



UNICAMP

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA



FEF

**ANÁLISE DAS METODOLOGIAS DE NATAÇÃO PROPOSTAS
PELA LITERATURA E SUA APLICAÇÃO NO CONTEXTO DA
PRÁTICA**

PEDRO LUIZ BROMBAL JUNIOR

ORIENTADOR: ORIVAL ANDRIES JÚNIOR

Campinas, 2016

PEDRO LUIZ BROMBAL JUNIOR

**ANÁLISE DAS METODOLOGIAS DE NATAÇÃO PROPOSTAS
PELA LITERATURA E SUA APLICAÇÃO NO CONTEXTO DA
PRÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Graduação da Faculdade de
Educação Física da Universidade Estadual
de Campinas para obtenção do título de
Bacharel em Educação Física.

Orientador: Orival Andries Júnior

ESTE EXEMPLAR CORRESPONDE A
VERSÃO FINAL DA MONOGRAFIA
DEFENDIDA PELO ALUNO: PEDRO
LUIZ BROMBAL JUNIOR E
ORIENTADO PELO PROF. DR. ORIVAL
ANDRIES JÚNIOR.

Campinas

2016

Ficha catalográfica
Universidade Estadual de Campinas
Biblioteca da Faculdade de Educação Física
Andréia da Silva Manzato - CRB 8/7292

B787a Brombal Junior, Pedro Luiz, 1994-
Análise das metodologias de natação propostas pela literatura e sua aplicação
no contexto da prática / Pedro Luiz Brombal Junior. – Campinas, SP : [s.n.], 2016.

Orientador: Orival Andries Junior.
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Universidade Estadual de
Campinas, Faculdade de Educação Física.

1. Natação. 2. Natação - Metodologia. 3. Processo pedagógico. I. Andries
Junior, Orival. II. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação
Física. III. Título.

Informações adicionais, complementares

Palavras-chave em inglês:

Swimming

Titulação: Bacharel

Banca examinadora:

Ulisses Guimarães Martinho

Data de entrega do trabalho definitivo: 25-11-2016

COMISSÃO JULGADORA

Orival Andries Júnior
Orientador

Ulisses Guimarães Martinho

*Dedico este trabalho a Deus e a minha
família com todo carinho.*

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer primeiramente ao meu orientador, profº. drº. Orival Andries Junior por sua dedicação e paciência comigo durante este período em que convivemos.

Também gostaria de agradecer à banca, por participar e opinar neste trabalho dando sua honrosa contribuição.

Gostaria de agradecer aos meus colegas de sala, por todos os momentos em que estivemos juntos, em todos os trabalhos, todas as festas e por tudo mais que passamos nestes anos.

Agradeço ao apoio da minha família, que sem vocês eu não chegaria até aqui.

Enfim, a todos que contribuíram direta ou indiretamente para a realização deste trabalho. Obrigado!

BROMBAL JUNIOR, Pedro luiz. Análise da metodologias de natação propostas pela literatura e sua aplicação no contexto da prática. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas. Campinas, 2016.

RESUMO

Este texto objetiva suprir a necessidade que os profissionais atuantes na área de iniciação à natação quando se deparam com o assunto metodologia. Um recorte histórico foi realizado para poder se compreender o que é a natação e como ela se desenvolveu para chegarmos a organização pedagógica que temos hoje e, como isso pode ser aplicado nas aulas. Para isso foi realizada uma revisão de literatura acerca do que havia sido publicado com o tema e feito uma breve descrição de cada uma, seguido de uma crítica. Identificou-se que os educadores devem priorizar a organização de seu ensino com atividades adequadas e com avaliações periódicas, levando em conta seus aspectos maturacionais e o nível de desenvolvimento que seus alunos se encontram.

Palavras-Chaves: Natação; Natação - Metodologia; Processo pedagógico.

SUMÁRIO

OBJETIVO	9
METODOLOGIA.....	10
JUSTIFICATIVA	11
1.INTRODUÇÃO.....	12
1.1 O que se entende por natação?.....	12
1.2 História.....	12
2.METOLOGIAS APLICADAS NAS ESCOLAS DE NATAÇÃO	17
PROPOSTA DO AUTOR: David Machado.....	17
PROPOSTA DOS AUTORES AUTORES: R. Catteau & G. Garoff	21
PROPOSTA DO AUTOR: Mervyn L. Palmer.....	26
PROPOSTAS DOS AUTORES: Célia Corrêa & Marcelo Massaud	38
PROPOSTA DOS AUTORES: Dircema Franceschetto Krug & Patricia Esther Fendrich Magri	44
3.CONSIDERAÇÕES FINAIS	51
4.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	53

OBJETIVO

Realizar um estudo na literatura a fim de identificar quais são as metodologias descritas por diferentes autores e discutir como essas metodologias podem ser usadas nas escolas de natação durante a prática.

METODOLOGIA

Foi feita uma revisão em um amplo material bibliográfico encontrado na biblioteca da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas, através de livros e dissertações e, também, em artigos relacionados ao tema ‘Pedagogia da Natação’ em português no site de buscas SciElo.com, e do acervo eletrônico da Biblioteca da Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Realizou-se uma descrição a respeito de todas as metodologias estudadas com uma análise crítica sobre cada uma e, ao final, foi feita uma discussão sobre a aplicabilidade dessas propostas nas escolas de natação.

JUSTIFICATIVA

Existem muitas formas de se ensinar e aprender a natação. Devido a isso, a literatura se mostra bastante produtiva com relação aos meios e métodos que deverão ser adotados para cada aluno em determinada faixa etária. Para isso, foram reunidas propostas de diferentes autores, a fim de, facilitar a busca por esse conhecimento e, também ajudar os profissionais da área a entender com mais clareza como se mostra mais eficaz a aplicabilidade desses conhecimentos nas suas aulas diárias.

1.INTRODUÇÃO

1.1 O que se entende por natação?

Natação para Catteau & Garoff (1990) compreenderá “toda prática de atividade humana na água e na sua superfície, que exclui uma subordinação permanente à utilização de acessórios ou de artifícios para atingir uma autonomia sempre maior e que se exprime por um desempenho”.

Dasmasceno (1992, citado por Faustino, 1999, p.8) cita algumas definições sobre o tema:

Guinovart (1972), define a natação como sendo um esporte de desenvolvimento por excelência, implicando na vontade de vencer a natural aversão à água fria, assim como um elemento inabitual.

Esteva (1977) considera que a natação consiste em manter-se a flutuar na água, e diante a ajuda de certos movimentos ordenados e segundo determinados princípios.

Lewin (1978) caracteriza a natação como sendo um desporto que constitui uma fonte de recreação, de alegria de viver e de saúde, para as pessoas de todas as idades.

Freitag (1982) oferece um conceito geral e um restrito. No conceito geral a natação inclui os saltos para a água (ornamentais), o polo aquático, a natação submarina, o mergulhar, o salvar vidas e a natação propriamente dita. O conceito restrito, refere-se à natação como sendo compreendida pelos quatro estilos que são: crawl, costas, peito e golfinho.

Outras definições também acercam sobre a natação como: "ação e efeito de nadar", entendendo por nadar: "transladar-se uma pessoa ou animal na água, ajudando-se dos movimentos necessários e sem tocar o solo nem outro apoio" (REAL ACADEMIA ESPANHOLA, 1997)

Com todas essas definições, pudemos concluir que a natação está mais próximo do que escreveram Catteau & Garoff (1990) e Esteva (1977), como uma prática humana que visa deslocar-se na água se utilizando de movimentos coordenados sem a utilização de material flutuante. Não necessariamente para se saber nadar há a necessidade de saber executar os quatro estilos: borboleta, costas, peito e crawl. Basta mover-se do ponto “A” ao ponto “B” sem precisar executar um movimento definido tecnicamente.

1.2 História

Segundo constatações históricas citadas no livro ‘o ensino da natação’ de Catteau e Garoff (1990) pinturas rupestres envolvendo a natação estão presentes desde

as origens da humanidade tendo achados de até 9000 anos antes de nossa era. Enquanto Lewillie (1983), cita achados de 5000 a.C. de pinturas da rocha de Gilf Kebir no Egito.

Para os povos antigos a água era um ambiente hostil onde habitava o desconhecido e onde o homem ainda não tinha o domínio. Seus contatos com a água eram apenas para sobrevivência, seja para fugir de animais ou para caçá-los. Com o passar dos tempos o domínio do meio líquido o homem passou a desenvolver maneiras de se deslocar mais rapidamente na água mas, sem um padrão de movimento bem definido. Ora, neste momento se tornava necessário aprender a se locomover na água e com isso, foram sendo desenvolvidas técnicas ditas como mais eficientes.

Para esses povos o ato de saber nadar era tão importante quando saber ler e escrever, Faustino (1999) em seu estudo cita um trecho da lei de Platão onde escreve: "todo cidadão educado é aquele que sabe ler e nadar.", o que demonstra como esse domínio do meio líquido se fazia necessário desde a época desse importante filósofo. Mas foi só em 1538, que foi publicado o primeiro manual de natação, como Faustino (1999) cita em seu estudo:

Contudo, em 1538, de acordo com Wilke, apud Damasceno (1992), foi publicado o primeiro manual de natação escrito por Nikolaus Wynmann com o título "O nadador ou um diálogo à cerca da arte de nadar". Foi através deste manual, que desenvolveram-se métodos de ensino da natação, partindo do errôneo pressuposto que a flutuação era conseguida através dos movimentos de impulsão na água e, para isso, os alunos praticavam durante horas os movimentos fora d'água para que fossem mecanizados e, só então, os executavam dentro d'água; não havia a preocupação em primeiro adaptar o aluno ao meio líquido para depois ensinar-lhe os movimentos. Porém, em 1925, Kurt Wiessner, citado por Wilke, apud Damasceno (1992), conseguiu livrar-se desta visão mecanicista da aprendizagem, destacando a importância de um processo de adaptação ao meio líquido, como sendo o primeiro passo para o aprendizado da natação, pois o essencial para ele era primeiro tirar o medo perante o desconhecido, a água, e só depois, aplicar os movimentos específicos da natação (FAUSTINO, 1999, P. 2-3).

A evolução dos métodos segundo esses autores é incontestável, porque já se compreende que naturalmente o ser humano ainda não domina esse meio e antes de se ensinar os nados propriamente ditos, há a necessidade, de uma adaptação a este novo ambiente. Adaptação esta que deve fazer com que o aprendiz se torne autônomo diante de qualquer situação adversa que venha surgir na água, além de ter que aprender a lidar com as diferentes propriedades da água como flutuabilidade, pressão, viscosidade que são situações diferentes das vividas por nós em terra. A percepção do corpo nesse novo espaço também muda já que não sustentamos o mesmo peso corporal na água como sustentamos em solo seco. Ainda há alteração de nosso centro de gravidade que se torna muito mais

instável pela diversidade de movimentos possíveis em meio a água e também, o empuxo que é relativo à massa de água deslocada, portanto sua posição não será, necessariamente, a mesma do corpo humano não homogêneo. (PALMER, 1990)

Com a evolução da modalidade e dos estilos, foi necessário o desenvolvimento de uma seqüência pedagógica, na qual estivesse contida uma ordem de ensino progressiva. De acordo com Lima (1998), na atualidade a seqüência pedagógica está composta pelas seguintes etapas: familiarização ou adaptação ao meio líquido, flutuação, respiração, propulsão e mergulho elementar. O processo de adaptação ao meio líquido é um período de conhecimento e exploração, o qual implica em trabalhar fatores como superação do medo, aquisição de confiança e motivação. Nesta fase, o enfoque é predominantemente educativo, ensinando-se as habilidades motoras básicas como deslocamentos, equilíbrios e imersões. A flutuação de um corpo na água ocorre quando as forças empuxo e gravidade estão em equilíbrio, mantendo este em um posicionamento positivo e confortável, com um melhor aproveitamento hidrodinâmico. A mecânica respiratória no ambiente aquático se torna um pouco diferente, onde o indivíduo deve inspirar o ar pela boca e expirar pelo nariz. A propulsão é um trabalho conjunto de braços e pernas, sendo a capacidade do indivíduo de locomover-se no meio líquido através de seus próprios recursos, completando o processo de adaptação. O mergulho elementar se caracteriza pelo aprendizado das diferentes formas de se entrar na água.

Segundo Lima (1998) e Machado (1984), por muito tempo predominou nas escolas de natação o método mecanicista, tal qual priorizava a técnica. Isso acontecia principalmente pelo fato dos professores de natação também serem técnicos das equipes de treinamento de natação. Com a evolução das pesquisas percebeu-se que era preciso adequar o ensino conforme as necessidades de cada aluno, levando em consideração aspectos pedagógicos, assim como a motivação e a individualidade biológica. Segundo Caetano (2013):

Por ser uma modalidade utilitária e bastante praticada, foram desenvolvidos alguns métodos de ensino-aprendizagem que enfatizam determinada abordagem pedagógica, métodos estes que sofreram influência de diferentes correntes de pensamento, o que possibilitou uma melhor organização pedagógica do conteúdo. Tais métodos foram pautados em correntes de pensamentos que, de acordo com Lima (1998), sofreram principal influência das idéias de Piaget, Pavlov, Thorndike e a da concepção Gestalt.[...]

“Metodologia de ensino é o conjunto de métodos e técnicas utilizados afim de que o processo ensino-aprendizagem se realize com êxito” (BOFF, 2009, p. 22). É por meio da metodologia que se tem uma melhor organização dos

conteúdos no que se refere a níveis de dificuldade e capacidade de assimilação dos alunos. Segundo Machado (1984), apud Marques e Galhardo (2009) e Boff (2009), existem três concepções metodológicas para o processo de ensino-aprendizagem, as quais se utilizam de formas diferentes da sequência pedagógica utilizada no ensino da natação, que são a concepção global, concepção analítica e concepção sintética. A concepção global é uma corrente antiga de ensino, na qual não há preocupação em sistematizar o conteúdo. O ensino acontece de forma global, ou seja, não é fragmentado, baseando-se na imitação dos movimentos. A concepção Analítica visa um aprimoramento técnico, dividindo-se o ensino em partes, passando do conteúdo simples para o mais complexo, tornando a aprendizagem mais funcional. Já a concepção sintética não obedece a um padrão de ensino, partindo de um conteúdo geral para um específico. Nesta concepção o professor modela o conteúdo fazendo adaptações, inserindo, por exemplo, jogos, brincadeiras e situações-problema”. (Caetano, A. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 17, Nº 176, Janeiro de 2013, p.1).

Segundo Fernandes e Da Costa (2006) pouca atenção tem sido dada em sistematizar a pedagogia da natação nos livros didáticos, fazendo com que os professores criem seu próprio método de ensino em suas aulas, tornando-as pouco fundamentadas teoricamente.

Para Moisés (2009), as principais linhas metodológicas utilizadas na atualidade são a metodologia tradicional e a metodologia baseada no ensino lúdico. A metodologia tradicional segue um esquema no qual os exercícios são agrupados de acordo com sua complexidade, com o intuito de aprimoramento do gesto motor, enquanto o método baseado no ensino lúdico busca a adequação das atividades aos diferentes tipos de alunos, abordando conteúdos como a adaptação ao meio líquido, propiciando a integração dos alunos com o meio e entre si.

Conforme Baggini (2008), a organização dos conteúdos ocorre por meio da pedagogia, compreendida como os métodos e estratégias utilizados a fim de se obter uma melhor assimilação do conteúdo por partes dos alunos, sendo as principais a pedagogia global, analítica e moderna. A pedagogia global é caracterizada pelo aprendizado através da prática, no qual o professor se torna ausente no processo de aprendizagem. A pedagogia analítica, o professor organiza uma sequência, introduzindo o ensino dos movimentos fora do ambiente aquático. A pedagogia moderna é uma junção das pedagogias global e analítica, organizando o conteúdo do simples para o complexo, além de unir teoria e prática.

De acordo com Mann; Gonzalez; e Kleinpaul (2009), existem dois métodos muito utilizados nas escolinhas de natação. O primeiro se desenvolve a partir do método parte-todo-parte, no qual o conteúdo está fragmentado em partes e o aprendizado ocorre

por meio da junção dessas partes. O segundo se baseia no método todo-parte-todo, que busca priorizar a adaptação ao meio líquido, enfatizando o nadar de forma geral.

Os métodos de ensino-aprendizagem da natação na atualidade se encontram dividido basicamente em duas correntes: uma primeira, tecnicista, na qual o conteúdo é fragmentado e dividido em níveis de dificuldade e a segunda, que considera o processo de adaptação e familiarização ao meio líquido como parte do conteúdo na aprendizagem do nadar (CAETANO, 2013).

2.METOLOGIAS APLICADAS NAS ESCOLAS DE NATAÇÃO

PROPOSTA DO AUTOR: David Machado

Uma pergunta que permeia a todos os profissionais e a todos os pais é: Qual a idade na qual alguém deve começar a aprender a nadar? E a resposta dessa pergunta para esse autor é: “Em qualquer idade”. Mas claro que devemos nos atentar as necessidades de cada faixa etária.

1. De seis a dezoito meses: As crianças já têm seus primeiros contatos com a água, em alguns países da Europa, Estados Unidos e também no Brasil, com uma noção bastante desenvolvida nos países escandinavos.
2. De dezoito meses a 3 anos: Já é uma realidade em qualquer curso particular ou clube, evidentemente com o emprego de métodos especiais, com a presença do pai ou da mãe ou de ambos nessas duas primeiras faixas etárias.
3. De 3 a 7 anos: É de grande valia o aprendizado nessa faixa etária, embora já tenham nascido, interiormente a sensação do medo, a noção do perigo e, muitas vezes, a dificuldade no excesso de proteção criado pelos pais.
4. De 7 a 10 anos: Aprendizagem seguida de um aperfeiçoamento que é de grande sucesso nessa época, pois a criança está com sua coordenação motora mais equilibrada, com sua compreensão mais desenvolvida e pode, inclusive, ter metas competitivas.
5. De 10 a 13 anos: Um aprendizado com maiores dificuldades, que vão crescendo com a evolução da idade, devido à elasticidade muscular e flexibilidade das articulações, que são menores à medida que avança a idade. Pelas reações criadas frente ao estímulo da água. Mas ainda é uma idade em que se obtêm bons e rápidos resultados.
6. De 13 a 16 anos: Aprendem mais como natação utilitária, não se interessando por futuras possibilidades, a não ser em certos casos. Mas ainda é um bom aprendizado motor, embora com maiores dificuldades em relação às anteriores.
7. De 16 a 18 anos: Proximidade com a idade adulta. Maiores dificuldades, maiores problemas, aprendizagem mais difícil e demorada, mais exequível como em qualquer outra faixa etária.

8. De 18 a 30 anos: Idade adulta onde os problemas se avolumam. Os pensamentos negativos tomam conta dos alunos. A aprendizagem pode demorar um pouco mais de tempo; mas, com certeza, terá êxito.
9. Idade madura e velhice: A partir dos 30 anos o sedentarismo começa a causar problemas de saúde. É nessa fase, portanto, que muitos procuram a natação como forma de exercício físico de manutenção. O professor deve considerar as características desta faixa etária e, além de visar o aprendizado de habilidades, objetivar também a melhora da condição cardiovascular em níveis compatíveis com os aprovados pelo exame médico de admissão. O adulto não habilitado também tem uma característica psicológica importante, que é o instinto de autopreservação, que o impede de realizar alguns exercícios em que sinta insegurança.

Conceitos da aprendizagem autodirigida

Um método alternativo que trata de um assunto polêmico, é a cópia do gesto como forma de aprendizado. Este método foi idealizado e inicialmente implantado em Porto Alegre. Apesar de parecer um pouco paradoxo, utiliza a aprendizagem descoberta pelo próprio aluno, mas sob direção e supervisão do professor.

1. Apresentação: Reunir os alunos interessados em iniciar aulas de natação e perguntar se sabem como uma pessoa nada. A resposta é imediata, com demonstração em pé, geralmente do nado crawl.
2. Demonstração: perguntar ainda se são capazes de imitar na água. A resposta nem sempre é um “sim”, mas dificilmente é um “não”. Muitas vezes dizem “vamos ver”, “acho que sim”.
3. Verificação: colocar os alunos na água rasa, um por vez, dando-lhes segurança e solicitando que demonstrem o que acham que é "nadar". Muitos serão capazes de se deslocar, mesmo sem saber respirar ou bater as pernas, mas sempre algum dentre eles se destaca proporcionando ao professor a oportunidade de ser o exemplo.
4. Observação: pedir que todos observem o aluno que se destacou e perguntar: “como ele faz com o braço?”, “você são capazes de fazer igual?”.

5. A resposta: os alunos, um a um, tentarão demonstrar os gestos do companheiro. Deixando que eles executem, perguntando uns aos outros, que estão observando, quem está nadando igual a quem, se está parecido ou não com quem nadou primeiro etc. É de grande interesse ouvir e aproveitar as respostas às perguntas e as tentativas de cada um para executar o nado da melhor forma.
6. Próximo passo: uma vez obtida consistência na execução inicial, perguntar-se se sabem o que fazer com as pernas. Da mesma forma, responderão, demonstrarão, sendo este a chave para o desenvolvimento da pernada. Analogamente, se propõe observar a respiração, a coordenação e outros parâmetros do nado. O professor, muitas vezes, se admira ouvir do que os alunos são capazes por si mesmos. Dessa maneira, estimulando cada aluno, o professor conseguirá envolver todo o grupo. Cada movimento oportunamente interessante servirá de exemplo para imitação.

Divisão dos alunos em turmas

Os alunos podem ainda ser subdivididos em fases de desenvolvimento das habilidades, como por exemplo:

Fase 1: da iniciação, até conseguir certa locomoção, aprendizagem de controle respiratório e controle de movimentos, entrada na água em posição de mergulho.

Fase 2: nadar o crawl satisfatoriamente, aprendizagem do nado costas.

Fase 3: aprendizagem dos nados peito e borboleta, nadar em maiores distâncias, aprendizagem de saídas e viradas.

O ensino de natação não tem uma divisão fixa e clara entre aprendizagem e aperfeiçoamento, uma vez que em nenhuma das fases se deixa de ensinar. Para clarificar as fases e proporcionar a possibilidade de um estudo mais dirigido, podemos dividir didaticamente em aprendizagem, o aperfeiçoamento e treinamento.

O tópico aprendizagem podemos subdividir em:

1. Adaptação ao meio aquático
2. Respiração e flutuação
3. Noções de deslize
4. Propulsão utilizando as pernas
5. Propulsão utilizando os braços

6. Coordenação
7. Mergulho elementar
8. Avaliação de habilidades

Ideia central do autor

Discorrer sobre qual a idade ideal para se iniciar a prática da natação foi um assunto que sempre esteve presente em escolas e clubes de natação. O autor está certo em dizer que em todas as idades se pode iniciar a prática desse esporte, porém cada faixa etária apresenta sua dificuldade, tanto para quem está aprendendo quanto para os professores. O importante é sempre estar atento às necessidades de cada um para tornar assim o aprendizado o mais direcionado possível, e é isso que ele passa quando divide em tópicos cada faixa etária para exemplificar separadamente como satisfazer às necessidades de todos os praticantes do esporte.

Na maioria dos esportes coletivos se incentiva a aprendizagem através da metodologia global funcional, onde não se aprende pela simples repetição de movimentos, muitas vezes sem fazer o aluno entender o porque está realizando, ele aprende através de jogos ou da, como proposta por esse autor, aprendizagem autodirigida, em que o professor, por meio da interação com os iniciantes, traz o conhecimento dos alunos para a aula e procura aperfeiçoar os movimentos aos quais eles já têm domínio. Este método de ensino-aprendizagem torna-se menos impositivo e facilita a compreensão da execução dos movimentos.

Mas vale lembrar da importância de se avaliar os alunos para identificar os níveis aos quais eles se encontram, para a formação de turmas homogêneas podendo facilitar ao professor atingir com mais exatidão as necessidades de cada turma.

PROPOSTA DOS AUTORES AUTORES: R. Catteau & G. Garoff

Condições materiais:

- Das superfícies pedagógicas e das condições de sua utilização;
- Da forma e da profundidade das piscinas utilizadas;
- Do material que poderá ser utilizado;
- Da procura do acesso permanente às instalações.

Organização pedagógica

Para satisfazer às necessidades ilimitadas dos alunos:

- Circuitos de aquisições;
- Grupos de professores;
- Adaptação e reorganização de maneira permanente;
- Auto controle individual ou coletivo dos alunos (motivação-estimulação);
- Participação ativa e consciente do aluno.

Organização da técnica

Estruturação da natação:

- Equilíbrio;
- Respiração;
- Propulsão;

A eficiência pedagógica pressupõe uma atitude permanente de pesquisa por parte dos professores e um conhecimento dos problemas de conjunto e de detalhes. Uma atitude experimental permanente deve permitir que se descubra os pontos fracos ou insuficientes da prática ou da teoria e corrigi-los.

Material individual:

A utilização de bóias e flutuadores é condenável na procura do equilíbrio ou na experiência da flutuação. Ao substituir uma função ela retarda a intervenção desta sem resolver os problemas fundamentais. Devemos lembrar que os primeiros contatos com água devem ser feitos em grandes profundidades sem a utilização desses acessórios.

Deve-se, contudo, reconhecer que aqueles que os excluem totalmente nunca chegam a proporcionar a seus alunos uma técnica respiratória correta quando abordam a natação através dos nados ventrais. Eles se vêem diante de um círculo vicioso: a velocidade é necessária para respirar bem, mas para ser veloz é necessário saber respirar corretamente.

Continuidade da aprendizagem:

Adaptação a um novo meio, a aprendizagem da natação pressupõe continuidade e frequência das relações indivíduo-meio, sem as quais é ilusório esperar a adaptação da qual decorrerá o gesto correto. Para que a natação seja acessível ao maior número possível de pessoas é indispensável proporcionar o seu ensino na escola primária; mas é imprescindível ORGANIZÁ-LO.

Organização pedagógica

Definido nosso objetivo: satisfação qualitativa e quantitativa das necessidades ilimitadas dos alunos visando o domínio do comportamento aquático. Precisaremos previamente adotar um sistema pedagógico. Teremos a escolha da distribuição dos alunos:

- em grupos homogêneos;
- em grupos heterogêneos.

Quando se insiste na assimilação da matéria ensinada, é tradicional basear-se nos grupos homogêneos em função da estruturação da matéria. Neste caso deve-se:

- A) Determinar o ponto de partida e o nível ou os níveis superiores imediatamente acessíveis;
- B) Organizar o espaço associando-lhe pontos de referência conhecidos dos alunos e dos professores;
- C) Atribuir a cada membro do grupo de professores um espaço definido e algum problema específico a resolver;
- D) Determinar as modalidades de reorganização.

A partir de critérios objetiva e coletivamente definidos, cada professor deverá julgar se as transformações observadas implicam, no final da aula, na passagem para um outro grupo ou se as bases frágeis ou instáveis impõem um retorno imediato ao grupo precedente.

O grupo de professores deve organizar-se de maneira permanente, com intervalos de tempo previstos, em função da avaliação das aquisições dos alunos.

Controle de aquisições

Para não ser anárquico, o ensino deve recorrer a um certo número de marcações, de critérios que objetivem a evolução dos alunos.

Da parte dos autores, estão persuadidos de que é preferível confiá-lo aos alunos, adotando processos que permitam a visualização e a comparação dos resultados. Cada qual toma assim consciência de seus progressos, eventualmente da evolução do grupo ao qual pertence e ao mesmo tempo dos progressos dos indivíduos ou dos grupos com os quais o aluno se vê confrontado.

O boletim do aluno que fizemos para várias municipalidades, destinado ao aluno, revelou-se um fator estimulante e um elo entre professor e seus alunos pelo qual os pais geralmente se interessavam.

Na prática tradicional, o grupo desempenha apenas um papel formal e o número de seus membros pode muito bem variar em função dos critérios de classificação neste ou naquele nível. A motivação muitas vezes é reforçada pela emulação ou pela competição inter-individual.

Para que a competição se torne possível, o conjunto dos alunos deve ser repartido em subgrupos que tenham as mesmas oportunidades de triunfar. Cada subgrupo torna-se assim um conjunto heterogêneo. As competições de grupo a grupo podem então valorizar, da mesma forma, os progressos sem levar em conta os níveis ou então diferenciar os “pontos” em função das “dificuldades” menos ou mais objetivamente determinadas.

Organização da técnica

Para o pedagogo, a técnica representa um insubstituível acúmulo de experiências que culminam no gesto: o mais eficiente, mais econômico do momento.

Seria pois um erro não ensinar o gesto mais adequado, mas o pedagogo recusa atitude que consiste em:

- esperar, da execução global repetida, a melhor aquisição;
- acreditar que a decomposição e a mecanização possam resultar no gesto técnico.

Embora não seja direta e imediatamente acessível, a técnica pode ser ensinada se forem colocados em evidência as “articulações” que simplificam o gesto sem o descaracterizar.

Para uma tal estruturação da matéria a ser ensinada, propomos que se insista alternativamente em cada um dos componentes:

- equilíbrio
- respiração
- propulsão

Ideia central dos autores

Os autores deste livro enfatizam bem a necessidade de uma constante avaliação dos alunos por parte dos professores para se poder identificar possíveis erros e, com base na teoria e na experiência alcançar um melhor gesto técnico. Porém, é de grande importância que os professores estejam dispostos a pesquisar e agrupar os alunos em grupos que possam evoluir de uma maneira mais homogênea.

A natação para Catteau e Garoff se estrutura em três grandes pilares que são eles: equilíbrio, respiração e propulsão. Com esses três pilares o aprendiz poderá deslocar-se na água sem o auxílio de materiais como bóias, que, segundo os autores, nunca proporcionarão aos alunos a técnica respiratória correta. Outro fator de grande importância para a aprendizagem é a continuidade e frequência nas aulas, porque somente assim o professor conseguirá identificar as principais necessidades e falhas na técnica para assim, agrupá-lo em uma turma de mesmo nível e facilitar as suas aquisições de acordo com seu nível. Aquisições essas que deverão ser previamente estipuladas pelos organizadores do sistema pedagógico adotado na escola de natação para dar direcionamento no ensino. Ou seja, dar um começo e um fim para que se possa passar a um nível seguinte, adotando processos que permitam a visualização e a comparação de resultados.

Portanto, vale ressaltar que neste método apresentado acima a adoção do sistema pedagógico pela instituição que oferecerá o ensino da natação, é um fator determinante que influencia diretamente na aprendizagem e desenvolvimento motor de cada um. Sem um sistema bem definido não é possível saber qual nível o aluno se

encontra e em qual turma ele se encaixaria melhor, qual grupo de pessoas apresentam o mesmo nível técnico, para então, se aplicar avaliações sistematizadas e controlar a evolução dos alunos individualmente.

PROPOSTA DO AUTOR: Mervyn L. Palmer

O número ideal de não nadadores durante as aulas é de seis a doze, embora a experiência nos ensina a enfrentar satisfatoriamente um número maior sem maiores problemas. Porém, é importante que se tenha material para todos, principalmente os flutuantes que possam auxiliar na segurança que deve ser o fator predominante, seja qual for a atividade que está sendo realizada: natação ou saltos. Vale salientar que são muito importantes a frequência e a regularidade nas aulas.

Planejamento: o principal objetivo de um planejamento deve ser promover a arte da natação e divulgar todas as diversas habilidades ligadas a ela.

Durante todo o planejamento deve predominar o aspecto da segurança na água, mas aspectos secundários como transporte na água, competições de natação, saltos, salvamento, sobrevivência individual, nado sincronizado, e pólo aquático são atividades aquáticas que podem ser incluídas. O professor deve, portanto, estar equipado com um conhecimento adequado para lidar com a maioria, se não todas estas atividades.

O valor dos jogos: Todas as crianças adoram jogar. Então, se cada atividade for tratada como um jogo, um exercício. Que sob a fria luz do dia é uma tarefa, torna-se muito agradável. Um bom exemplo disso é o jogo de “pegador”.[...] Existem muitos outros jogos a serem realizados, alguns com materiais como bolas, um pedaço de corda ou um arco. Eles podem ser graduados de acordo com a idade e a capacidade dos nadadores e devem ser sempre supervisionados.

O que ensinar primeiro? A primeira preocupação deve ser ensinar as pessoas a sobreviverem na água. Ser capaz de nadar um estilo básico não significa fazer com que alguém esteja seguro na água.

[..] Talvez exista alguma coisa a mais na natação do que simplesmente ser capaz de nadar e talvez devamos levar em consideração algumas das atividades básicas de locomoção na água antes de tentar ensinar os estilos mais formais.

Isto não significa que o ensino de qualquer estilo deva ser negligenciado até que todos sejam capazes de impulsionar e deslizar ou desviar-se ou girar-se. Na verdade, se quaisquer movimentos de membros relativos a um estilo ou combinações de movimentos puderem ser praticados como sequência de alguma outra atividade, isto somente melhora o ensino.

Aula planejada: Cada aula deve ter um objetivo definido e uma progressão cuidadosamente planejada das atividades pelas quais este objetivo será alcançado.

Então, antes de ministrar a aula, devemos ter certeza de termos um plano definido na cabeça e, para formular este plano, os seguintes aspectos devem ser avaliados:

1. O número de alunos na classe;
2. As idades dos alunos;
3. Se um grupo é misto de meninas e meninos que devem ser separados: adolescentes algumas vezes perdem a concentração quando trabalham juntos;
4. Suas capacidades de locomoção: pode ser necessária uma aula para avaliar e classificar os alunos;
5. As condições, disponibilidade de instalações e temperatura da água da piscina;
6. Que equipamentos estão disponíveis, como cordas, bóias e braço, flutuadores, plataforma de saltos, anéis que afundam para práticas de salvamentos, etc.

Plano de aula básico

1. Atividade introdutória: esta atividade breve e controlada é introduzida principalmente como aquecimento para a aula. Ela leva os alunos a “se molharem”, dá condições para a aula que se segue. O professor pode determinar um tema específico para este início ou deixar os alunos escolherem livremente.
2. Recapitulação da aula anterior (se estiver relacionada com esta): Uma ligeira recapitulação do tema principal ou objetivo da aula anterior vai ser útil para ligar as duas aulas.
3. Atividade principal (baseada no tema principal ou no objetivo da aula): Este é o aspecto principal de todo o programa e deve compreender o máximo de tempo possível. Este aspecto específico não deve ser totalmente evidente durante as aulas para os iniciantes. As práticas devem ser progressivamente apresentadas em fases e acompanhadas pelos pontos do ensino. O professor deve estar consciente de quaisquer falhas que possam ocorrer durante as práticas e ser capaz de aplicar as medidas corretivas necessárias. Os erros e suas correções podem ser encontrados ao final dos capítulos referentes às diversas habilidades.
4. Atividades contrastantes: No sentido de fazer um intervalo para os alunos na aprendizagem intensa, uma pequena atividade pode ser introduzida em oposição

ao tema principal da aula, mantendo alguma relação (embora pequena) com as práticas que foram executadas.

5. Tempo livre supervisionado: A aula pode terminar com um pequeno período livre no qual os alunos podem “fazer o que quiserem”, Essa parte da aula deve ser supervisionada porque quando estão livres das restrições da parte obrigatória da aula, as crianças algumas vezes se tornam um pouco impetuosas. É necessário um controle rigoroso para que sejam prevenidas atividades perigosas.

Deve ser reservado um determinado tempo para cada parte do programa de acordo com a importância de cada atividade, embora as circunstâncias frequentemente levem o professor a ajustar a duração de cada período.

Qual estilo vem primeiro?

O autor redige neste subtítulo sobre as vantagens e desvantagens de se aplicar primeiro cada estilo (peito, crawl, borboleta e costas). Palmer (1990), diz que muitos tradicionalistas escolhem o peito como o primeiro porque ele pode ser executado de maneira tranquila, com a cabeça permanecendo alta e o rosto acima da água. Uma condição favorável a este método é a de que o nadador por não estar com a cabeça submersa, poderia aprender de modo fácil o estilo costas, já que em sua iniciação o momento da respiração não interfere tanto na execução do nado.

Iniciando pelo crawl, encontramos um problema. Para executar o estilo corretamente, na posição horizontal e estendida, é necessário que o nadador mantenha seu rosto na água e respire de forma cadenciada.

O estilo borboleta, com sua técnica específica de respiração, é realizado frequentemente depois do primeiro ou de todas habilidades previamente citadas.

Existe uma escola que sugere que, se o batimento de pernas do peito for ensinado como primeiro movimento na água, o nadador tem menor chance de desenvolver o “medo do batimento circular”. É muito difícil comprovar ou rejeitar essa teoria, porém há argumentos que vão no sentido contrário a esta, dizendo que o movimento das pernas no nado peito não se assemelha com o movimento de andar natural, como acontece nos estilos crawl e costas, devendo esses estilos entrar como os primeiros nados a serem ensinados.

Uma alternativa para este questionamento apresentado pelo autor seria permitir que o aluno tente nadar três ou talvez os quatro estilos e deixá-lo fazer sua própria

escolha em relação a qual estilo (ou estilos) lhe pareça melhor. Este método de conhecido como “multiestilo” e é considerado de grande sucesso.

Entretando, deve ser enfatizado que os quatro estilos de competição como o crawl, costas, borboleta e peito, não devem ser encarados como ponto principal no ensino do nadar.

Ideia central do autor

A segurança é um fator de que tanto professores de natação como professores de todas as outras áreas devem dar uma enorme importância. Na piscina, além de correr o risco de crianças se machucarem com brinquedos ou até uma se chocar com a outra, deve-se levar em conta o risco de vida em que todos estão submetidos dentro da água, ainda mais se tratando de pessoas que não tem habilidades suficientes para lidar com qualquer adversidade que possa vir a acontecer.

Se tratando de crianças podemos utilizar como método de aprendizagem os jogos e brincadeiras que à primeira vista parecem ser desprezíveis mas, são uma ótima ferramenta para atingir alguns objetivos específicos da modalidade como o deslocamento no meio líquido, por exemplo. Os jogos podem atingir as crianças com maior facilidade, porém, podem ser utilizadas para uma turma de adultos, desde que, mantenha seus objetivos.

Antes de aprender os quatro estilos da natação existem outros princípios que devem ser levados em consideração antes que se possa, mais especificamente, introduzir um nado ou outro. Muitos não conseguirão nadar qualquer um deles sem antes estar adaptado ao seu deslocamento na água, sem saber flutuar ou até bloquear ou expirar o ar enquanto a cabeça estiver submersa. Para se atingir todos esses objetivos a aula deve ser programada e planejada para a maior eficiência pedagógica. Para isso, o professor deve saber quantos alunos estarão na água, qual a idade deles, seu gênero e se há material disponível para todos. Vale lembrar que os materiais além de auxiliar o professor no ensino eles também têm grande importância na segurança pois, a maioria deles flutuam e podem servir de “bóia” caso haja alguma emergência.

Difícilmente alguma escola ou clube terá sucesso no ensino da natação sem antes ter planejado aula por aula e como elas se estruturarão para cada idade e objetivo e, neste livro o autor destaca um exemplo de como uma aula deveria ser estruturada como supracitado: Atividade introdutória, para aquecimento, podendo ser jogos, brincadeiras

ou até mesmo deixar livre para os alunos escolherem; Recaptulação da aula anterior, para reforçar ainda mais o que já foi aprendido e que possivelmente se tornará base para os próximos aprendizados; Parte principal, onde serão explicitados os objetivos da aula; Atividades contrastantes, para poder tirar um pouco o foco da atividade principal e manter a aula ainda motivante; Tempo livre supervisionado, para deixar com que os alunos sintam e descubram por si sós seus corpos neste ambiente novo, possivelmente tornando-as mais autônomas no futuro.

Por fim, quando se discute qual estilo deverá vir primeiro, o autor traz uma análise histórica de como foi pensado antigamente qual seria o melhor estilo e em qual momento seria melhor o início da aprendizagem de outro. Uma solução muito interessante trazida pelo autor é a de deixar com que o aluno tente todos e que aquele que apresentar maior facilidade se torne o primeiro, e posteriormente, avançando na sequência dos demais. Talvez por ter uma visão muito pedagógica da natação o autor prefere que o aprendiz demonstre suas habilidades já desenvolvidas para se trabalhar de uma maneira agradável, sem impor nenhum estilo a um o aluno que ainda não esteja suficientemente preparado para executar, do ponto de vista motor e psicológico.

PROPOSTA DO AUTOR: Willian Urizzi de Lima

Método do erro e acerto: Foi proposto e desenvolvido por Thorndike, onde a motivação é a condição fundamental para o aprendizado. Aprendizagem reforçando o êxito.

Presente em todas as atividades físicas, onde o professor proporá alguma atividade e alguns alunos irão conseguir realizá-la e outros não, dependendo do nível do exercício e maturacional. E isto acontece nas aulas de natação a todo momento, ainda mais quando em um grupo, não se sabe ao certo o nível de cada aluno.

Aprendizagem através das aproximações sucessivas: O princípio básico deste método é, através de um objetivo proposto, desenvolver uma cadeia de elos que se interdependem e na qual a condição básica é a de realizar o elo ou a etapa anterior com sucesso.

Aprendizagem através da Gestalt: Neste método o autor enfatiza a importância de nos afastarmos dos modelos mecanicistas e detalhistas, pois são modelos que priorizam a técnica e não a pedagogia do movimento. O método da Gestalt prioriza a aprendizagem do movimento através do todo ou do movimento global. Se baseia em movimentos simples e de fácil compreensão e execução por parte dos alunos. Quanto mais fácil o exercício ou menos explicações ou detalhes, melhor será sua compreensão.

Um modelo ortodoxo de aprendizagem de natação é realizar aulas sem preocupação com a faixa etária e principalmente com os níveis dos alunos. Algumas escolas de natação, para baixar custos e manter um número baixo de professores, ainda adotam esse modelo.

Outro modelo ortodoxo realizado é o de aulas com um número elevado de alunos para cada professor, falhando inclusive no aspecto da segurança, completa o autor.

Quanto ao primeiro modelo, é interessante formarmos grupos de alunos da mesma faixa etária e do mesmo nível pedagógico e, no segundo modelo, termos um número ideal de alunos por professor.

O desenvolvimento maturacional na natação

Nesta obra Lima (1998), traz uma tabela relacionando a aprendizagem de cada estilo com a idade em que o aluno se encontra.

NADO	FAIXA ETÁRIA
CRAWL	04 aos 06
COSTAS	04 aos 06
PEITO	05 aos 07
GOLFINHO	07 aos 09

Aprendizagem, maturação dos nados e faixa etária, p.17

Sabendo desses pontos se faz necessário entender quais atividades devem ser priorizadas no ensino de natação para cada faixa etária, levando em conta o desenvolvimento maturacional. Para isso o autor nos traz as seguintes definições:

- **03 Meses:** Água no rosto – bloqueios respiratórios - observa o ambiente, movimentando os braços, pernas e o olhar. Os movimentos aqui apresentados são rústicos. Realiza movimentos na água com o auxílio do professor.
- **06 meses:** Bloqueios respiratórios - observa o ambiente, movimentos de braços e pernas semelhantes ao engatinhar. Salta da borda e movimenta-se na água com o auxílio do professor. As músicas são utilizadas mais como tranquilizantes e para obtenção do elo de ligação professor - criança.
- **12 meses:** Sociabilização - reconhece o professor – Salta da borda e desloca-se sem auxílio - fica em apneia durante 10 a 20 segundos. Entende soltar o ar "bolinhas" dentro da água. Abre os olhos embaixo da água, facilitando sua orientação. Brinquedos Educativos são úteis e utilizados com objetivos pedagógicos. As músicas servem para interação entre o professor, exercício e aluno e manutenção da motivação.
- **18 meses:** Aumenta o tempo e apneia de 10 a 30 segundos. Maior o relacionamento com o meio líquido. Durante o deslocamento submerso, abre os olhos e melhora a curiosidade, explorando o meio. Relacionamento com os brinquedos, realiza-se através de fantasias, nas quais as histórias fazem parte das aulas. Nesta fase, as fantasias e as músicas são estratégias mais importantes, coincidindo com a prontidão neurofisiológica. A noção de profundidade e os primeiros sinais de defesa aparecem nessa fase (medo de não colocar os pés no fundo da piscina).
- **24 meses:** Primeiros movimentos caracterizando os nados competitivos. Movimentos das pernas conduzidos, semelhantes aos estilos crawl e costas. Movimentos dos braços rudimentares, somente utilizados como apoio para respirar (elevar a cabeça, não respiração específica dos nados). A sociabilização

manifesta-se pelas fantasias e músicas, estratégias adequadas à faixa etária. Acentua-se o receio pela parte mais funda a piscina, pois entende tudo que se passa no meio ambiente como: atitudes do professor, pais; local mais fundo. Primeiras noções de segurança - como entrar e sair da piscina – fundo – raso – evitar corridas.

- o **03 anos:** Surgem os primeiros movimentos oriundos da coordenação mais fina, como pernas de crawl e costas mais caracterizados. Movimentos de braços não somente como apoio, mas também como deslocamento. Como braçada de crawl, somente a fase submersa – mais fácil. Caracterização das fantasias nos exercícios como: Jacaré - braços estendidos, uma mão sobre a outra, deslizar pela água. Comportamento de **explorar** (grifo do autor) a piscina realizado através de brincadeiras como "caça ao tesouro" Atividades recreativas durante e ao final das aulas; saltos da borda com apoio de aros são bem aceitos.
- o **04 anos:** Acentua-se a coordenação mais fina, conseqüentemente os movimentos das pernas de crawl e costas ficam mais elaborados aproximando-se do ideal. Nesse momento as pernas começam a auxiliar a sustentação (apoio) do corpo. Quanto aos movimentos de braços, ainda são realizados com dificuldade, principalmente o movimento aéreo (recuperação) pela dificuldade de tirá-los da água.
- o **05 anos:** É comum encontrarmos nessa fase mais intensa da coordenação, crianças como desenvolvimento mais tardio em relação a outras crianças que ficam durante alguns meses sem apresentar evolução nos movimentos. Alguns realizam rapidamente o exercício, outros não. Apresentamos aos alunos a coordenação das pernas e braços e a respiração específica do crawl - respiração lateral. Os movimentos da braçada são realizados com mais facilidade principalmente a fase aérea. É importante incrementar os movimentos das mãos nas diferentes direções com o objetivo de desenvolver a sensibilidade quanto à sustentação e a propulsão (deslocamento). Iniciamos a coordenação de braços, pernas, respiração específica, até alcançarmos o nado completo, complexidade de movimentos que a criança verá realizar.
- o **06 anos:** Os movimentos coordenados dos nados crawl e costas são mais elaborados, iniciando a fase do aperfeiçoamento. É incrementado o mergulho

elementar, movimentos mais elaborados do que os saltos apresentados nas idades anteriores. As crianças realizam alguns movimentos de pernada de peito. Maturacionalmente é a idade em que as crianças mais assimilam os movimentos dos estilos crawl, costas e mergulho elementar, encerrando praticamente a primeira fase da pedagogia da natação.

Piaget estudou com muita prioridade as crianças mas, vamos tratar aqui aquelas entre zero a 24 meses, faixa etária esta que ele denominou “período sensório-motor”.

No primeiro mês de vida da criança, a maneira com que os pais molham o rosto ou transferem seu calor para a criança orientarão futuros trabalhos de aprendizagem em natação. Neste período se faz necessário que o ambiente de banho da criança seja agradável (água bem tratada e uma temperatura confortável) e pouco suscetível a estímulos externos. Porém uma pergunta que sempre circunda os pais e os professores é: Qual a idade ideal para matricular a criança em uma aula de natação?

Piaget afirma que esta idade é de 04 a 08 meses de vida, e, justifica que nesta fase a imunidade está mais desenvolvida, sendo a época ideal não para aprenderem os estilos, mas sim para se adaptarem ao meio líquido.

Dos 08 aos 12 meses é apresentado um ótimo desenvolvimento na natação tendo os brinquedos a função fundamental de integrar os exercícios e não mais apenas de chamar a atenção. Mas é a partir dos 12 aos 18 meses que as crianças começam a realizar movimentos de perna semelhantes ao engatinhar e começam a perceber e a entender melhor o meio ambiente.

É importante destacar que dos 18 aos 24 meses começam a surgir os primeiros sinais de medo, e o primeiro deles é a negação de submergir a cabeça por completo. Este medo vem daquilo que é passado pelos pais, irmãos ou qualquer pessoa que esteja a sua volta, como alertas de que a parte funda piscina é perigoso e há o risco de afogar-se e, é papel do professor utilizar fantasias para atrair as crianças como, por exemplo, histórias e músicas.

Outro período estudado bem a fundo por Piaget foi o que ele denominou de Período Pré Operacional que acontece no intervalo de 02 aos 07 anos. Neste período é desenvolvida a coordenação motora mais fina e também onde se inicia o aprendizado dos estilos da natação. “Paralelamente ao ler, escrever e à capacidade de compreender novos

conceitos, a criança aprende também a nadar os estilos, iniciando por movimentos mais rústicos até a realização de movimentos mais complexos do estilo golfinho, assimilados mais naturalmente aos 07 anos” (Lima, 1998).

O autor também cita exemplos aplicados a natação com relação ao período citado acima:

- Caracterização dos movimentos específicos da pernada.
- Coordenação dos movimentos da propulsão das pernas e braços.
- Coordenação das pernas, braços e respiração específica.
- Atividades recreativas.

Níveis de aprendizagem 03 a 08 anos

Nível 1: adaptação ao meio líquido, respiração geral, fluabilidade, propulsão das pernas, propulsão dos braços, coordenação braços e pernas, nado crawl e costas, saltos, sobrevivência.

Nível 2: adaptação ao meio líquido, respiração geral, fluabilidade, propulsão das pernas, propulsão dos braços, coordenação braços e pernas, respiração específica, nado crawl e costas, sobrevivência, saltos.

Nível 3: aperfeiçoamento crawl e costas, propulsão das pernas, propulsão dos braços, coordenação braços e pernas, respiração específica, nado peito completo, mergulho elementar, iniciação competitiva, sobrevivência.

Nível 4: aperfeiçoamento crawl e costas, propulsão das pernas, propulsão dos braços, coordenação braços e pernas, respiração específica, nado borboleta, saídas e viradas, iniciação competitiva, salvamento, sobrevivência.

Níveis de aprendizagem 09 a 12 anos

Nível 1: adaptação ao meio líquido, respiração geral, fluabilidade, propulsão das pernas e braços, coordenação pernas e braços, respiração específica, nado crawl e costas, saltos, sobrevivência.

Nível 2: aperfeiçoamento crawl e costas, peito e golfinho, saídas e viradas, iniciação competitiva, salvamento e sobrevivência, desenvolvimento aeróbio, técnica.

Nível 3: iniciação ao treinamento, saídas e viradas, iniciação competitiva, salvamento e sobrevivência, desenvolvimento aeróbio, técnica.

Idade

Divisão dos alunos dos 03 aos 08 anos e dos 09 aos 12 anos, com objetivos de diferenciar os alunos quanto ao aspecto maturacional, pedagógico e psicológico. Evidentemente que os alunos de 03 aos 08 anos apresentarão um tempo de aprendizagem maior que os alunos de 09 aos 12 anos, devido ao aspecto maturacional. Sendo assim, os alunos de 03 aos 08 anos foram divididos em 04 níveis e aos alunos de 09 aos 12 anos em 03 níveis.

Módulos

Aplicabilidade mais fácil nos clubes e escola de esportes, com períodos mais rígidos de início dos programas de natação, como de janeiro a junho ou de agosto a dezembro ou em escolas de natação com filas de espera nos horários, aplicabilidade mais fácil nas escolas particulares de natação, onde o “turn-over”, entrada e saída dos alunos, é grande. Mesmo assim, deveria contar dos planejamentos das escolas, pois é de grande valia para acompanharmos a evolução pedagógica dos alunos.

Plano de aula

O autor destaca que para um bom aprendizado as aulas devem conter: Tema específico de cada aula, objetivos, a que faixa etária esse conteúdo será apresentado, nível maturacional, duração, frequência semanal e o nível em que a turma se encontra, como apresentado anteriormente.

Ideia central do autor

Alertar sobre o grande número de alunos por professor é muito válido se tomarmos conta de que as academias, para reduzir custos e aumentar o lucro, matriculam muito mais alunos do que seria considerado ideal para cada professor.

Com relação às faixas etárias o autor se mostra assertivo quando separa alunos de faixa etária menor (03 a 08 anos) em 4 níveis diferentes e, os alunos de faixa etária maior (09 a 12 anos) em 3 níveis diferentes. Ora, já se é comprovado que o nível maturacional dos mais jovens é menor do que os da segunda faixa etária, isso pode fazer com que levem um tempo maior para adquirir as mesmas habilidades, e isso justifica um número maior de divisões em níveis de uma mesma faixa etária se comparada com as outras.

Devido a grande rotatividade de alunos nas turmas de escolas de natação esse método apresentado por Lima (1998) pode ser mais eficiente, ao passo que os alunos do

mesmo nível de aprendizado e maturação estarão na mesma turma, o que com certeza, irá facilitar o planejamento do professor para que suas aulas sejam mais voltadas para a necessidade de cada turma, reduzindo o tempo em que permanece em cada uma e, por consequência, otimizando a evolução dos alunos. Apenas vale lembrar que para este método obter êxito é necessário que haja uma avaliação estruturada e que seja aplicada periodicamente para sempre ajustar cada aluno em sua turma ideal e de mesmo nível, garantindo essa melhora no processo de ensino-aprendizagem.

Por ter uma formação em psicologia, o autor tende a levar sua proposta de ensino para esta área, e este modo de ver o ensino da natação é muito interessante. Além de nos mostrar biologicamente qual o período mais sensível para apredender determinado conteúdo ele explica com a psicologia como interagir com aluno e fazer com que ele tenha confiança no seu trabalho e em seu próprio potencial.

PROPOSTAS DOS AUTORES: Célia Corrêa & Marcelo Massaud

No método de ensino apresentado por esses autores deve haver uma organização bem sistematizada das funções de coordenador, professores e outros funcionários da escola de natação. O livro apresenta uma visão muito mercadológica daquilo que se entende por ensinar e aprender natação, e, portanto, o modelo pedagógico apresentado a seguir deve ser lido com um olhar mais voltado ao lucro do que ao aprendizado.

O modelo citado pelo livro apresenta ideias interessantes que dizem respeito às vantagens da organização pedagógica como propiciar a aquisição de vantagem competitiva duradoura em relação à concorrência, garantindo a sobrevivência do estabelecimento, a satisfação dos clientes com relação ao que foi “comprado”; redução de custos decorrentes da racionalização de processos, redução dos desperdícios, eliminação do retrabalho, fim da burocracia e controles desnecessários e, conseqüentemente, isso tudo acarretará num aumento da lucratividade.

Proposta pedagógica

A natação vem contribuindo de forma notável para o desenvolvimento das faculdades humanas, sendo também um importante instrumento pedagógico. Essa atividade favorece o processo de sociabilização dos jovens, ao acostumá-los a orientarem sua conduta de acordo com um sistema de regras gerais. Estimula o entusiasmo pela superação de dificuldades, seja ele guiado pelo espírito competitivo ou pelo desejo de vencer pessoalmente um desafio físico ou intelectual; e representa, em qualquer idade, uma forma de exercitar e aperfeiçoar a própria capacidade física, psíquica e intelectual, além de uma saudável forma de diversão.

Teste de avaliação: uma aula

Todo aluno deve fazer um teste antes de iniciar as aulas, Esse teste é importante para conhecer as condições atuais do aluno no meio líquido e, pela análise do seu desempenho, o professor possa saber de onde partir e como orientá-lo, durante as aulas, tendo em vista com aquilo que foi apresentado na primeira aula.

O livro apresenta uma visão mecanicista do esporte e isso se comprova em um dos tópicos denominado “Repetição dos Movimentos” onde, nele é dito que “é necessário repetir os mesmos movimentos várias vezes, sempre que necessário, até dominá-los completamente, para só então, passar adiante”.

A natação neste modelo deve se apresentar como uma atividade motivante e que não estimule a desistência do aluno. Ora, se o aluno vai até as aulas apenas para reproduzir movimentos, como isso será estimulante para ele? Para isso, o livro argumenta sobre a importância da continuidade na prática para poder evoluir e coloca essa missão para os pais da seguinte forma: “Se os pais permitirem que seu filho abandone algo que começou, só porque cansou ou porque não quer mais, ele vai fazer o mesmo em qualquer outro empreendimento que lhe surgir pela frente”.

Porém um ponto positivo que se deve resaltar é o atendimento individualizado que cada aluno deve ter, a fim de que se possa explicar a metodologia da escola, onde nesse momento o aluno saberá quais são as propostas pedagógicas a que ele será submetido e se essas propostas atendem às suas expectativas. Será explicado que os resultados nessa modalidade são de médio a longo prazo, tendo o alunos que frequentar as aulas por mais de um ano para que se possa atingir os resultados planejados. Ao final de cada etapa o aluno receberá um certificado para ilustrar que mais uma etapa foi vencida e que ele poderá evoluir ainda mais.

Sistema e organização de procedimentos de ensino

A escolha do procedimento de ensino a ser utilizado é um fator importante no aprendizado.

Participação ativa: As crianças aprendem através de atividades adequadas ao seu nível de desenvolvimento.

A prática pedagógica, deve se basear no exemplo na vivência, quando colocamos a criança em situações que a levem a experimentar situações, dentro de seu pequeno grupo social.

Deve-se promover atividades adequadas que propiciem oportunidades à criança de agir, fazer, realizar experiências, enfim, participar ativamente de seu processo de aprendizagem.

Proposta de planejamento pedagógico

Vivências aquáticas na primeira infância.

Proposta pedagógica para crianças de seis meses a dois anos; aulas individuais com duração de vinte minutos (BBI, que significa o bebê individual)

Aulas com a participação do responsável, sob a orientação de um professor e com duração de 30 minutos. (BMM, que significa bebe com a mãe).

Objetivos finais - BB

1. Deslocar-se com bóia, quatro metros.
2. Executar imersão voluntária, três vezes, quando solicitado.
3. Pegar um objeto submerso, com imersão total, e com auxílio.
4. Saltar da borda somente quando solicitado pelo professor.
5. Deslocar-se submerso, se segurar e subir na borda com auxílio.

Natação na segunda infância

Vivências aquáticas 1 é a fase que a criança se prepara para o aprendizado dos nados.

V1 – turmas de quatro ou mais alunos, com idade de dois a seis anos e com aulas de trinta minutos.

Objetivos finais – VI

1. Deslocar-se com bóia, seis metros.
2. Executar imersão voluntária, quatro vezes, quando solicitado.
3. Pegar um objeto submerso, com imersão total, sem auxílio.
4. Saltar da borda, somente quando solicitado pelo professor.
5. Deslocar-se submerso e se segurar na barra ou na borda, sem auxílio.

Natação na terceira infância

Preparação para o aprendizado, é a fase em que a criança se prepara para o aprendizado dos nados.

P1-turmas de sete ou mais alunos, com idade de seis anos em diante, com aulas de trinta minutos.

Objetivos finais – P1

1. Executar dez respirações na borda, consecutivamente.
2. Deslocar-se de cachorrinho, seis metros, sem auxílio.
3. Executar a pernada de crawl, seis metros, sem prancha.
4. Executar a pernada de costas, sem prancha, na distância de seis metros.
5. Executar o crawl em apnéia, na distância de seis metros, partindo do mergulho de cabeça.

Turmas de aprendizagem dos nados

Neste nível a criança já está pronta para aprender os quatro nados.

Crianças com idade acima de seis anos, aulas com duração de quarenta e cinco minutos e turmas com, no máximo, doze alunos.

Objetivos Finais – Crawl

1. Executar pernada de crawl com prancha, na distância de vinte e quatro metros com respiração frontal.
2. Executar a pernada de crawl sem prancha, na distância de doze metros, mantendo um dos braços parados junto ao corpo e o outro à frente, com a respiração lateral (esq./dir.).
3. Executar o nado crawl, com respiração (3 por 1), na distância de vinte quatro metros.
4. Executar três saídas de crawl do bloco de partida.
5. Executar três viradas olímpicas de crawl.

Objetivos finais - Costas

1. Executar a pernada de costas com prancha, em doze metros (“travesseiro”).
2. Executar a pernada de costas, sem prancha, mantendo os braços ao lado do corpo, em vinte e quatro metros.
3. Executar o nado costas, com prancha sobre a coxa, segurando-a com os braços estendidos, em vinte e quatro metros.
4. Executar o nado costas, na distância de vinte e quatro metros.
5. Executar três saídas de costas.
6. Executar três viradas olímpicas de costas.

Objetivos finais – Peito

1. Executar a pernada de peito, com prancha, (pequena pegada), na distância de vinte e quatro metros, com respiração frontal.
2. Executar a pernada de peito sem prancha, na distância de doze metros, com respiração frontal, após a segunda pernada.
3. Executar vinte e quatro metros de braçada de peito, com flutuador na perna, e respirando na terceira braçada.
4. Executar vinte e quatro metros do nado peito.
5. Executar três saídas de peito, com filipina.
6. Executar três viradas de peito, com filipina.

Objetivos finais – Golfinho

1. Executar a pernada de golfinho, vinte e quatro metros, com respiração frontal.
2. Executar a pernada de golfinho sem prancha, doze metros, com respiração frontal.
3. Executar o nado golfinho com respiração (3 por 1), vinte e quatro metros.
4. Executar três saídas de golfinho.
5. Executar três viradas de golfinho.

Observação: Nesse nível, em que a maioria das crianças tem pouca idade, as aulas devem ser ministradas sempre com ênfase no aspecto lúdico, e o professor deve quase sempre entrar na água, para demonstração e auxílio na correção.

Ideia central dos autores

A visão mercadológica nesse livro é algo incostestável, e isso pode ser devido ao seu propósito inicial que visa ensinar e auxiliar aqueles que pretendem abrir uma academia de natação. Porém, nem sempre com essa visão de mercado que se obtém o sucesso, e para o autor, ter um método de ensino bem estruturado ao invés de levar um melhor aprendizado por parte dos alunos leva à redução de custos, racionalização de processos e eliminação do retrabalho e controles desnecessários.

Com esse viés, nos chamou atenção um tópico do livro que se denominava “Repetição dos movimentos”, onde deixa mais do que claro que o prazer em aprender fica e segundo plano. Para os autores, os alunos dessa escola deveriam repetir os movimentos sempre que necessário para só então, quando o professor julgar essa sequência de movimentos satisfatória, ele poderia passar para o próximo nível, o que do ponto de vista de outros autores citados no presente trabalho se mostra totalmente equivocado. Nesse trecho do livro vê-se que a aprendizagem da natação se resume essencialmente em repetição de movimentos, tirando do aluno o aspecto lúdico ou de simplesmente desenvolver suas próprias maneiras de se locomover na água. Ou seja, a natação já possui movimentos bem definidos e qualquer outra maneira de se ensinar, como a global funcional por exemplo, não é levada em conta por esses autores.

Todos que praticam alguma modalidade sabem que, o que nos motiva a permanecer ou a desistir de uma determinada modalidade é a vontade intrínseca que temos e que nos motiva a voltar na próxima aula, e também a progredir até um nível mais elevado. Mas para esses autores, toda a responsabilidade de permanecer na natação é transferida para os pais, com um apelo até psicológico quando dizem que se deixar a criança desistir só porque se cansou dessa atividade, ela fará o mesmo em todas as dificuldades que apareceram futuramente em suas vidas.

Contudo, algo de positivo há de se destacar, já que, os autores valorizam que tanto os pais quanto os alunos tomem ciência de tudo aquilo que está programado em seu método de ensino, para assim, terem um norte de onde se começou e qual o seu objetivo. Ou seja, para onde se quer chegar e quais serão os meios para se cumprir o esperado.

Apesar de todas as afirmativas de um método analítico, de repetição de movimentos tanto da descrição do método quanto na forma de explicitar os objetivos de cada faixa etária, os autores afirmam como forma de contrabalancear aquilo tudo descrito anteriormente que todas as aulas deveriam apresentar com ênfase um aspecto lúdico, devendo o professor estar dentro da água quase todas as aulas para auxílio e demonstração.

Concluindo, o livro apresenta boas formas de avaliação e controle do aprendizado de cada faixa etária porém, com a visão de mercado, é difícil se aproximar da maneira pedagógica de se ensinar a natação e acaba se distanciando do ideal, podendo causar exatamente aquilo que uma academia de natação não quer, que é o desestímulo da prática. Que pode acabar acarretando na desistência do aluno e, por consequência, não atingindo o lucro tão desejado por essas empresas.

PROPOSTA DOS AUTORES: Dircema Franceschetto Krug & Patricia Esther Fendrich Magri

A concepção global é certamente a mais antiga e se caracteriza por situações na aprendizagem nas quais o sujeito aprende por si mesmo.

Para os defensores desta corrente aprender a nadar se resumia em resolver uma sucessão de problemas ligados ao próprio instinto de sobrevivência e necessidade de experiência. Essa concepção é entendida à medida que o indivíduo domina por ele mesmo e busca a solução de todos os problemas que se apresentam. Este tipo de prática estaria de acordo com uma pedagogia não diretiva.

Foi George Hebert (KRUG, 1982) o primeiro a consagrá-la na autoaprendizagem, quando dizia que o indivíduo que tem a possibilidade de entrar na água diariamente aprende a nadar de forma natural, adaptando-se instintivamente aos movimentos de nadar, correr, saltar, etc. Neste caso a adaptação instintiva prevalecia sobre adaptação consciente do indivíduo ao meio.

Sandino (1968) afirmava que se deve ensinar primeiramente métodos globais e posteriormente cuidar das fases, dos detalhes, de modo a aperfeiçoar o gesto.

Sobre os métodos de coordenação da matéria (conteúdo), em Leichtatletik (1971) aparece o seguinte posicionamento: no método global, a execução é simplificada, alcançando apenas a forma básica de nadar. Este método tem a vantagem de provocar, desde o início, a sensação do ritmo da força correta. Deveria ser especialmente aplicado às crianças e a praticantes na fase inicial. O pensamento desses autores indica possibilidade do ensino da natação a partir da experiência do todo e vale lembrar o profissional que os praticantes são seres únicos que aprendem de diferentes formas.

Concepção analítica

A concepção analítica (ou método parcial) parece ter surgido na segunda metade do século XVIII e teve mérito de procurar organizar a metodologia e criar formas coletivas de trabalho sobre a orientação de um professor, dividindo as dificuldades e abordando-as sucessivamente, e ainda introduzir o exercício como meio de aprendizagem. Representa uma tentativa de racionalizar a aprendizagem apesar de seu conceito marcado pela pesada herança das concepções militares. Reduziu toda a natação a movimentos, considerando o movimento em si, isolado do meio e do indivíduo, analisando o gesto unicamente sob seu aspecto formal.

O gesto é visto como complexo, então é preciso simplificá-lo, dissociando o aspecto formal do temporal. Os educativos formais precedem a compreensão da função. Utilizando esses educativos ensina-se o movimento, até mesmo fora da água com gestos que deveriam ser ensinados dentro dela. Sua justificativa para a natação em seco tem como argumento, por exemplo, que, antes de entrarmos na água, devemos saber primeiro quais os movimentos que faremos. Utiliza técnicas mecanicistas com aparelhos variados para auxiliar aprendizagem. Confere uma importância demasiada à imagem motriz, à demonstração, à imitação e à explicação.

Na concepção analítica, é feita a divisão da natação em partes, cada parte é apreendida separadamente e depois é combinada no total. A visão analítica baseia-se na premissa de que a parte é mais importante que o todo e pode requerer depois maior ênfase. Aplicada em movimentos muito complexos ou em movimentos que não podem ser simplificados o que sejam difíceis de simplificar (Leichtathletik, 1971), como no nado peito.

Para Robb (1972), o programa executivo completo do nado crawl na natação envolve sub-rotinas de movimentos de braços, pernas e respiração. Estas sub-rotinas independentes que precisam ser praticadas como um todo, em ordem, para aprender a sequência total do padrão do nado. Se uma pessoa não aprender a executar uma das sub-rotinas, como a do movimento de pernas, esta precisa ser praticada separadamente. Os componentes das sub-rotinas são altamente interdependentes e são uma sincronia entre sucessivos movimentos de planos. Esta concepção sobrevive nos métodos parcial ou analítico puro e os das partes progressivas, que apresentam em comum a utilização de exercício seriados de memorização mecânica.

Embora essa concepção esteja ancorada nos tempos antigos, pode-se afirmar que atualmente ainda se percebe resquícios desse método. Professores ensinando e/ou corrigindo os movimentos em seco, acreditando que desta forma o aluno poderá ter mais sucesso na realização da tarefa.

Método parcial progressivo

Uma variação do método parcial ou analítico é o das partes progressivas. Para Counsilman (1980), esse método consiste em exercitar separadamente as duas partes iniciais de um conhecimento prático, depois articulá-las e ir progressivamente acrescentando conhecimentos parciais até que habilidade esteja completa. Para Krug

(1982), é o exercício separado de duas partes iniciais de um conhecimento prático para depois juntá-las e, progressivamente, ir acrescentando conhecimentos parciais até que a habilidade seja total. Exemplos: braços e pernas; braços e respiração; braços, pernas e respiração, ou seja, a coordenação final.

Bell (1970) descreve ainda que é desenvolvida a aprendizagem da primeira parte, depois da segunda, depois combinando primeira e segunda, para após aprender a terceira. Combinando as três partes, o todo é aprendido. Drowratzky (1975) disse que as partes são apresentadas numa sequência planejada e combinadas, conforme sejam dominadas.

Nas escolas de natação, é bastante comum encontrarmos professores que adotam esse método como recurso de aprendizagem dos estilos. A questão a ser considerado deve ser sempre relativa às características do aprendiz e à escolha da melhor estratégia para o sucesso.

Conclusões sobre este método

O método Global tem maior preferência entre os autores porém o método analítico tem suas vantagens, como por exemplo, se o educando tem uma capacidade de atenção muito pequena e dificuldade de reter ideias, uma parte pode ser o todo maior que o indivíduo pode compreender.

Deve-se, portanto, propor gestos preparatórios ou simplificados que comportam vários elementos do movimento completo e se aproxime pela forma ou ritmo. Sem grandes dificuldades, esses gestos podem até ser executados corretamente. A repetição do conjunto se completa e o aluno toma rapidamente consciência do movimento aprendido. Se estudo um, separadamente, e ensaio os movimentos de braços e pernas será assimilado o movimento em questão, de forma que se passa uma coordenação geral dos distintos elementos que compõem a totalidade.

Para Singer (1975) o que determina o uso deste ou daquele método é a complexidade da tarefa, e levanta algumas questões: é difícil para o aprendiz perceber a tarefa? Que coisas tem de lembrar sobre experiências prévias relatadas? Em que extensão é possível esquecer a tarefa a todo tempo? A tarefa é um desafio para o aprendiz lembrar?

Naylor e Briggs (1963) enfatizaram que para primeira fase de aprendizagem é melhor o método global, para fixar o padrão do movimento recomenda-se o analítico.

O livro ainda apresenta relato dos estudos de muitos outros autores confirmando que o método global total apresenta uma maior eficiência no ensino se comparado ao método parcial o analítico.

Navarro (1978) é favorável ao método global, dizendo que os movimentos aquáticos não devem ser decompostos em tempo sucessivos de execução.

Para Machado (1984) há quem julgue (e bons treinadores) que o método analítico é o melhor, porém não podemos ensinar o aluno partir da mecânica de determinado movimento e deixar que deduza a continuidade.

Por fim, a adoção de um método ou outro para um melhor resultado parece estar associado as técnicas de aprender, experiências anteriores, às possibilidades de transferência e às características individuais e outros fatores que o professor deverá considerar para que o aluno possa se desenvolver melhor.

Qual estilo vem primeiro?

Com relação a qual estilo vem primeiro o autor explica os aspectos positivos e negativos de cada estilo na natação.

Nado crawl

Aspectos positivos:

- Batimentos de pernas fáceis de aprender (em sua forma rudimentar).
- Movimentos de pernas e braços podem ser utilizados para muitos jogos aquáticos.
- Estilo mais rápido.
- Frequentemente produz-se muito logo na primeira vivência natatória (semelhança com movimentos naturais de arrastar-se, engatinhar-se).
- Os movimentos correspondem melhor à necessidade infantil de locomoção.
- Boa posição hidrodinâmica.
- Coordenação relativamente fácil dos movimentos de braços e pernas.
- Bom ponto de partida para aprendizagem de outros estilos.

Aspectos negativos:

- Altos requisitos de força e coordenação física.
- Não é um estilo de fundo adequado para crianças.
- Piores possibilidades de orientação (olhos e ouvidos).
- Difícil aprendizagem da braçada combinada com uma respiração correta.

- Propulsão muito desequilibrada dos braços com respeito a de pernas e no caso de crianças o trabalho de pernas quase não produz propulsão.
- Para um trabalho de braços eficaz é necessária uma boa mobilidade das articulações escapulares.
- Inspiração e expiração na água (não habitual).

Nado costas

Este nado por possibilitar visão e respiração fora da água torna-se interessante para quem tem medo de imergir.

Aspectos positivos:

- Fácil aprendizagem do batimento de pernas e braçadas.
- Rosto para o ar e, portanto, fácil respiração.
- Sequências de movimentos mais naturais. Coordenação de braços e pernas simples
- Boa segurança na posição com a boca para cima, o que cria boas possibilidades para salvamentos.
- Posição de relaxamento.

Aspectos Negativos:

- Possibilidade de orientação muito ruim (não se vê a frente e ouve-se mau).
- Não predispõe para nadar grandes distâncias.
- Para avançar, requer força e condição física relativamente altas.
- Estilo lento. Não é um estilo de resistência adequado para crianças não é utilizável em piscinas muito frequentadas, devido ao mau controle visual.
- Para um trabalho de braços eficaz, exige uma boa mobilidade das articulações escapulares.

Nado peito

Esta técnica que inicialmente reproduzia movimentos de rãs parece ser bastante fácil porque mantém a visão e respiração no ambiente tanto aquático quanto externo.

Aspectos Positivos:

- Boas possibilidades respiratórias.
- Boas possibilidades de orientação (visão e audição).
- Estilo adequado para natação de fundo.

- Movimentos racionais que requerem pouca força.
- Fácil autocontrole do trabalho de braços.
- Proporção equilibrada da propulsão realizada pelos braços e pernas.
- Estilo que permite andar longas distâncias e adequado para mergulhar.
- Serve para salvamentos (movimento de pernas).
- Viradas simples.

Aspectos Negativos:

- Dificuldades de coordenação de braços e pernas.
- Movimentos não tipicamente infantis.
- Pode-se produzir facilmente uma posição de deslizamento defeituoso (cabeça alta, pernas baixas).
- Maior perigo de adquirir uma técnica respiratória confusa.
- Estilo mais lento.
- Vivência de êxito. Ou seja, o saber nadar, se produz mais tarde que os movimentos alternativos.
- Os movimentos do estilo peito, não são adequados para organizar jogos na água.

Nado borboleta (golfinho)

Este estilo requer níveis de força e de condição física tão altos que não é adequado como estilo inicial de principiantes embora os elementos rudimentares do nado borboleta apareçam em muitos exercícios aquáticos (saltos na água, por exemplo) e outras maneiras em que o aluno pode adquirir as primeiras impressões deste estilo no curso para principiantes. Não se tem muitas informações sobre suas vantagens e desvantagens no aprendizado básico. No entanto, como vantagem haveria a possibilidade de se efetuar transferência do crawl já aprendido para esta técnica duplicando as ações de pernas e braços.

Como desvantagens haveria exigência de altos requisitos de força, potência e flexibilidade.

Ideia central dos autores

Este livro apresenta as visões de diferentes autores que muitas vezes se divergem mas, numa maioria das vezes se convergem do ponto de vista das três diferentes concepções de ensino apresentadas acima como: concepção global, concepção analítica e método parcial progressivo.

Apesar de existirem autores que defendam as três diferentes visões, a grande maioria concorda que para os alunos iniciantes na natação a concepção global é mais eficiente porque aborda o movimento e o desenvolvimento do indivíduo como um todo, permitindo com que o mesmo se adapte de uma forma natural ao meio líquido. Ou seja, ele passará a entender como seu corpo reage a água e como pode se deslocar, não usando necessariamente um dos quatro estilos da natação.

Outros autores com uma visão mais voltada pro movimento defendem que a natação pode se tornar muito complexa se ensinada como um todo, devido a variedade muito grande de possibilidades que há na água. Para isso essa concepção valoriza bastante a demonstração (repetição de movimentos padronizados), imitação e a explicação (que pode vir a acontecer fora da água), o que é muito criticado pelos defensores da concepção global que justificam que a natação não pode ser resumida apenas a movimentos. Em verdade esse método tem uma forte influência militar, e sim, pode ser um método mecanicista, porém tem suas vantagens e, a aplicação dele irá depender de como cada aluno tem maior facilidade de aprender o conteúdo.

O método parcial progressivo, como dito no texto anterior, é o mais encontrado na maioria das escolas de natação, possivelmente devido às turmas não serem homogêneas. Desse modo os professores possam a adotá-lo por facilitar que todos possam executar os movimentos de forma progressiva, partindo do mais simples, para o mais complexo e ir acrescentando as dificuldades assim que a turma responder melhor ao conteúdo já ensinado.

A discussão sobre qual estilo quem primeiro é um assunto que tornou-se presente em todo o presente trabalho, porém, no livro “natação: aprendendo para ensinar” são apresentados aspectos positivos e negativos sobre a iniciação do ensino em cada um dos nados, o que é muito mais interessante do ponto de vista que cada aluno aprende de uma forma e cabe a nós professores saber identificar e aplicar aquele que será eficiente para cada aluno no aprendizado da natação.

3.CONSIDERAÇÕES FINAIS

Não há dúvidas de que os meios de ensino-aprendizagem envolvendo a natação se desenvolveram ao longo dos tempos, e isso se deve ao aumento dos estudos realizados na área do esporte e na área da pedagogia que se torna muito importante quando falamos em iniciação esportiva, uma vez que, essa iniciação ocorre geralmente na infância.

Todos os métodos discutidos anteriormente neste trabalho como o global, analítico e moderno (Baggini, 2008), entre outros supracitados, são e devem ser utilizados pelos profissionais atuantes no ensino deste esporte, cabendo a cada professor saber identificar em qual momento um método ou outro se faz mais necessário mas, todos devem ser abordados num programa de ensino de natação, devido a heterogeneidade dos alunos de cada turma, podendo assim esta aprendizagem tornar-se muito mais motivante, agradável e eficiente.

O que todos os autores estudados concordam é de que o ensino da natação deve ser sistematizada, programada e constantemente avaliada para se manter sempre a mesma qualidade e que possa atingir seus objetivos da maneira mais clara e agradável possível, trazendo cada vez mais participantes para esta modalidade.

Cabe aos professores manterem-se constantemente atualizados teoricamente para, assim, estar sempre desenvolvendo novos métodos e aprimorando os já existentes.

Claro que vivemos em um mundo capitalista e a busca do lucro está presente se não em todos, em quase todos os estabelecimentos de ensino da natação, e isso será uma barreira que todos os professores devem encarar pois, a maioria dos métodos citados no presente trabalho demandam de um certo tempo para que se atinjam os objetivos podendo não satisfazer os clientes da maneira esperada. Dessa forma, o método proposto por Célia Corrêa & Marcelo Massaud (1999), seria melhor indicado para as academias, já que apresenta um modelo totalmente organizado e, com uma visão de mercado bem estabelecida, ou seja, este poderá ser utilizado pelas academias que visam a satisfação e manutenção dos seus clientes, mantendo-os matriculados e, para os donos do estabelecimento, podem racionalizar processos, evitando desperdícios e o retrabalho para a organização de um novo cronograma de ensino, mesmo não abordando todos os aspectos pedagógicos e ainda apresentando aspectos mecanicistas em seu programa.

Se fosse necessário escolher entre todas as propostas discutidas anteriormente, diria que pode-se aproveitar o que cada uma tem de melhor, como Lima em seu livro além de apresentar sua proposta, ele se mostra debruçado em métodos já consolidados como método do erro e acerto, aprendizagem através de aproximações sucessivas e a aprendizagem através da Gestalt. Isso faz com que enriqueça ainda mais o que está sendo proposto, além de, sempre tomar em consideração o nível maturacional dos alunos.

Todo o método a ser aplicado nas escolinhas devem levar em conta essa natação estruturada por idades, também classificando por habilidades, transformando as aulas em ambientes com alunos com idades próximas e com habilidades parecidas, ou seja, turmas homogêneas, o que pode motivá-los ainda mais a se desenvolver. Qualquer o programa deve ser planejado e avaliado constantemente, independentemente se o foco é o lucro ou, seu é que os praticantes aprendam mais rápidos mas, é de extrema importância que os gestores dessas instituições de ensino da natação tomem consciência de todo o planejamento para melhorá-lo sempre e da melhor maneira possível para seus alunos e também para o objetivo de sua respectiva instituição.

O aspecto lúdico deverá estar presente sempre que possível, porque dessa maneira o praticante poderá aprender habilidades de locomoção, respiração e tantas outras sem necessariamente estar executando um nado específico, pois já se sabe eu não é porque o aluno já aprendeu um estilo que ele sempre se sentirá seguro na água, podendo uma situação de perigo faltar habilidades básicas que poderiam ter sido aprendidas em suas primeiras aulas do programa e, uma boa forma de se aprender e ensinar essas habilidades é pelos jogos e brincadeiras.

Concluindo, este esporte está cada vez mais atraindo praticantes devido às seus benefícios e é de obrigação dos educadores saber aplicar um dos métodos a fim de que se atinja os objetivos do aluno e incentivando-o a sempre ir além, já que buscar uma contante melhora parece ser uma das maiores lições que a Natação pode nos ensinar.

4.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BAGGINI, Flávia Cristina Souza. **Caracterização do processo ensino/aprendizagem da natação para diferentes faixas etárias**. 2008. Monografia apresentada à disciplina “Trabalho de Formatura” do Curso de Licenciatura Plena em Educação Física da Unesp – Campus de Bauru. 2008.
- BELL, V. L. **Sensoriomotor Learning from Research to Teaching**. Califórnia. Good Year Publishing Company, 1970.
- BOFF, Vanessa Bertuol. **Analisar as estratégias pedagógicas utilizadas para o ensino da natação na educação física escolar em uma escola estadual localizada na Serra Gaúcha, RS**. 2009. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial á obtenção do grau de Licenciado em Educação Física pelo Centro Universitário Feevale. 2009.
- CAETANO, A. P.F.; Gonzalez, R.H. **O ensino da natação: uma revisão acerca dos métodos de ensino-aprendizagem**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 17, Nº 176, Janeiro de 2013.
- CATTEU, R.; GAROFF,G. **O ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990
- CORRÊA, Célia Regina Fernandes; MASSAUD, Marcelo Garcia. **Escola de natação: montagem e administração organização pedagógica do bebê à competição**. Rio de janeiro: Sprint, 1999.
- COUNSILMAN, James E. A natação: ciência e técnica para a preparação de campeões. **Rio de Janeiro: Livro Ibero-Americano**, 1980.
- DAMASCENO, Leonardo Graffius. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Autores Associados, 1992.
- DROWATZKI, J. **Motor Learning: Principles and Prattice**. Minessota, Burges, 1975.
- ESTEVA, Santiago. **La Natacion Moderna**. Barcelona, Vecchi, 1977 apud DAMASCENO, Leonardo Graffius. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Autores Associados, 1992.
- FAUSTINO, Patricia Helena. **A importância da fase de adaptação à água, no processo ensino-aprendizagem da natação**; Campinas, 1999.
- FERNANDES, Josiane Regina Pejon; DA COSTA, Paula Hentschel Lobo. Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 20, n. 1, p. 5-14, 2006.
- FREITAG, Werner. **Natação**. Lisboa, Casa do Livro, 1982 apud DAMASCENO, Leonardo Graffius. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Autores Associados, 1992.
- FREUDENHEIM, Andrea Michele; DE BRITO GAMA, Regina Ismênia Rezende; CARRACEDO, Valquíria Aparecida. **Fundamentos para a elaboração de programas de ensino do nadar para crianças**. Revista Mackenzie de educação física e esporte, v. 2, n. 2, 2009.

GUINOVART, José Cosmos. **Cómo se Hace um nadador**. Barcelona, Sintet, 1972 apud DAMASCENO, Leonardo Graffius. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Autores Associados, 1992.

KRUG, D. F.; MAGRI, PEF. **Natação aprendendo para ensinar**. São Paulo: All Print, 2012.

KRUG, D. H. F. **O uso da prancha e a mecânica da braçada do nado crawl, durante a fase de aprendizagem**. Santa Maria, Rio Grande do Sul, 130f. Dissertação de Mestrado. U.F.S.M, 1982.

LEITCHTATLETIK, Sportveilag. **Métodos**. Berlin, 1971. Tradução d Sonnhilde von der Heide. Santo André, set/1975.

LEWILLIE, L. **Research in swimming: historical and scientific aspects**. Biomechanics and Medicine in Swimming, p. 7-16, 1983.

LEWIN, Gerhard. **Natação**. Lisboa, Estampo, 1978 apud DAMASCENO, Leonardo Graffius. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Autores Associados, 1992.

LIMA, William Urizzi. **Ensinando natação**. Phorte, 1998.

MACHADO, David Camargo. **Metodologia da natação**. 1984.

MANN, Luana; GONZALEZ, Daniela Hollweg; KLEINPAUL, Julio. **Ensinando a nadar: fatores a serem considerados**. 2009

MOISÉS, Marcia Perides. **Ensino da natação: expectativas dos pais de alunos**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 5, n. 2, 2009.

NAYLOR, J. e BRIGGS, G. **Effects of Task Complexity and task Organization on the Relative Efficiency as Part and Whole Training Methods**. Journal of Experimental Psychology, 65, 1963.

PALMER, Mervyn L. **A ciência do ensino da natação**. Manole, 1990.

Real Academia Espanhola. (1997). **Dicionário da Língua Espanhola** (21ª edit.). Madri: Espasa Calpe.

ROBB. M. D. **The dynamics of motor. Skil Acquisition**. New Jersey: Prentice Hall, 1972.

SANDINO, A. **Natacion Desportiva**. Madrid: Tutor. 1968.

SILVA, Carla Ivonete; COUTO, Ana Claudia Porfirio. **Manual do Treinador de Natação**. FAM, 1999.

SINGER, R. N. **Motor learning and Human Performance**. 2 ed. New York: McMillan, 1975.