estudantes (podendo haver variações).
Duração da aula	1 hora.

Adaptação ao Meio Líquido (Plano de aula 1).

Plano de aula 01

Objetivo: Conhecer o ambiente aquático.

Conteúdo: Iniciação a Natação

Metodologia/estratégias:

A aula envolve a temática da iniciação a natação. Nesse sentido é importante que os discentes conheçam o ambiente onde serão conduzidas as aulas. Desse modo, os alunos serão conduzidos para conhecer o espaço que envolve a piscina (externo e interno).

Em seguida, será realizada uma roda de diálogo com os discentes para saber sobre suas potencialidades, experiências com a água, entre outros aspectos. Posteriormente, serão apresentadas as características da piscina, a exemplo: profundidade, medidas de comprimento, bordas laterais de apoio, assim como as medidas de segurança preventivas que deverão ser respeitadas e praticadas, por todo o corpo discente. Tempo da apresentação: 10 min.

Recursos: Humanos.

Avaliação: Participação.

Adaptação ao Meio Líquido (Plano de aula 2).

Plano de aula 02

Objetivo: Adaptar ao meio líquido.

Conteúdo: Iniciação a Natação.

Metodologia/estratégias:

O objetivo da aula refere-se a vivenciar o meio líquido, ou seja, provocar um primeiro contato dos alunos com a água, adaptando a estrutura corporal como um todo ao meio aquático.

Para isso, inicialmente, os discentes irão sentar na borda da piscina, enfileirados lateralmente e, em seguida, com as pernas imersas sobre a água irão elaborar movimentos como chutes, balançar os pés, movimentar as pernas, entre outros. O objetivo do exercício é quebrar eventuais receios antes de entrar na água. Tempo do exercício: 5 min.

Em seguida, os alunos entrarão na água com a ajuda do apoio lateral, localizado na borda da piscina. Enfileirados sobre a borda da piscina, sempre com o auxílio do professor, os alunos irão executar movimentos com os braços (início de

palmateios), pernas (chutes verticais, laterais, etc.) e executar pequenas imersões com a cabeça na água. O objetivo do exercício é verificar parcialmente como funciona a mecânica do corpo em relação ao meio líquido. Tempo da atividade: 10 min.

Por conseguinte, os alunos irão realizar alguns exercícios de propulsão (posição vertical). O exercício será aplicado de modo individual onde os alunos irão realizar pequenos saltos verticais com os braços estendidos para cima, a fim que a cabeça ultrapasse a superfície aquática para realizar a respiração. Posteriormente, será proposto aos alunos realizarem a mesma dinâmica, porém com curtos deslocamentos. A dinâmica contará com o auxílio do professor e monitor para a sua execução.

O objetivo do exercício é promover curtos deslocamentos com segurança, devido a eventuais dificuldades de flutuação dos discentes. Tempo do exercício: 10 min.

A última atividade envolve o trabalho de mergulho (imersão aquática). Com o auxílio do professor, os discentes irão executar gradativamente pequenas imersões sobre a água. No primeiro momento, o professor irá empurrar e segurar o discente de baixo da superfície aquática, com o objetivo que o aluno passe poucos segundos imerso.

Em seguida, o discente irá mergulhar e tentar ficar o máximo de tempo possível imerso (de joelhos e sentado sobre o piso da piscina), realizando desse modo movimentos de palmateios, para cima. Tal dinâmica, será realizada individualmente e exemplificada anteriormente pelo professor.

O objetivo da atividade é promover aos discentes, o entendimento sobre como o corpo reage quando imerso na densidade aquática. Tempo da dinâmica: 20min.

A aula será ministrada no tempo total de 50 min, contando com a apresentação citada no plano anterior.

Recursos: Flutuadores.

Avaliação: Participação.

Adaptação ao Meio Líquido (Plano de aula 3).**Plano de aula 03**

Objetivo: Iniciar o trabalho de respiração e pernada do nado livre.
Conteúdo: Iniciação a Natação.
Metodologia/estratégias: <p>A primeira atividade envolve o trabalho de respiração. Desse modo, os discentes irão apoiar as mãos sobre a barra lateral da piscina e imergir 10 vezes, em ritmo individual, sempre inspirando pela boca e expirando pelo nariz, ou, nariz e boca. Esse exercício será aplicado em 3 séries, com intervalos de 1 minutos de descanso. Essa atividade objetiva desenvolver a respiração e aguçar a memória dos discentes sobre o modo correto de respirar no ambiente aquático. Duração total do exercício: 10 minutos.</p> <p>A segunda atividade refere-se ao trabalho de fortalecimento corporal, para posteriormente dar início aos exercícios de pernada do nado livre. Nesse sentido, os alunos irão realizar exercícios de extensão e contração corporal.</p> <p>O exercício funciona da seguinte forma: os discentes irão segurar o apoio lateral da piscina e apoiar os pés na parede; posteriormente, irão estender toda a extensão corporal (braços, tronco, pernas e pé) próximo à linha da superfície aquática.</p> <p>Em seguida, irão contrair o tronco e pernas novamente para a posição inicial, apoiando os pés na parede da piscina. Esses movimentos serão aplicados em 3 séries de 7 repetições, com intervalo de 2 minutos de descanso entre as séries. Duração da atividade: 15 minutos.</p> <p>A próxima dinâmica refere-se ao trabalho de iniciação de pernadas do nado livre. Sendo assim, os discentes irão segurar o apoio lateral da piscina e, posteriormente, estender o corpo sobre a superfície aquática e iniciar o trabalho de pernadas. Durante o exercício o discente será informado sobre a mecânica correta da pernada, assim como poderá trabalhar a respiração frontal sobre a posição de decúbito ventral.</p>

O exercício será aplicado em várias repetições com 1 minuto de descanso entre ambas, até o limite físico individual dos alunos. Tempo médio da atividade: 15 minutos.

Durante os exercícios citados, os alunos estarão enfileirados sobre a borda lateral e sempre contarão com a presença física do professor e monitor. Como um todo, a aula possuirá tempo médio de 40 minutos, sendo vinte minutos para diálogos e atividades livres.

Recursos: Flutuadores (macarrões e boias).

Avaliação: Participação dos estudantes.

Adaptação ao Meio Líquido (Plano de aula 4).

Plano de aula 04

Objetivo: Exercitar a respiração e a pernada do nado livre.

Conteúdo: Iniciação a Natação.

Metodologia/estratégias:

A presente aula consiste em exercitar a respiração e trabalhar a pernada do nado livre. Seguindo assim, uma sequência didática e fortalecendo os ensinamentos da aula anterior.

Os primeiros exercícios correspondem ao desenvolvimento da respiração. Os alunos irão trabalhar sobre a borda lateral da piscina pequenas imersões (trabalho de inspiração e expiração). Enfileirados, lado a lado, irão desenvolver três séries com 10 repetições. A dinâmica refere-se ao exercício de fixação sobre o modo correto de respirar no meio aquático. Duração do exercício: 10 min.

Em seguida, será iniciado o trabalho de respiração lateral. Os alunos estarão enfileirados sobre a barra de apoio lateral da piscina. Posteriormente, segurando a barra, os discentes realizarão movimentos de rotação dos ombros, tronco e cabeça como estivessem desenvolvendo a respiração lateral do nado livre. Para cada lado rotacionado, os discentes deverão fazer o exercício de inspiração e expiração.

A dinâmica será realizada em 3 séries de 7 repetições, com descanso de 2 min para cada série. O objetivo da atividade é proporcionar o aprendizado da respiração lateral. Tempo da atividade: 10 min.

A segunda atividade envolve o trabalho de pernada do nado livre com respiração frontal, em posição de decúbito ventral (pernada com o apoio da borda). Desse modo, os alunos irão segurar o apoio lateral da piscina e, em seguida, fazer a extensão do corpo próximo a superfície da água, exercitando a batida de pernas. Assim como, irão desenvolver a respiração através de movimentos de elevação frontal da cabeça.

Durante a atividade serão corrigidos eventuais erros de postura e mecânica dos movimentos. A atividade consiste na realização de 3 séries com 3 repetições (até o limite físico). O intervalo de descanso será de 30 s a cada repetição e 2 minutos entre as séries. Duração total do exercício: 15 min.

A terceira atividade envolve mais um exercício de pernada do nado livre. Desse modo, os discentes irão segurar a borda frontal da piscina e utilizar a parede como impulsão para os pés, dando início ao trabalho de propulsão de pernada do nado livre. Os alunos contarão com flutuadores (macarrão e prancha) para facilitar a flutuação e o deslocamento, além da presença física do professor e monitor como intermediadores e medida de segurança.

O objetivo da atividade é exercitar a pernada do nado livre, além de proporcionar aos alunos o primeiro deslocamento autônomo. A atividade será realizada em 3 séries de 3 repetições, com intervalo de 1 min de descanso a cada repetição e 2 minutos de descanso entre as séries. Tempo da atividade: 15 min.

O tempo médio da aula será de 50 min, podendo variar de acordo com a quantidade de alunos por turma. Sendo os 10 minutos finais para atividades livres.

Recursos: Flutuadores (prancha e macarrão).

Avaliação: Participação dos estudantes.

Adaptação ao Meio Líquido (Plano de aula 5).**Plano de aula 05**

Objetivo: Desenvolver o trabalho de pernada e respiração (frontal e lateral).

Conteúdo: Iniciação a Natação.

Metodologia/estratégias:

A primeira dinâmica refere-se ao exercício de pernada do nado livre com o desenvolvimento da respiração frontal. Nesse sentido, os alunos irão segurar a barra de apoio lateral da piscina e exercitar a batida de pernas do nado livre, realizando a respiração frontal. A dinâmica envolve 3 séries de 7 repetições (até o limite físico dos discentes). O Intervalo de descanso será de 2 minutos a cada série.

O objetivo do exercício é aperfeiçoar a pernada do nado livre, além de exercer o fortalecimento das regiões corporal trabalhadas. Tempo da atividade: 15 min.

A segunda atividade consiste em segurar o apoio lateral da piscina, desenvolver a batida de pernas do nado livre e executar a respiração lateral. Para isso, os discentes durante o exercício de pernada deverão retirar um dos braços da barra de apoio, estender em direção a cintura e trabalhar os movimentos de rotação da região do tronco e cabeça (movimento do nado livre), desenvolvendo desse modo a respiração lateral.

Os exercícios serão trabalhados em 4 séries (duas séries, envolvendo cada lado da respiração) de 5 repetições. O intervalo de descanso será de 2 minutos entre as séries. O objetivo do exercício é exercitar a respiração lateral. Tempo do exercício: 15 min.

A próxima atividade refere-se a uma dinâmica de mergulho. De modo recreativo, os discentes irão desenvolver pequenos mergulhos, a fim de passar curtos períodos de tempo de joelhos ou sentados, imersos sobre a água. O objetivo da dinâmica é estimular o controle da respiração e o domínio corporal sobre a densidade aquática. Tempo da atividade: 10 min.

A aula será realizada no tempo total de 45 minutos. Os 15 minutos finais envolve atividade livres.

Recursos: Flutuadores.
Avaliação: Participação dos discentes.

Fundamentos da Flutuação (Plano de aula 6).

Plano de aula 06

Objetivo: Desenvolver a flutuação ventral.
Conteúdo: Iniciação a Natação - Flutuação.
<p>Metodologia/estratégias:</p> <p>Objetivo específico: Desenvolver os princípios básicos da flutuação. Exercitar a flutuação na posição de decúbito ventral.</p> <p>Organização: Os discentes estarão enfileirados sobre a borda lateral da piscina e, utilizarão, a primeira raia (no sentido vertical) na terceira e quarta dinâmica. As atividades serão realizadas com dois grupos, onde cada grupo será instruído pelo professor e monitor da disciplina.</p> <p>Desenvolvimento:</p> <p>1. Primeira atividade</p> <p>A dinâmica refere-se ao trabalho de imersão aquática. O objetivo da dinâmica é trabalhar a respiração (inspiração/apneia/expiração) e desenvolver o controle corporal quando imerso na água. Essa atividade pedagógica é bastante importante antes de iniciar o trabalho de flutuação como um todo.</p> <p>Nesse sentido, os alunos irão realizar pequenas imersões, a fim de permanecer o máximo de tempo ajoelhados ou sentados sobre a profundidade aquática. Desenvolvendo dessa forma o controle da respiração e o domínio corporal na água, através do trabalho de palmateios direcionados para cima.</p>

Essa atividade será realizada em 2 séries de 3 repetições, com intervalo de descanso a cada etapa. Tempo médio da atividade: 10 minutos.

2. Segunda atividade

Na segunda dinâmica, será iniciado o aprendizado da flutuação sobre a posição de decúbito ventral. Para isso, primeiramente será exemplificado aos alunos como funciona o posicionamento do corpo nesse tipo de flutuação e a importância de administrar bem a respiração, para obter a eficácia da flutuação.

Dessa forma, o exercício consiste em: 1 - segurar o apoio lateral da piscina; 2 - posicionar o corpo ventralmente sobre a superfície aquática; 3 - soltar o apoio lentamente; 4 - iniciar a flutuação; 5 – retornar à posição inicial. Esse exercício poderá ser aplicado diversas vezes, até os discentes adquirirem confiança para desenvolver a flutuação afastados da borda da piscina. Tempo médio da atividade: 10 min.

3 Terceira atividade

A terceira dinâmica envolve o exercício da flutuação com o auxílio de flutuadores (espaguete).

Para realizar a flutuação, os alunos irão segurar os espaguetes e envolvê-los entorno da cintura, além de realizar a respiração frontal. Ao longo da dinâmica serão retirados os flutuadores das pernas, aumentando assim o nível de dificuldade da flutuação e proporcionando o aprendizado de modo mais autônomo. Tempo médio da atividade: 10 min.

4 Quarta atividade

O quarto exercício envolve o trabalho da flutuação sem o auxílio dos flutuadores. Nesse exercício, os estudantes irão tentar desempenhar a

flutuação apenas com desempenho corporal, ou seja, com os braços e pernas levemente afastados do tronco (formando um x) e, com o controle respiratório.

Essa atividade poderá ser realizada próximo ao apoio lateral da piscina, evitando possíveis imersões indesejadas. Tempo médio do exercício: 10 min.

Tempo médio da aula: A presente aula será realizada com duração média de 45 minutos, podendo haver variações de acordo com a quantidade de alunos.

Recursos: Flutuadores (espaguetes).

Avaliação: Participação dos discentes e relacionamento em grupo.

Aprendizagem da Propulsão (Plano de aula 7).

Plano de aula 07

Objetivo: Desenvolver a noção de deslocamento e deslize.

Conteúdo: Fundamentos da Propulsão.

Metodologia/estratégias:

Objetivo específico: O objetivo principal da aula é proporcionar aos discentes o aprendizado referente ao fundamento do deslize próximo a superfície, em profundidade aquática e sobre a posição vertical.

Organização: Os discentes estarão organizados sucessivamente na primeira raia da piscina e sobre a barra lateral de apoio. Durante a aula, os discentes estarão sobre a instrução do professor e monitor da disciplina. Algumas atividades serão realizadas de modo individual e outras coletivamente.

Desenvolvimento:

3. Primeira atividade

A primeira atividade consiste no aprendizado do deslize sobre a superfície aquática. Antes de iniciar a dinâmica, os alunos serão instruídos sobre o posicionamento correto do corpo para a eficiência do deslize, sendo eles:

pernas próximas e estendidas; tronco alongado; braços estendidos à frente da cabeça (os bíceps deverão estar encostados nas orelhas); mãos sobrepostas; dedos estendidos e unidos; cabeça direcionada para baixo; como um todo, corpo na posição de decúbito ventral.

Para o desenvolvimento da dinâmica, os alunos utilizarão a barra de apoio da piscina, assim como a parede da primeira raia para realizar a impulsão. A atividade ocorrerá da seguinte maneira:

1 - os alunos estarão organizados sobre a barra lateral de apoio da piscina; 2 - irão segurar a borda da primeira raia; 3 - inspirar profundamente; 4 - imergir (um pouco abaixo da superfície aquática); 5 - apoiar os pés na parede da raia; 6 - realizar a impulsão, posicionando o corpo corretamente; 7 - realizar o deslize próximo a superfície aquática; 8 - retornar a posição inicial.

Essa atividade será realizada individualmente e sobre esquema de rodízio. Cada aluno no mínimo deverá realizar 5 deslizes. Tempo médio da atividade: 15 min.

4. Segunda atividade

A segunda dinâmica refere-se ao aprendizado do deslize em profundidade, ou seja, os alunos deverão executar o mesmo esquema da atividade anterior, entretanto o deslize deverá ocorrer basicamente a 1 metro da superfície aquática. Vale ressaltar, sobre a importância de manter o corpo estendido e na posição de decúbito ventral. A atividade ocorrerá no tempo médio de 15 minutos.

3. Terceira atividade

A terceira atividade refere-se ao exercício de deslize (impulso) sobre a posição vertical. Para o desenvolvimento da atividade, os discentes estarão organizados ordenadamente sobre a barra lateral de apoio da piscina. A dinâmica será realizada da seguinte forma:

1 - segurar a barra de apoio da piscina; 2 - estender o corpo para trás; 3 - inspirar profundamente; 4 - soltar a barra de apoio; 5 - realizar pequenos saltos na

vertical (braços estendidos para cima e o corpo na posição de deslize); 6 - realizar inspirações quando ultrapassar a superfície aquática; 7 – realizar a expiração na água; 8 – descansar na barra de apoio; 9 - retornar ao exercício após o intervalo de descanso.

A dinâmica será realizada em 3 séries de 10 saltos, com intervalo de descanso de 2 minutos entre as séries. O objetivo da atividade é proporcionar aos discentes, o aperfeiçoamento do controle corporal relacionado ao fundamento do deslize. Tempo médio da atividade: 15 minutos.

Tempo médio da aula: 50 minutos.

Recursos: Flutuadores.

Avaliação: Participação, evolução e relação em grupo.

Aprendizagem da Propulsão (Plano de aula 8).

Plano de aula 08

Objetivo: Aperfeiçoar o deslize.

Conteúdo: Fundamentos da Propulsão.

Metodologia/estratégias:

Objetivo específico: O objetivo da aula é proporcionar aos alunos o aperfeiçoamento do deslize próximo a superfície e em profundidade aquática, através do exercício de pernada do nado livre. Assim como exercitar a flutuação vertical.

Organização: Os discentes estarão organizados sucessivamente na primeira raia da piscina e sobre a barra lateral de apoio. Durante a aula, os discentes estarão sob a instrução do professor e monitor da disciplina. As atividades serão realizadas de modo individual.

Desenvolvimento:

5. Primeira atividade

A primeira atividade refere-se ao exercício de deslize próximo a superfície aquática, com o trabalho de pernadas do nado livre. O desenvolvimento da dinâmica é o mesmo exercido na aula anterior, porém com o incremento do exercício de pernada. Desse modo, a atividade ocorrerá da seguinte forma:

1 - os alunos estarão organizados sobre a barra de apoio da piscina; 2 – irão segurar a borda da primeira raia; 3 - inspirar profundamente; 4 - imergir (um pouco abaixo da superfície aquática); 5 - apoiar os pés na parede da raia; 6 - realizar a impulsão, posicionando o corpo corretamente; 7 - realizar o deslize próximo a superfície aquática; 8 - executar a pernada do nado livre; 9 - obter a maior distância possível, apenas com uma única inspiração; 10 - retornar a posição inicial.

Essa atividade será realizada de modo individual e sobre esquema de rodízio. Cada aluno no mínimo deverá realizar 5 deslizes. Tempo médio da atividade: 15 min.

6. Segunda atividade

A segunda atividade envolve o deslize em profundidade, com o exercício de pernadas do nado livre. A dinâmica será organizada e desenvolvida no mesmo esquema do exercício anterior, entretanto será executada abaixo de 1 metro da superfície aquática. Cada aluno no mínimo deverá executar 5 deslizes. A atividade como um todo, será realizada no tempo médio de 15 minutos.

7. Terceira atividade

A terceira atividade refere-se ao exercício de aperfeiçoamento da flutuação vertical. Nesse sentido os discentes irão desenvolver o exercício de pernada e palmateios, próximo a borda lateral da piscina. Será aconselhável o desenvolvimento do exercício sem o auxílio dos flutuadores, todavia os discentes que possuem dificuldades de flutuação poderão utilizá-los.

O objetivo da dinâmica é aperfeiçoar a flutuabilidade dos alunos, visto a importância para o desenvolvimento dos exercícios de propulsão. A atividade

ocorrerá no tempo médio de 15 minutos, com intervalo de descanso sempre que os alunos necessitarem.

Tempo médio da aula: 50 minutos.

Recursos: Flutuadores.

Avaliação: Participação, evolução e relação com os demais discentes.

Nado Livre: coordenação e aperfeiçoamento do nado (Plano Aula 09).

Plano de aula 9

Objetivo: Iniciar a prática do nado livre.

Conteúdo: Iniciação ao nado livre.

Metodologia/estratégias:

Objetivo específico: Iniciar a prática do nado livre, através de exercícios de desenvolvimento da coordenação e aperfeiçoamento da mecânica corporal.

Organização: Os exercícios serão desenvolvidos nas duas primeiras raias da piscina, onde os alunos estarão alocados de acordo com o nível de fluabilidade. No decorrer da aula, os alunos estarão sob a supervisão do professor e monitor da disciplina.

Desenvolvimento:

1. Primeira atividade

Na primeira dinâmica os alunos irão desenvolver exercícios de propulsões com o auxílio de flutuadores (prancha e pullbuoy). A dinâmica será desenvolvida em duas etapas, sendo elas:

- Primeira Etapa: Exercício de propulsão com a utilização da prancha.

O exercício consiste em desenvolver 4 deslocamentos (partida e retorno) no sentido vertical da piscina, com a utilização da prancha. O exercício será desenvolvido do seguinte modo:

1. os alunos estarão alocados nas duas primeiras raias da piscina e deverão estar munidos com pranchas; 2. realizar o movimento de deslize, impulsionado os pés na parede da piscina; 3. desenvolver propulsões de pernas; 4. realizar a respiração frontal; 5. descansar na borda posterior e retornar ao exercício.

A dinâmica será desenvolvida com um aluno por raia. Dessa forma, os alunos que possuem maior nível de flutuabilidade estarão alocados na segunda raia da piscina. Tempo médio da atividade: 15 min.

- Segunda etapa: exercício de propulsão com a utilização do pull buoy.

O exercício consiste em realizar 4 deslocamentos, partindo da borda inicial da piscina em direção a borda posterior, realizando o seguinte procedimento:

1; inserir o flutuador entre as coxas; 2. realizar o deslize; 3. desenvolver o trabalho de braçada; 4 exercitar a respiração lateral; 5. descansar na borda posterior da piscina; 6. retornar a dinâmica realizando o mesmo procedimento.

Vale salientar que os discentes deverão concentrar o trabalho de propulsão somente na ação da braçada. Tempo médio da atividade: 15 min.

2. Segunda atividade

A segunda atividade envolve a prática do nado livre, sem o auxílio de flutuadores. O exercício consiste em desenvolver os fundamentos técnicos do nado livre, através de 4 deslocamentos (progressão e retorno) no sentido vertical da piscina.

O exercício será realizado próximo a barra de apoio da piscina, por medida de segurança. Entretanto, os alunos que possuem um bom nível de flutuabilidade poderão realizar o exercício na segunda raia da piscina. Tempo médio da atividade: 15 min.

Tempo médio da aula: 50 min.

Recursos: Flutuadores (Prancha e Pull Buoy).

Avaliação: Participação e evolução no aprendizado.

Nado Livre: exercícios de intensidade do nado (Plano de Aula 10).

Plano de aula 10

Objetivo: Desenvolver a resistência e a intensidade no nado.
Conteúdo: Iniciação ao nado livre.
Metodologia/estratégias: Objetivo específico: Proporcionar aos discentes o aumento gradativo da resistência através de exercícios que envolvem intensidade (distância x tempo). Organização: Os exercícios serão desenvolvidos nas duas primeiras raias da piscina. A distribuição dos discentes será realizada de acordo com o nível de fluabilidade. No decorrer da aula os alunos estarão sobre a supervisão permanente do professor e monitor da disciplina. Desenvolvimento: 1. Primeira Atividade A primeira dinâmica envolve o exercício de propulsão de pernas através da utilização da prancha. Os discentes irão desempenhar 5 deslocamentos na piscina (progressão e retorno) desenvolvendo o seguinte procedimento: 1 - realizar o deslize; 2 - desenvolver a propulsão de pernas (6 por 1); 3 - exercitar a respiração frontal após o ciclo da pernada; 4 - descansar na borda posterior da piscina; 5 – retornar ao exercício sobre a posição de decúbito dorsal, segurando a prancha sobre o tórax e desenvolvendo a propulsão de pernas (posição do nado costas, porém com o auxílio do flutuador). O objetivo da dinâmica é aprimorar a flexibilidade da pernada durante o nado. Tempo médio do exercício: 15 min. 2. Segunda atividade A segunda dinâmica envolve o exercício básico da braçada do nado livre. Para o desenvolvimento do exercício, os alunos irão desempenhar 5 deslocamentos

na direção vertical da piscina, utilizando o pull buoy na região das coxas e estimulando a respiração lateral. Tempo médio da atividade: 15 minutos.

3. Terceira atividade

Na terceira dinâmica os alunos irão desempenhar o nado livre, através de exercícios que estimulam a intensidade da propulsão. A dinâmica será realizada da seguinte forma:

1- Desenvolver os fundamentos do deslize e da propulsão.

2 - Na fase propulsiva (partindo da borda inicial) os alunos irão intensificar o nado através do trabalho de propulsão de pernas e braçadas. Em seguida, ao retornar da borda posterior da piscina, os alunos deverão diminuir a intensidade do nado como um todo.

O objetivo do exercício é proporcionar aos discente o aumento gradativo da resistência durante o nado. Assim como, estimular o controle respiratório por um período mais prolongado. Tempo médio do exercício: 20 min.

Tempo médio da aula: 50 min.

Recursos: Flutuadores (Prancha e Pull Buoy).

Avaliação: Participação e evolução no aprendizado.

Jogos e Brincadeiras Aquáticas (Plano de aula 11).

Plano de aula 11

Objetivo: Estimular o nado livre, a flutuação e o trabalho em equipe.

Conteúdo: Jogos e brincadeiras aquáticas.

Metodologia/estratégias:

Nome: Adaptação ao Polo Aquático.

Organização: Para a execução da dinâmica serão organizadas 4 equipes, contendo 5 integrantes. O jogo será realizada no sentido das bordas laterais da piscina e o limite final será a metade da piscina. Em cada borda lateral serão

distribuídos 2 arcos improvisados como “barras de gol”. O jogo terá o auxílio do professor e monitor como árbitros.

Desenvolvimento: O objetivo do jogo é arremessar a bola pelos integrantes das equipes, a fim de atingir a circunferência interna dos arcos (marcar o gol). O gol somente será válido, caso a bola passe por todos os integrantes da equipe. Os integrantes poderão utilizar flutuadores como auxílio para o deslocamento. Vencerá a equipe que marcar mais gols, em caso de empate cada equipe escolherá um representante para o arremesso livre.

Formato do jogo: Será realizado uma mini competição. No primeiro momento serão realizadas duas partidas entre as 4 equipes participantes, configurando-se uma eliminatórias. Em seguida, as duas equipes vencedoras irão disputar a Grande Final.

Cada partida será realizada em um tempo de 7 min, devido ao desgaste físico. Vale ressaltar que o jogo possui caráter lúdico e as regras do Polo Aquático serão adaptadas.

Recursos: Flutuadores, arcos de mergulhos e bolas.

Avaliação: Participação.

Jogos e Brincadeiras Aquáticas (Plano de Aula 12).

Plano de aula 12

Objetivo: Trabalhar a respiração, propulsão e o nado imerso.

Conteúdo: Jogos e brincadeiras aquáticas.

Metodologia/estratégias:

Nome: Em busca do tesouro perdido.

Organização: Serão distribuídos ao longo da piscina vários objetos flutuantes e não flutuantes, antes dos participantes entrar na piscina. A brincadeira contará com 4 equipes de 5 alunos (podendo haver variações). As equipes estarão

localizadas na borda lateral da piscina, esperando o início da brincadeira a qual será monitorada através do professor e monitor.

Desenvolvimento: Após o início da brincadeira, as equipes sairão das suas respectivas posições para ir de encontro aos objetos espalhados na piscina. Em seguida, ao achar os objetos os alunos deverão voltar a posição inicial e colocá-los na parte externa da piscina para ser realizado a contagem.

Vale ressaltar que os objetos irão possuir pontuações distintas, ou seja, os imersos valerão 2 pontos e os que ficarão na superfície aquática 1 ponto. A equipe vencedora será aquela que conseguir atingir a maior pontuação.

Tempo da dinâmica: 10 min.

Recursos: Bolas de gude, bexigas, bolas de plástico, brinquedos variados e flutuadores.

Avaliação: Participação e trabalho em equipe.