

**ATIVIDADES AQUÁTICAS COM CRIANÇAS DE TRÊS E QUATRO ANOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UMA ACADEMIA DE SÃO LUÍS-MA**

**WATER ACTIVITIES WITH THREE AND FOUR-YEAR-OLD CHILDREN: REPORT OF EXPERIENCE IN AN ACADEMY IN SÃO LUÍS-MA**

Fernanda Cristina Nogueira Figueiredo<sup>1</sup>

Cinthya Walter<sup>2</sup>

**Resumo.** Contextualização do objetivo: As experiências motoras no meio líquido ou terrestre fazem parte do comportamento infantil, auxiliando as crianças a obter o domínio sobre o ambiente, tornando-os autônomos e seguros de si mesmo. Objetivo: Relatar a experiência de seis meses de intervenção com atividades aquáticas para 21 crianças, de ambos os sexos, com idade de três e quatro anos em uma academia de São Luís. Método: As aulas de atividades aquáticas tiveram duração de quarenta minutos, foram realizadas duas vezes por semana e as turmas tinham em média oito a dez crianças de três a quatro anos de idade. A aula foi dividida em três momentos: ambientação com ambiente e com as pessoas, segundo momento de deslocamentos com material flu-

1 Universidade Federal do Maranhão

2 Universidade Federal do Maranhão



tuante e o terceiro momento eram realizados saltos e mergulhos seguidos de deslocamentos. Após o período de seis meses de intervenção foi aplicada uma avaliação observacional composta por oito itens, com quatro subitens cada. A avaliação foi aplicada durante uma aula e as professoras selecionavam um grupo de crianças para fazer as observações e aplicar os exercícios propostos de acordo com o item avaliado. Resultados: Constatou-se que todas as crianças desenvolveram as habilidades propostas nos itens da avaliação recebendo classificação excelente, com exceção do item “propulsão de pernas do nado costas” no qual sete alunos, sendo quatro obtiveram classificação bom três obtiveram resultado muito bom. Considerações finais: após seis meses de intervenção percebeu-se que houve resultados positivos na amplia-

ção da aprendizagem dos conteúdos e refinamento dos movimentos propostos confirmando a hipótese de que, dentro de período proposto houve benefícios na aprendizagem da natação.

**Palavras-chave:** desenvolvimento motor, natação infantil, avaliação motora.

**Abstract:** Contextualization of the objective: Motor experiences in the liquid or terrestrial environment are part of children's behavior, helping children to master the environment, making them autonomous and self-assured. Objective: To report the experience of six months of intervention with water activities for 21 children, of both sexes, aged between three and four years old in an academy in São Luís. Method: The water activities classes lasted forty minutes,



they were held twice a week and the classes had an average of eight to ten children aged three to four years. The class was divided into three moments: setting with the environment and with people, the second moment of displacements with floating material and the third moment there were jumps and dives followed by displacements. After a period of six months of intervention, an observational assessment consisting of eight items, with four sub-items each, was applied. The evaluation was applied during a class and the teachers selected a group of children to make the observations and apply the proposed exercises according to the evaluated item. Results: It was found that all children developed the skills proposed in the assessment items, receiving excellent ratings, with the exception of the item “backstroke legs propul-

sion” in which seven students, four of which had a good rating, three had a very good result. Final considerations: after six months of intervention, it was noticed that there were positive results in the expansion of learning the contents and refinement of the proposed movements, confirming the hypothesis that, within the proposed period, there were benefits in learning to swim.

**Keywords:** motor development, children’s swimming, motor assessment.

### **Introdução**

Os movimentos desempenham um papel primordial na evolução do comportamento e são essenciais em todos os níveis de organização dos sistemas vivos (MANOEL, 1994). A interação com o ambiente é



um aspecto fundamental para a sobrevivência e desenvolvimento de todo sistema vivo (TANI, 1998) e tem um papel crucial na evolução biológica e cultural do ser humano (MANOEL, 1994). Em toda aprendizagem, é importante considerar a estrutura de desenvolvimento motor do aluno. Negligenciar essa estrutura pode ocasionar desinteresse pelas atividades propostas, gerando desarmonia entre o que é esperado pela criança e o que é intencionado pela pessoa que orienta.

A aprendizagem é um desafio a um mundo ainda não conhecido, para conhecer é necessária competência para solucionar os problemas que surgirão (TANI, 1999). A aprendizagem é o processo pelo qual essa competência vai sendo adquirida de forma gradativa e à medida que os objetivos são alcançados, novos desafios são estabelecidos

repetindo esse processo que evolui de forma contínua e cíclica (TANI, 1999). Também é necessário que a pessoa que orienta seja consciente da sequência de desenvolvimento pelo qual a criança atravessa. A intervenção no meio aquático para o desenvolvimento infantil tem sido bastante procurada, seja para aquisição de habilidades motoras, seja para questões de sobrevivência e auto-salvamento. As experiências motoras no meio líquido ou terrestre fazem parte do comportamento infantil, tornando o aprendizado e o desenvolvimento gradual e progressivo, auxiliando as crianças a obter o domínio sobre o ambiente, tornando-os autônomos e seguros de si mesmo (GALLAHUE; OZMUN, 2003). Na adaptação ao meio líquido, a água leva o indivíduo a modificar a organização das sensações relativas a seu corpo e obriga a



constantes reajustamentos, favorecendo a adaptação do ato motor a situações que se renovam sem cessar (TEIXEIRA, 2008), levam o indivíduo a obter autonomia no meio líquido em vários planos, apoios e direções favorecendo a tomada de consciência em relação a si, contribuindo no seu desenvolvimento e favorecendo para suas aptidões (DAMASCENO, 1997).

Existem poucos métodos de avaliação analisando os efeitos da intervenção no meio líquido no desenvolvimento motor. O presente estudo irá relatar a experiência de uma professora que ministrou aulas de atividades aquáticas por seis meses para crianças entre três e quatro anos em uma academia de São Luís - MA e os resultados de uma avaliação após esse período de intervenção.

## **Desenvolvimento**

O relato de experiência se refere à intervenção por seis meses de uma professora com 12 anos ministrando aulas de atividades aquáticas para 21 crianças de três e quatro anos, sendo oito meninas e treze meninos. Aos três anos a criança encontra-se na fase dos movimentos fundamentais, nessa fase ela está iniciando as atividades escolares e o aspecto emocional é essencial para que as aulas de atividades aquáticas possam evoluir em termos de conteúdo. No meio líquido a posição do corpo, as sensações que o ambiente aquático traz, as inseguranças impostas pelos pais através das emoções dificultam a aprendizagem. Portanto é essencial que a criança esteja estabilizada emocionalmente para que todo o conteúdo programado na aula seja ministrado e aprendido



com êxito.

O planejamento da atividade aquática infantil é realizado para o período de seis meses. Nele estão contidos os tópicos autonomia e segurança aquática, nado de sobrevivência e iniciação do nado crawl, vivências do nado costas, peito e borboleta e vivências psicomotoras. As aulas tem duração de 40 minutos e o número de alunos por turma é em torno de 8 a 10 crianças acompanhadas por duas professoras. A aula inicia com inúmeras músicas estimulando a fala e a socialização entre as crianças e os professores, fazendo associações entre a música e a ação, onde o faz-de-conta é o passaporte principal para obtenção de êxito da aula. As cantigas também são usadas para estimular os mergulhos rasos, deslocamento vertical na plataforma de fundo seguido de deslocamento verti-

cal segurando na borda da piscina com mergulhos. Essas tarefas têm como objetivo estimular o controle respiratório, equilíbrio e deslocamento vertical na água. No segundo momento são realizadas atividades como caça ao tesouro, pescar os peixes, pegar objetos no fundo, trabalhando o controle respiratório, submersão e equilíbrio com deslocamento vertical, também são realizados deslocamentos com e sem material flutuante em decúbito ventral e dorsal para trabalhar propulsão de pernas em diferentes decúbitos. Em seguida inicia-se o terceiro momento onde ocorre o processo de abertura do espaço da aula aumentando a metragem de deslocamento realizando em diversas posições: vertical, horizontal, em decúbito ventral, dorsal, lateral, etc. com e sem auxílio de materiais flutuantes. São incluídas também tarefas de



correr no tapete seguido de saltos e deslocamentos até a plataforma seguido de nado crawl rústico. A aprendizagem das habilidades aquáticas envolve o trabalho de aspectos psicomotores como coordenação óculo-manual, noção corporal, equilíbrio, noção espaço-temporal dentre outros.

Após o período de seis meses foi realizada uma avaliação subjetiva e observacional composta por oito itens, com quatro subitens cada (Quadro 1).

**Quadro 1:** Descrição da ficha de avaliação

<b>Adaptação ao meio líquido</b>	entrar e sair da piscina sem receio ou medo
	ficar em pé na plataforma sem auxílio da borda ou do professor
	canta as músicas e se envolve com as orientações do professor
	aceita com facilidade quando o professor molha a cabeça/rosto
<b>Controle respiratório</b>	consegue imergir completamente a face controlando a respiração
	inspira pela boca e expira pelo nariz e/ou boca
	faz 10 respirações de forma contínua
	consegue manter a apneia por alguns segundos
<b>Flutuação em decúbito ventral</b>	realiza posição em decúbito ventral com tônus relaxado
	mantém o rosto na água
	permanece na posição por alguns segundos sem auxílio
	mantém braços e pernas estendidos (estrelinha)
<b>Flutuação em decúbito dorsal</b>	realiza posição em decúbito dorsal com tônus relaxado
	mantém braços e pernas estendidos (estrelinha)
	mantém a cabeça deitada, com água na linha das orelhas
	permanece por alguns segundos na posição sem auxílio
<b>Propulsão de pernas do nado crawl</b>	realiza um movimento alternado de pernas
	mantém quadril e pernas na superfície da água
	realiza movimentos de braçada rudimentar
	mantém as pernas estendidas e os pés relaxados
<b>Propulsão de pernas do nado costas</b>	realiza um movimento alternado de pernas
	mantém quadril e pernas na superfície da água
	realiza um movimento contínuo
	mantém as pernas estendidas e os pés relaxados
<b>Coordenação nado de sobrevivência</b>	mantém o corpo na superfície da água
	realiza pernada do crawl (alternada e contínua)
	realiza braçada do "cachorrinho" coordenando com respiração
	consegue deslocar-se por alguns metros
<b>Nado crawl com auxílio</b>	realiza o movimento da pernada corretamente (alternada e contínua)
	realiza a braçada-ampla - fase submersa
	consegue realizar respiração frontal mantendo os braços estendidos à frente
	consegue deslocar por alguns metros com auxílio da prancha

**Quadro 2:** Nível de classificação



CLASSIFICAÇÃO	SIGNIFICADO	CRITÉRIO DE CLASSIFICAÇÃO
Não realiza	não realiza o movimento	0 (sim) e 4 (em desenvolvimento)
Bom	realiza com muitas correções ou com muito auxílio	1 (sim) e 3 (em desenvolvimento)
Muito bom	realiza com poucas correções ou com pouco auxílio	2 (sim) e 2 (em desenvolvimento)
Ótimo	realiza quase todo o movimento sem correções	3 (sim) e 1 (em desenvolvimento)
Excelente	realiza com autonomia e sem erros	4 (sim) e 0 (em desenvolvimento)

Foi levado em consideração: a idade da criança, maturidade cognitiva e emocional e a habilidade motora. A ficha de avaliação foi elaborada pelo grupo de professores máster trainers da Academia Bodytech. O Quadro 2 indica as classificações correspondentes.

A avaliação foi aplicada durante uma aula e as professoras selecionavam um grupo de crianças para fazer as observações e aplicar os exercícios propostos de acordo com o item avaliado. A partir dos resultados da avaliação constatou-se que todas as crianças desenvolveram as habilidades propostas nos oito itens recebendo classificação excelente (realiza com autonomia e sem erros), com exceção do item “propulsão de pernas do nado costas”

em que sete alunos, dentre eles, quatro meninas obtiveram classificação bom (realiza com muitas correções ou com muito auxílio) e três meninos obtiveram resultado muito bom (realiza com poucas correções ou com pouco auxílio).

### Considerações finais

Considerando o período de intervenção percebeu-se que houve resultados positivos na ampliação da aprendizagem dos conteúdos e refinamento dos movimentos propostos confirmando a hipótese de que houve benefícios na aprendizagem da natação.

### REFERÊNCIAS

DAMASCENO, L. Natação para





Bebês: dos conceitos fundamentais, natação para bebês à prática sistematizada. São Paulo: Sprint, 1997.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, C. J. Compreendendo o Desenvolvimento Motor: Bebês, crianças, adolescentes e adultos. (tradução Maria Aparecida da Silva Pereira Araújo) São Paulo: Phorte, 2003.

MANOEL, E. J. Desenvolvimento motor: implicações para a Educação Física escolar. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 82- 97,1994.

TANI, G. Criança e movimento: o conceito de prática na aquisição de habilidades motoras. In: KREBS, R. J.; COPETTI, F.; BELTRAME, T. S. & USTRA, M. (Orgs).

Perspectivas para o desenvol-

vimento infantil. Santa Maria: SIEC, 1999. p.121-38.

TANI, G. Liberdade e restrição do movimento no desenvolvimento motor da criança. In: KREBS, R. J.; COPETTI, F.; BELTRAME, T. S. (Orgs.). Discutindo o desenvolvimento infantil: livro do Ano da Sociedade Internacional para Estudos da Criança. Santa Maria: SIEC, 1998. p.39-62.

TEIXEIRA, C. A. Aquisição de habilidades motoras aquáticas: um programa de intervenção estruturado com base na teoria de instrução para crianças jovens. 2008. Dissertação (Mestrado Associado em Educação Física – UEM/UEL) Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2008.

