

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DA BAHIA – UNEB
DEPARTAMENTO DE CIÊNCIAS HUMANAS- CAMPUS
IV
COLEGIADO DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

TÉCIA TEIXEIRA MESQUITA SANTOS

**IMPORTÂNCIA DO PROCESSO DE ENSINO E
APRENDIZAGEM DA NATAÇÃO PARA OS BEBÊS DE
ZERO A DOIS ANOS**

Jacobina-Bahia

2011

TÉCIA TEIXEIRA MESQUITA SANTOS

**IMPORTÂNCIA DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM DA NATAÇÃO
PARA OS BEBÊS DE ZERO A DOIS ANOS**

**Monografia apresentada a Universidade do Estado da
Bahia – campus IV como pré-requisito para obtenção
do grau de licenciada em Educação Física.
Orientador: prof. Esp. Angelo Mauricio de Amorim**

Jacobina-Bahia

2011

TÉCIA TEIXEIRA MESQUITA SANTOS

**IMPORTÂNCIA DO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM DA NATAÇÃO
PARA OS BEBÊS DE ZERO A DOIS ANOS**

Monografia submetida ao corpo docente do Departamento de Ciências Humanas – Campus IV da Universidade do Estado da Bahia como parte dos requisitos necessários para a obtenção do grau de licenciatura em Educação Física.

Jacobina, 17 de março de 2011.

Aprovada por:

Prof. Esp. Angelo Maurício de Amorim (orientador)
Universidade do Estado da Bahia

Prof. Esp. Francisco de Sales Araújo Sousa
Universidade do Estado da Bahia

Prof. Ms. Fábio Santana Nunes
Universidade do Estado da Bahia

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me dar forças todos os dias;

À minha família, em especial a minha mãe, tia Vânia, tia Dilma e tia Marluce, pelo constante apoio ao meu crescimento profissional e por estarem sempre ao meu lado;

Ao professor Angelo, pela sua orientação tão paciente e entusiasmada no decorrer da minha produção escrita;

E a todos os meus amigos, companheiros de tantas “andanças” e que apesar das conseqüências delas estavam sempre disponíveis e dispostos a me ajudar sempre que necessário e tornando os meus dias mais felizes.

RESUMO

A natação, assim como as demais atividades físicas, vem se desenvolvendo e atraindo mais adeptos de diversos segmentos da sociedade. Dentro desse contexto, a natação para bebês vem ganhando mais espaço não só na sociedade, mas dentro de clubes e academias, diante desta situação torna-se necessário, estudos mais aprofundados visando melhorar a qualidade de conhecimento e atendimento das eventuais necessidades tanto dos pais quanto dos próprios bebês. Este estudo sobre a natação para bebês tem como objetivo compreender qual a importância do processo de ensino e aprendizagem da natação para os bebês de zero a dois anos, já que na água, o bebê não encontra barreiras para se mexer e também não sente o peso da gravidade sobre o corpo e aprende a nadar brincando. O contato com a água ainda nos primeiros meses de vida proporciona momentos prazerosos entre pais e filho, favorece a saúde além de possibilitar novas descobertas para os bebês. Para tanto foi realizada uma pesquisa bibliográfica, visto que esta é desenvolvida com base em material pré-elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos, buscando encontrar informações sobre a natação para bebês de zero a dois anos e o processo de ensino e aprendizagem para esta mesma faixa etária, baseando-se nos estudos de Edson Luiz de Lima(2003), Célia Regina Fernandes Corrêa (2007), e Jean Piaget (1978), entre outros estudiosos da área, visando aprofundar a discussão em torno das perspectivas do problema em questão. Em suma, a natação para bebês se mostra bastante benéfica em todos os aspectos do desenvolvimento e merecem mais oportunidade de prática para essa faixa etária nesse meio além de disponibilizar maiores estudos sobre o assunto.

Palavras-chave: Natação para bebês. Desenvolvimento do bebê. Processo ensino-aprendizagem.

ABSTRACT

Swimming, as well as other physical activities, has been developing and attracting more supporters of various segments of society. Within this context, swimming for babies has been gaining more space not only in society but within clubs and academies, before this situation becomes necessary, more in-depth studies to improve the quality of knowledge and care of any needs of both parents and their babies. This study about swimming for babies aims to understand how important the process of teaching and learning of swimming for babies from zero to two years, since in the water, the baby finds barriers to moving and also don't feel the weight of gravity on the body and learns to swim playfully. The contact with the water still in the early months of life provides pleasurable daily moments between parents and child, fosters health and enable new discoveries for babies. For both a bibliographic search was conducted, since this is developed on the basis of material result, consists primarily of books and scientific articles, seeking to find information about swimming for babies from zero to two years and the teaching and learning process for this same age group based on studies of Edson Luís de Lima (2003), Célia Regina Fernandes Corrêa (2007), and Jean Piaget (1978), among other scholars in the field, aimed at deepening the discussion of perspectives of the problem in question. In short, swimming for babies is quite beneficial in all aspects of development and they deserve more opportunity to practice for this age group in addition to providing more studies on the subject.

Keywords: Swimming for babies. Development of the baby. Teaching-learning process.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	8
2 - A NATAÇÃO.....	10
2.1 – BREVE HISTÓRICO DA NATAÇÃO.....	10
2.2 – A NATAÇÃO PARA BEBÊS.....	12
2.3 – OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS.....	15
2.3.1 - Fantasias infantis.....	18
2.3.2- O papel do pai.....	18
2.3.3- Contra-indicações da natação para bebês.....	20
3 – PROPRIEDADES FÍSICAS DA ÁGUA.....	21
4 – A APRENDIZAGEM.....	24
4.1 – OS REFLEXOS DO BEBÊ.....	27
4.1.1- Reflexo Natatório.....	28
4.1.2- Reflexo de Preensão.....	28
4.1.3- Reflexo de Bloqueio de Glote.....	29
4.1.4- Reflexo de Moro.....	29
4.1.5- Reflexo de Pára-quedas.....	30
4.2 – AS HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS E DESENVOLVIMENTO DO BEBÊ.....	30
5 – O ENSINO.....	33
5.1- PROCESSO DIDÁTICO-PEDAGÓGICO (IMPLICAÇÕES PARA A PEDAGOGIA DA NATAÇÃO).....	33
5.2- SEQUENCIAS PEDAGÓGICAS NA NATAÇÃO PARA BEBÊS.....	35
5.3- CLASSIFICAÇÃO DOS BEBÊS.....	38
5.4- O BEBÊ E OS JOGOS.....	39
5.5- A AULA.....	42
5.5.1- Técnicas de pegadas.....	43
5.5.2- Segurança.....	45
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	46
REFERÊNCIAS.....	47

INTRODUÇÃO

A natação é um tipo de exercício que estimula todas as partes do corpo, pois a água proporciona movimentos tridimensionais, e vários são os motivos pelos quais ela vem sendo muito procurada.

Visto que a área da natação vem crescendo cada vez mais no mercado de trabalho e ganhado mais adeptos, não poderia deixar de aprofundar os conhecimentos sobre o tema em questão.

No terceiro semestre do curso de Educação Física, após ter iniciado a disciplina de Natação, interessei-me pela área por gostar de praticar natação e ser fascinada por bebês, daí decidi que o tema da minha monografia seria Natação para Bebês.

Inúmeros foram os empecilhos que me fizeram desistir do tema, a dificuldade de encontrar material referente ao assunto, a correria do dia-a-dia, as dificuldades físicas e literárias da própria universidade, enfim, depois de tanto vai e volta não poderia deixar de escrever sobre algo que realmente me encantava.

A presente obra é resultado dos estudos desenvolvidos durante alguns semestres do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado da Bahia (UNEB – Campus IV). Essa versão em forma de monografia sofreu algumas modificações em relação aos textos, projetos e artigos relacionados ao tema contemplando novas reflexões.

Este estudo sobre a natação para bebês parte do seguinte problema: **qual a importância do processo de ensino e aprendizagem da natação para os bebês de zero a dois anos?** E possui como objetivo compreender a importância do processo de ensino e aprendizagem da natação para os bebês de zero a dois anos, já que na água, o bebê não encontra barreiras para se mexer e também não sente o peso da gravidade sobre o corpo e aprende a nadar brincando. O contato com a água ainda nos primeiros meses de vida proporciona momentos prazerosos entre pais e filho, favorece a saúde além de possibilitar novas descobertas para os bebês.

Para tanto foi realizada uma pesquisa bibliográfica, visto que esta é desenvolvida com base em material pré-elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos, buscando encontrar informações sobre a natação para bebês de zero a dois anos e o processo de ensino e aprendizagem para esta mesma faixa etária, visando aprofundar a discussão em torno das perspectivas do problema em questão.

Segundo Lakatos e Marconi (1994, p. 44) o método de pesquisa bibliográfica é

caracterizado da seguinte forma:

O levantamento, seleção e documentação de toda bibliografia já publicada sobre o assunto que está sendo pesquisado, em livros, revistas, jornais, boletins, monografias, teses, dissertações, material cartográfico, com o objetivo de colocar o pesquisador em contato direto com todo o material já escrito sobre o mesmo.

Após um levantamento exploratório e interpretativo da literatura sobre a temática anunciada, chegou-se a estruturação dos seguintes capítulos: no primeiro, “A Natação”, busco contemplar algumas informações sobre a natação para bebês de zero a dois anos, tomando como referencia básica para a reflexão a trajetória da sistematização da natação desde os primórdios da humanidade até a atualidade e os benefícios da natação para essa mesma faixa etária.

No segundo capítulo, “Propriedades Físicas da Água”, faço algumas considerações a respeito das características físicas da água para um melhor entendimento e acompanhamento deste estudo.

“Já no terceiro e quarto capítulo, “A Aprendizagem” e “O Ensino”, busco compreender sobre o processo de aprendizagem e ensino da natação para bebês de zero a dois anos e, a partir daí, tentar refletir sobre qual o papel do professor de Educação Física, em particular do professor de natação diante desse contexto.

Para finalizar, deixo minhas considerações finais no final deste trabalho, não com a intenção se cessar os estudos sobre o assunto, mas de abrir caminhos para responder a novos questionamentos que possam surgir.

2-A NATAÇÃO

Nesse capítulo, busco contemplar algumas informações sobre a natação para bebês de zero a dois anos, tomando como referencia básica para a reflexão a trajetória da sistematização da natação desde os primórdios da humanidade até a atualidade, os benefícios da natação para essa mesma faixa etária, as fantasias infantis, a importância da participação do pai nas aulas de natação do seu bebê e as contra-indicações.

2.1-BREVE HISTÓRICO DA NATAÇÃO

A natação sempre existiu na história da humanidade, como instrumento de sobrevivência, seja para matar a sede, se refrescar ou fugir de certos predadores. Segundo Catteau e Garoff (1990, p.19) “As origens da natação se confundem com as origens da Humanidade”. Com o tempo isso foi ganhando mais especialidades.

Certamente a utilização do meio aquático para fins de sobrevivência, lazer, recreação, entre outros, não é uma exclusividade dos tempos atuais, pois o homem desde a pré-história utilizava o meio aquático com frequência seja pela própria vontade ou pelas circunstâncias da vida. Dessa forma, a necessidade de deslocar-se na água fez com que ele adentrasse num mundo que até então não lhe era familiar.

A ação de autopropulsão e auto-sustentação na água, que o homem pode ter aprendido por instinto e através de observação: de outras espécies (como o cão e o sapo), o nadar. O ato de nadar é uma das qualidades físicas que pode ter ajudado o homem na sua luta evolutiva (MASSAUD, 2004, p.15).

Desde a mais remota Antiguidade até os dias de hoje, foi aos militares que a natação se apresentou de forma crucial. Nos exércitos, a natação era utilizada como forma de treinamento dos soldados. Segundo Catteau e Garoff (1990, p.22) “não é de estranhar que a decisão de ensinar sistematicamente natação aos soldados tenha repercutido na orientação da pedagogia da natação”.

Na Grécia antiga (a.C.), a prática da natação fazia parte da educação romana, um cidadão era considerado educado quando ele, além de saber ler, também sabia nadar (MASSAUD, 2004, p.15). Durante muitos anos, a natação foi prejudicada por acreditarem que esta prática ajudava na disseminação de doenças.

Para Catteau e Garoff (1990, p.64) “O fato de não haver definido as fronteiras da natação ou não o haver feito com suficiente precisão, a pedagogia desta especialidade se encontra muitas vezes ainda envolvida em certos procedimentos errados”. Em outras palavras, podemos constatar num primeiro momento que o homem pode estar na água e não nadar. Ele pode apenas banhar-se.

Comumente chamado de banho, o fato é que o comportamento humano nesta atividade não se difere do que é praticado em terra. Diferente de muitos animais, o homem não nasce com a capacidade de saber nadar, mas dispõe de meios e condições para aprender a nadar.

De acordo com Catteau e Garoff (1990, p.65) o conceito de natação compreende a “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 face ao meio e que exprime por um desempenho”.

Com o passar dos tempos a natação foi tomando outros rumos e importância, seja para o entretenimento e lazer até a prática esportiva profissionalizada ou não, ganhando ramificações como a hidroginástica, hidroterapia, etc. Todas elas resultantes do convívio do homem com o meio aquático.

Considerada um dos esportes mais saudáveis na Grécia Antiga, esta atividade já era praticada por ser benéfica ao corpo humano. Para os gregos o culto a beleza era importantíssimo, o que fez da natação um dos exercícios mais importante para o desenvolvimento harmonioso do corpo. Além de já fazer parte das Olimpíadas, ganhando assim um caráter competitivo. Mas foi na primeira metade do século XIX que a natação começou a ser difundida com caráter desportivo. (MASSAUD, 2004). Criaram-se regras que deram os primeiros passos para as organizações das primeiras competições.

De acordo com o Manual de Esportes- Natação (apud MASSAUD, 2004, p.15) “A primeira competição de que se tem notícia no mundo foi realizada no Japão, em 1810, mas não há registros dos ganhadores.” Segundo Massaud (2004, p.15) “As primeiras provas foram realizadas em Londres, em 1837, quando Lord Byron nadou em público, e se um lorde podia nadar em público, todos então poderiam. A partir daí, várias competições foram organizadas.”

Na verdade, a natação é uma poderosa arma para livrar-se do stress e para recuperar a saúde e o bem estar. Além de possuir um caráter nobre, é uma atividade física praticada na água que estimula todas as partes do corpo trazendo diversos benefícios a saúde. E que vem se firmando cada vez mais em nossa sociedade.

Muitos documentos relativos à arte de nadar sobreviveram aos séculos e às civilizações. Pinturas murais, baixos-relevos, vasos ou fragmentos de vasos

pinfados, de estatuetas, mosaicos e toda uma literatura relatando as façanhas dos nadadores atestam a importância desta arte na vida dos homens e um conhecimento completo de técnica (CATTEAU, 1990, p.22).

Conforme Velasco (1997 apud Lima, 2003, p.12) “nadar não é somente realizar deslocamentos e movimentos com o nosso corpo. É, antes disso, organizar as sensações recebidas pelo meio líquido, em nosso cérebro, transferindo-os psicomotoramente na água”.

O ser humano, com o passar dos anos, acaba por satisfazer, na água, muitas das suas necessidades, sejam elas físicas ou emocionais, apenas por lazer, prazer, ou mera sobrevivência como já foi dito algumas vezes anteriormente, explorando um ambiente que antes só tinha atribuições a animais aquáticos, utilizando não só os meios artificiais como as piscinas, mais também os meios naturais como rios e lagos.

Se formos pensar nas possibilidades de exploração atribuídas ao meio aquático, podemos dizer que ele não é um meio tão desconhecido ao homem, já que o bebê (feto) passa pelas primeiras fases do seu desenvolvimento no líquido amniótico, dentro do ventre materno.

A natação por ser uma das atividades físicas mais abrangentes do ser humano, pode ser praticada por todas as faixas etárias, desde o nascimento até a velhice, com pouquíssimas restrições. Apesar da natação para bebês ser uma das modalidades recentes da natação.

2.2- A NATAÇÃO PARA BEBÊS

A natação é uma atividade muito procurada por diferentes motivos; como diversão, terapia, profilaxia, até a competição. Por isso todos podem praticá-los desde os primeiros meses de vida e até quando quiser.

Segundo Massaud (2004, p.17) “a natação é um esporte muito importante para todas as idades, sendo um dos únicos que é praticado desde a idade de bebê até a 3ª idade”.

Já para Cateau e Garoff (1990, p.35) “é o interesse pela infância que caracteriza o nosso século”. Nos últimos anos aumentaram as experiências, surgindo escolas de natação para bebês, o que antes eram apenas suspeitas de tentativas isoladas de pais que tentavam iniciar seus próprios filhos a natação, hoje, a possibilidade de preparar crianças cada vez mais cedo, é possível e muitas vezes comercializada como prática esportiva.

Cateau e Garoff (1990, p.35) apresentam a partir de um documentário uma possibilidade de solução ao problema de aprendizagem dos bebês cuja maioria não sabe ainda ou mal sabe nadar; por conseguinte sem a menor explicação, sem a menor demonstração. O

“ensino” recorre às adaptações, às reações instintivas.

Com a criação de centros especializados como clubes e academias, o ensino da natação para classes específicas para bebês, também começaram a surgir, com o intuito de dar aos pequeninos, condições de aproveitar os benefícios das atividades aquáticas, além de aprender as primeiras lições e de grande importância que é o auto-salvamento.

O bebê já é adaptado ao meio líquido desde a gestação, sendo capaz de executar diversos movimentos natatórios, demonstrando uma série de reflexos, comuns na primeira infância e que podem ser comparados a alguns movimentos básicos da natação.

Enquanto relacionamento vivenciado com a água ou a brincadeira, a atividade autônoma permite à criança desprezar os efeitos habituais do peso, utilizar suas faculdades pré-existentes de apnéia, verdadeiro prelúdio à respiração característica do nadador e provavelmente facultada ainda maior resistência ao resfriamento, saúde mais estável e relativa segurança. Justamente na medida em que houver poucas limitações, irá se desenvolvendo o gosto por uma atividade cada vez mais autônoma, na proporção dos progressos no meio líquido (CATTEAU, 1990, p.37).

Um dos motivos pelos quais os pais procuram a natação para bebês é justamente para que seus filhos aprendam ainda cedo se virarem sozinhos ao caírem na água sejam por curiosidade ou acidente, não dependendo da vigilância constante dos adultos. Outros motivos também se encaixam nesta procura, como a melhoria de saúde e prevenção de doenças, socialização, realização pessoal, etc.

Samulski (2002 apud Lima, 2004, p.15) continua dizendo que “no decorrer da vida de uma pessoa, a importância desses fatores pessoais e situacionais pode mudar, dependendo das necessidades e oportunidades atuais”.

Um exemplo disso é quando um pai ao colocar seu filho cada vez mais cedo na natação tem o intuito de prepará-lo precocemente para competições de alto nível e com o passar do tempo descobre que seu filho não tem requisitos necessários nem afinidades para ser competidor e acaba abandonando o esporte de competição, abandonando na maioria das vezes a natação.

Por influência ou não da mídia, a natação, em particular as aulas de natação para bebês tem crescido cada vez mais. A indicação por parte de médicos e pediatras que constam melhorias na saúde de seus pacientes também tem estimulado esta prática para os bebês.

Os centros especializados tendem a se modernizar para receber a nova clientela, equipando-se de piscinas especiais com coberturas, aquecidas e devidamente tratadas, etc. É considerável também investimento na área pedagógica, criação e lançamentos de novos materiais didáticos, crescente número de cursos e congressos na área de atividade aquática e

física para bebês, bem como diversas publicações ligadas a temas relacionados à Educação Física.

A natação para bebês é, em se tratando de atividade física orientada, a primeira experiência sistematizada a que são submetidas às crianças. Sobre esse assunto Damasceno (1994 apud Lima, 2003, p.16) diz que:

Sem via de dúvida, a natação para bebês é o primeiro e mais eficaz instrumento de aplicação da Educação Física no ser humano, assim como excelente elemento para iniciar a criança na aprendizagem organizada; sobretudo, quando se considera que nesta idade qualquer outro agente educativo é inabordável.

O aspecto social também pode ser mencionado aqui, geralmente nos primeiros meses de vida o bebê não tem tantos contatos sociais, com a prática da natação, o bebê passa a interagir e conviver com outras pessoas, sendo assim um passo importante na sua vida. De acordo com Bueno (1998 apud Lima, 2003, p.18):

Ao nascer, a criança está indissolavelmente unida a seu próprio mundo, onde se confundem o ser individual e o ser social. Mas já desde o nascimento a criança entra em um mundo desconhecido que não está mais em harmonia com as sensações internas, num mundo de sensações externas diferentes (o contato das mãos, dos objetos, da temperatura, da luz) que é do outro. A criança busca reencontrar uma complementaridade à sua falta. ... E a experiência aquática prazerosa, os estímulos referentes ao meio líquido sendo positivos, armazenarão em seu subconsciente a idéia de prazer e de agrado à idéia de estar na água.

Respeitar a vontade, a disponibilidade, as limitações e ganhar a confiança do bebê é que é o segredo, já que “é na infância que se configuram as linhas afetivas e intelectuais do indivíduo. Do modo como transcorrem os primeiros anos de vida de uma pessoa, dependerão, em boa medida, seus êxitos e fracassos nas relações com seus semelhantes.” (CORRÊA; MASSAUD, 2007, p.115).

A criança que recebe amor na infância será no futuro um adulto equilibrado, sem traumas e que transmitirá sentimentos altamente elevados para com os outros seres humanos, e tudo se torna possível através da natação.

2.3 – OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS

No geral, a educação física tem papel fundamental no desenvolvimento cognitivo, motor e afetivo da criança, contribuindo no fortalecimento do organismo, melhorando a saúde, propiciando o desenvolvimento de habilidades úteis para a vida, criando hábitos

higiênicos e influenciando na formação de qualidades morais e sociais da sua personalidade.

Muitos pais ao matricularem seus filhos na natação têm em mente na maioria das vezes o intuito de ensinar o seu filho a aprender a nadar, como forma preventiva de proteção do filho nas  guas. O que poucos sabem é que as vantagens da natação são inúmeras. Estas vantagens ocorrem porque a criança, principalmente em seus primeiros anos de vida, passa por um processo intenso de desenvolvimento e maturação. Até os cinco anos de idade, ela tem a capacidade de ter 90% do seu cérebro preparado para o futuro. Todos esses desenvolvimentos podem ser auxiliados e estimulados com a natação (FONSECA, 1995).

A natação proporciona inúmeros benefícios para os bebês sejam eles físicos, orgânicos, psíquico-sociais, terapêuticos ou recreativos. Diante desses aspectos podemos dizer que a natação constitui-se uma excelente atividade motora, “na qual a criança desde a mais tenra idade experimenta de forma mais natural e espontânea, uma motricidade aquática dinâmica, essencial à sua evolução, em seu progresso desenvolvimentista” (GRISI, (1994, p. 98). Onde o bebê, através de exercícios no meio líquido, respeitando seu desenvolvimento maturacional e neuromotor, fortalecer  a musculatura, colaborar  com a lateralidade, equilíbrio, orientação espacial e coordenação motora ampla. Respeitando sua habilidade motora, o bebê libera sua capacidade de movimentar-se e de criar, explorando seu corpo e o espaço   sua volta.

O controle da temperatura da água deve ser rígido, pois há um aumento da temperatura corpórea do indivíduo que realiza movimentos na água, ocasionando mudanças no sistema cardiovascular e respiratório do bebê. Logo, os exercícios aquáticos aumentarão a capacidade c rdio-pulmonar e vascular, o apetite, devido ao desgaste calórico, além de proporcionar um sono mais tranqüilo (GRISI, 1994, p. 101).

Um dos principais exercícios realizados durante as aulas devem ser aqueles destinados à segurança dos bebês, tais como agarres e busca pelo apoio, incentivando ao auto-salvamento, sem falar nos exercícios tradicionais como flutuação, respiração frontal e nado cachorrinho (LIMA, 2003, p.52).

Socialmente, o bebê necessita adaptar-se e seguir algumas regras. Regras essas, que muitas vezes limitam o seu comportamento, causando tensão interna e condensação de energia motora. A  gua, nesse sentido, é um elemento que oferece liberação dessa energia, através de movimentos, havendo descarga motora, relaxamento muscular, e por conseq ncia, psíquico.

Como método preventivo colabora na prevenção de doenças do aparelho respiratório, na medida em que aumenta a resistência, com a inalação de ar num ambiente úmido e quente

como o da piscina, torna possível que o ar atinja as vias aéreas inferiores em melhor temperatura, umidade e limpeza, prevenindo, com isso, uma série de transtornos para os pulmões, como por exemplo, acúmulo de secreção ou irritação da parede brônquica provocada pelo ar frio (FERNANDES, 2007, p.45). Além de melhorar problemas posturais, ajuda a corrigir deficiências do sistema circulatório e as funções psicomotoras, como nos casos de crianças com asma ou bronquite (BRESGES, 1980; FERES, 1999).

Segundo Ferreira (2003 apud LIMA, 2003, p.34):

Além de melhorar a coordenação motora, proporciona noções de espaço e tempo, prepara a criança psicológica e neurologicamente para o auto-salvamento, estimula o apetite, aumenta a resistência cardio-respiratória e muscular, tranquiliza o sono e também previne várias doenças respiratórias.

Outro aspecto importantíssimo é que a água proporciona ao bebê a sensação de perda de gravidade e ao mesmo tempo apresenta ao bebê uma variedade de novos movimentos que não poderiam ser efetuados fora d'água (LIMA, 2003, p.34). Permitindo a eles novas fontes de conhecimento e prazer.

O movimento é outro aspecto importante, uma vez que, na piscina, o bebê não encontra muitos apoios e tem de estar constantemente a movimentar-se no colo dos pais ou monitores, o que lhe exige um esforço extra, desenvolvendo melhor os músculos e o aparelho cardio-respiratório.

De acordo com Lima (2003, p.35) “essa experiência ajuda-o a explorar a motricidade e pode levá-lo a começar a caminhar mais cedo, levando a um melhor desenvolvimento neuromotor, uma vez que lhe proporcione um maior número de sensações importantes.”

Sob os cuidados de profissionais capacitados, os bebês são capazes de executar diversos movimentos natatórios, demonstrando uma série de reflexos, comuns na primeira infância. Tudo através de estímulos esteroceptivos, ou seja, atividades que busquem facilitar o desenvolvimento de órgãos sensoriais das crianças, como o tato, a visão, a audição e o olfato.

Por volta do 8º mês, o bebê é capaz de controlar o movimento passivo e boiar. De 13 a 14 meses, na água seus movimentos aumentam, flutua de bruços, consegue se direcionar e procura as bordas para sair da piscina. De 14 a 24 meses, controla bem seus movimentos e muda de direção. Começa a saltar e faz brincadeiras (CAMUS, 1993, p.24).

Um dos momentos mais importantes na natação para bebês é a socialização entre pais e filhos durante os exercícios. O contato entre professor, bebês e pais é de extrema

importância para o desenvolvimento afetivo, já que se sabe que o controle emocional é basicamente formado aos dois anos de idade.

Normalmente, as aulas de natação são ministradas junto com os pais na piscina até os três anos de idade, ou ainda, até que os bebês se acostumem com o professor. Desta forma, as crianças têm condições de aprender com segurança, confiança, transformando o medo do desconhecido em um ambiente alegre e prazeroso.

A recreação aquática é tão fundamental tanto quanto os outros aspectos mencionados a cima, praticamente toda a aula deve ser ministrada de forma lúdica e recreativa, quer seja na forma de jogos cantados ou na iniciação dos fundamentos básicos, como o batimento de pernas e braços, ou mergulhos. Brincando, os bebês têm uma melhor assimilação dos exercícios, e o mais importante, aprendem a associar atividade física com prazer, fortalecendo sua auto-estima e autoconfiança (LIMA, 2003, p.41).

A música é um elemento importante na aula de natação: ela estimula a memória e aumenta o vocabulário do bebê. A musicalidade traz melhorias na coordenação motora, noções de ritmo e aprendizagem dos fundamentos: mergulho, flutuação, batimentos de pernas e braços (LIMA, 2003, p.47).

Músicas suaves e relaxantes envolvem o bebê num clima de bem-estar e tranquilidade e podem ser usadas para acalmá-lo, enquanto as músicas mais agitadinhas funcionam muito bem como ‘trilha sonora’ para marcar momentos de brincadeira e alegria. Bebês que crescem em diálogo constante com a música tendem a se tornar pessoas menos ansiosas, mais confiantes e equilibradas (FERES, 1999).

No entanto, há certos cuidados a serem tomados, é necessário que o programa de vacinas do bebê esteja atualizado, é fundamental ter atenção às condições de higiene, segurança e conforto das piscinas, tal como o pH da água e a temperatura (entre os 7,2 a 7,8, e os 28°C a 32 °C). A água da piscina deve ser tratada preferencialmente por ionização através de raios ultra-violeta e/ou eletrólise de sal para permitir um baixo teor de cloro, deve ter uma renovação de ar adequada para eliminação de cheiros e ar viciados (cloroaminas), deve haver número suficiente de objetos e brinquedos com diferentes cores, tamanhos e formatos, o horário da aula não deve coincidir com os horários do sono e da alimentação da criança (LIMA, 2003, p.90).

2.3.1- Fantasias infantis

As fantasias infantis também têm papel fundamental durante as aulas de natação, pois ajuda a equilibrar emocionalmente a criança, isto é, permite a dissipação e elaboração da angústia e tranquilizar a ansiedade, funcionando como um processo de auto-afirmação e de autodefesa.

Para Rico (2003 apud LIMA, 2003, p.37) é através do faz-de-conta que a criança aprende também a entender o ponto de vista das outras pessoas, além de desenvolver habilidades para solucionar problemas sociais e tornar-se mais criativa, acelerando assim o seu desenvolvimento intelectual.

2.3.2- O papel do pai

Segundo Lima (2003) um dos maiores avanços da história da humanidade foi à descoberta da paternidade. A partir do momento que o homem se conscientizou do seu papel de pai, ele passou também a se preocupar com as “heranças” que deixaria para seus filhos. Desenvolveu-se então a agricultura, a pecuária, a propriedade, as leis e a escrita. Quanto à maternidade, nunca se tem dúvidas, afinal as mulheres não tem como esconder ou negar a barriga.

Atualmente, a figura materna ainda é predominante, quando se trata de cuidar dos filhos, seja pelo fator socioeconômico ou cultural, é muito mais comum vermos a mãe cuidar da casa e dos filhos enquanto o pai trabalha fora de casa do que o contrário.

Durante as aulas de natação acompanhadas, a presença das mães também é mais predominante que a presença dos pais. Um dos motivos é que com a licença a maternidade que dura em média de quatro a seis meses, permite que a mãe fique maior tempo afastada dos “seus afazeres”, passando há ter mais tempo com o bebê e conseqüentemente, seu acompanhamento nas aulas ser maior.

É necessário encontrar ou criar estratégias que fortaleçam a participação do pai nas aulas juntamente com a mãe e o bebê, aumentando e reforçando o vínculo familiar. Exemplo, propor aulas no período noturno ou aos sábados fora do horário de trabalho dos pais para que estes possam participar das aulas de natação dos seus filhos. De acordo com Bresges (1980 apud LIMA, 2003, p.38)

A natação do lactante é da área de atribuições de ambos os pais e não apenas daquele com maiores inclinações desportivas ou pedagógicas. Isto exige dos pais muita imaginação, reações espontâneas e dom de improvisação.

A natação proporciona, também, como já foi dito algumas vezes a cima, o desenvolvimento da autoconfiança, em outras palavras, na presença dos pais o bebê sente que consegue dominar um ambiente hostil e começa a ganhar a primeira independência. Fontanelli (2003 apud LIMA, 2003, p.39) diz que

A presença efetiva e ativa dos pais assume um caráter decisivo para o bom desenrolar das aulas de natação para os bebês. Na impossibilidade de ambos, pelo menos um dos pais deverá estar presente. Preferencialmente a mãe, com quem o bebê terá uma relação mais forte, [...] os pais são um elemento de segurança física da criança. A exploração do meio aquático, a criação de autonomias motoras e efetivas não se verificam sem a presença de estabilidade emocional, sendo essa uma das funções dos pais nas aulas de natação para bebês, criando um ambiente suscetível de promover a auto superação da criança.

Para Lima (2003, p. 37) a ausência do modelo masculino nas aulas pode ser um dos fatores que influenciam a maior rejeição dos bebês ao professor (homem) e maior aceitação da professora (mulher).

Desde cedo, a criança sente a influência do pai. Segundo Gottman (1997 apud LIMA, 2003, p.39)

Os bebês de cinco meses do sexo masculino que tem muito contato com os pais estranham menos as pessoas. Esses bebês vocalizam mais para pessoas estranhas e atiravam-se mais no colo de qualquer um do que aqueles cujos pais não se envolviam tanto.

Em qualquer ambiente, no seco ou na água, o pai proporciona aos filhos certos tipos de brincadeiras bruscas que fazem com que as crianças aprendam a lidar melhor com as suas emoções, como o medo, por exemplo, e, conseqüentemente, estimulam mais a sua autoconfiança.

2.3.3- Contra-indicações da natação para bebês

Assim como qualquer outra atividade física, a natação apresenta algumas contra-indicações, mas na maioria dos casos são passageiras, como alergias, gripes e inflamações. Algumas enfermidades ocasionais afastam os bebês por breves períodos, retornando em seguida para dar continuidade normal as aulas.

Quanto às maiores contra-indicações, elas geralmente estão relacionadas à alergia ao

cloro. Segundo Lima (2003, p.87) essas alergias podem ser dermatológicas ou ligadas ao aparelho respiratório, como rinite que é a reação inflamatória da membrana mucosa nasal, e que se manifesta por edema, aumenta de secreção mucosa, etc., e que é devida a reação alérgica a antígeno específico, no caso do cloro. O autor continua dizendo que há algumas divergências entre os pediatras, uns aconselham que se insista com a natação, a fim de provocar uma reação do organismo, e outros, sugerem que o bebê seja afastado das aulas.

Vale ressaltar que toda e qualquer atividade física com crianças deve antes de qualquer coisa passar por uma avaliação pediátrica, por profissionais experientes e bem treinados. E para os pais, como alerta, podemos dizer que, estes devem buscar sempre o melhor profissional e o melhor ambiente para a prática do seu filho, seja ela uma escola, uma academia ou um clube.

3- PROPRIEDADES FÍSICAS DA ÁGUA

Para um melhor entendimento e acompanhamento deste trabalho é necessário citar e explicar algumas considerações a respeito das propriedades físicas da água. Quando se fala em movimentar-se na água, quer na aula de natação, hidroginástica ou até mesmo por lazer e recreação, o profissional deve estar bem esclarecido acerca das propriedades físicas no meio líquido.

No meio aquático existem propriedades físicas da água que influenciam no seu meio e também nos corpos e matérias nele imersos. Isto é, durante a vida-uterina, o bebê vive durante um período de nove meses no meio líquido, ao nascer, o bebê passa para um meio que ainda é desconhecido para ele, e muitas coisas transformam-se, começando pela respiração.

“Estar e agir no meio aéreo não é igual que estar e agir no meio aquático.” (MASSAUD, 2004, p.25). Portanto, é importante citar as propriedades físicas da água que são: massa, peso, gravidade específica ou densidade relativa, densidade, flutuação, pressão hidrostática, tensão superficial, refração e viscosidade.

- **Flutuabilidade**

O conceito de flutuação esta baseado no conceito de Arquimedes. Diz-se que Arquimedes, um dia ao tomar banho em sua banheira, ele percebeu que à medida que seu corpo imergia na água, esta o sustentava e aumentava nas laterais, fazendo-o flutuar. Daí, Arquimedes deduziu que a quantidade de água deslocada era igual à porção de seu corpo que estava submersa no momento.

- **Massa**

Massa é a quantidade de matéria de uma substância que ela compreende. É inalterável e medida em quilogramas.

- **Peso**

O peso esta relacionado com a força com que uma substância é atraída para o centro da Terra. Segundo Massaud (2004, p. 32) “quanto maior for à substância existente em um

objeto, maior a atração gravitacional, e, portanto, maior o peso.”

- **Gravidade Específica ou Densidade Relativa**

A densidade relativa é a relação entre a massa de um dado volume da substância, dividida pela massa do mesmo volume de água que é igual a um. Toda e qualquer substância ou objeto que tenha densidade relativa menor que um, flutuará e se for maior, afundará.

- **Densidade**

A densidade é a relação entre massa e volume de uma substância ($D = M / V$). As características de fluabilidade de uma substância são determinadas pela densidade.

A água do mar é mais densa que a água potável, portanto, o mar é um ótimo meio de flutuação.

- **Pressão Hidrostática**

“A disciplina da mecânica que se encarrega do estudo dos fluidos em repouso denomina-se hidrostática e envolve o conhecimento de duas grandezas fundamentais: densidade e pressão. “(MASSAUD, 2004, p.31)

A lei de Pascal emprega que a pressão do líquido é exercida igualmente sobre todas as áreas da superfície de um corpo imerso em repouso, a uma dada profundidade. Isto é, ao entrarmos na água o nosso corpo sofre pressão de todos os lados.

- **Viscosidade**

Chama-se de viscosidade, o atrito entre as moléculas de um líquido, oferecendo resistência ao movimento na água, de todos os lados. Para Massaud (2004, p.29) “por causa da viscosidade, quando um corpo se move por meio de um fluido, os elementos deste, que estão em contato com o limiar sólido, prendem-se a ele.”

- **Condutibilidade Térmica**

Segundo Pável (apud MASSAUD, 2004, p.29) “a condutibilidade da água produz um processo de desgaste térmico no corpo do nadador. A queda da temperatura do corpo, na água, é 25 vezes maior que no ar, por isso, um corpo quente se refrigera na água muito mais rápido. Nadar em água, abaixo de 20 graus, aumenta consideravelmente o gasto energético.”

Devido a este motivo, é de grande importância a presença do professor junto ao aluno dentro da água, principalmente nas primeiras aulas de natação para os bebês de zero a dois anos.

- **Propulsão**

De acordo com Massaud (2004, p.30) “a definição de propulsão no dicionário estabelece que ela é um “impulsionar” ou “empurrar” para frente. Esta propulsão esta necessariamente relacionada com superar a resistência natural da água (fricção/arrasto).”

Este trabalho de vencer a resistência da água traz diversos benefícios ao corpo como: ajuda a aliviar tensões musculares e articulares, melhora a flexibilidade dos membros inferiores e superiores, etc.

4- A APRENDIZAGEM

Uma das grandes preocupações dos professores ao ensinarem a natação para bebês é exatamente à questão da aprendizagem. Como ensinar tal atividade aos bebês se estes nos primeiros meses de vida ainda não falam de modo a ocorrer uma comunicação verbal entre professor e aluno que possa nortear o aprendizado?

Uma das respostas encontradas por Lima (2003, p. 26) para a solução do eventual problema é que, “os bebês apresentam-nos seu desagrado através do choro ou ignorando a atividade proposta. Por outro lado, algumas atividades, como jogos ou uso de brinquedos, despertam-lhes o interesse”. O professor deve tirar proveito desses sinais considerados não verbais para criar um melhor ambiente de aprendizagem, neste momento a observação é o melhor aliado.

Pode ser citado aqui como um exemplo a seguinte situação: Durante a aula de natação, o professor como artifício lança na água algum brinquedo próximo do bebê para atrair a sua atenção de modo que ele possa movimentar-se na sua direção para alcançá-lo. À medida que o bebê se movimenta, o acompanhante do bebê (pai, mãe ou responsável) deve movimentar-se também, acompanhando o ritmo do bebê, caso ele pare de se movimentar, o mesmo deve acontecer com o responsável.

De acordo com Moura Jr. (2000 apud LIMA, 2003, p.26) “os bebês maiores e com alguma autonomia poderão fazer esse exercício sozinhos, assistidos pela mãe”. E complementa.

Não basta ao professor conhecer o conteúdo da modalidade em questão. É preciso que ele saiba o como e o porquê da aplicação de determinadas técnicas e o seu momento oportuno para que o processo ensino-aprendizagem da natação para bebês não fique reduzido a uma mera aplicação de resultados incertos.

Para melhor explicar essa questão Gagné (1974 apud LIMA, 2003, p.26) diz que, “infere-se que a aprendizagem se realiza quando surgem diferenças entre a performance que o indivíduo apresenta antes e a que ele mostra após ser colocado em “situação de aprendizagem”.

O professor deve criar situações para que seja observado o desempenho do bebê no momento da execução da atividade dentro da situação de aprendizagem na qual foi colocado. Deve se observar a ocorrência ou não de alguma mudança no seu desempenho.

A aprendizagem de sinais é uma das formas de aprendizado mais importante para o

bebê. Segundo Gagné, que a identifica como “um conjunto de condições apropriadas para o estabelecimento de uma resposta condicionada”. (1974 apud LIMA, 2003, p.27).

Para melhor explicar o autor coloca a seguinte situação:

Com o bebê, utilizaríamos essa resposta condicionada no aprendizado do mergulho, que Pavlov chamou de reflexo incondicionado. Primeiramente o bebê faria as imersões a partir do reflexo de bloqueio de glote. Juntamente com o estímulo de elucidação deste reflexo, utilizaríamos algum sinal sonoro, por exemplo, a palavra “mergulho”, ou ainda a contagem: ...um, dois e já, e acrescido de um “sinal visual”, por exemplo, uma “careta” ou mímica, feitas pelo adulto que segura o bebê. Esses estímulos serão suficientes para que ele faça o bloqueio de glote. Em seguida, e após algumas aulas, tiraríamos gradualmente esses estímulos externos até que o bebê venha a imergir sem qualquer interferência da parte de adulto. Ocorre, então, o chamado estímulo condicionado.

Gagné (1974 apud LIMA, 2003, P. 28) continua falando também sobre outro tipo de aprendizagem que o bebê poderá passar durante o processo de ensino-aprendizagem. O estímulo-reação também conhecido como estímulo-resposta que é um tipo de aprendizagem que permite não só ao bebê, mas aos indivíduos em geral, executar uma atividade sempre que desejar. Para ele, “trata-se de um tipo de aprendizagem que compreende a execução de movimentos musculares muito precisos e a resposta a estímulos ou combinações de estímulos muito específicos”.

O que distingue esse tipo de aprendizagem da aprendizagem de sinais é a reação alcançada por esse meio que geralmente tem um resultado mais exato. Quando ocorre uma seqüência de mais de um estímulo-resposta durante o processo de ensino-aprendizagem, ocorre um terceiro tipo de aprendizagem chamado de Aprendizagem em Cadeia. Um exemplo: o professor estimula o bebê a sair nadando para pegar o brinquedo sem o apoio do acompanhante e logo após pega-lo volta para os seus braços e recebe deste, palavras de incentivo e elogios. Neste caso específico ocorrem três tipos de estímulos, primeiro estímulo: o bebê sentindo-se atraído pelo brinquedo vai até ele; segundo estímulo: por não conseguir manter-se flutuando sozinho, ele volta para os braços do acompanhante pela segurança que este o proporciona; o acompanhante por sua vez o elogia e acalenta.

Outro tipo de aprendizagem citada por Antunes (2000 apud LIMA, 2003, p.29) é a habituação ou aprendizagem mecânica “em que a exposição repetida de um estímulo específico resulta em uma resposta voltada aquele estímulo. Essa é a forma mais simples de aprendizagem conhecida e leva o bebê a associar sons e imagens ao universo de seus conhecimentos”.

Goulart (2000 apud LIMA, 2003, p.29) citando a proposta construtivista de Piaget,

coloca como fins metodológicos para ser utilizada na natação para bebês a referida proposta:

Cada homem é agente do seu processo de desenvolvimento. Logo, deve-se propiciar-lhe condições de ser ativo, construindo a sua interação com o mundo. Na escola, só a metodologia ativa torna isso possível. O ensino deve ser facilitador do processo de desenvolvimento; não um acelerador, nem um entrave. Deve-se conhecer o processo de desenvolvimento para propor problemas que o indivíduo compreenda; resolvendo-os, o indivíduo atingirá níveis gradualmente mais elevados de desenvolvimento, que o habilitarão a aprendizagens mais complexas. Assim se dá a interação entre os processos de aprendizagem e de desenvolvimento”.

Como exemplo, podemos citar um momento da aula em que o bebê tem que se lançar de uma plataforma e nadar em direção a barra, e se segurar sem o auxílio do acompanhante ou do professor. Como cada indivíduo é único e tem seu tempo de evolução, certamente cada um dos bebês irão reagir diferente, os mais afoitos, logo se jogarão em direção a barra, outros precisariam da ajuda do acompanhante por perto para lhe oferecer maior segurança. Para estes bebês, a ajuda é uma excelente opção.

O processo de sistematização dos objetivos (em termos cognitivos), a serem alcançados nas aulas de natação para bebês seguem o modelo de estágios de desenvolvimento cognitivo que propõe Piaget.

A primeira fase que vai do nascimento até os dois anos (chamada por Piaget de fase de inteligência sensório-motora), e que é também a fase que mais nos interessa aqui neste momento, constitui uma maneira de conhecer restrita ao que estiver presente num momento, o bebê fica restrito ao uso de atos reflexos.

É uma etapa onde os bebês tendem a se adaptar ao meio em que vivem, a relacionar-se com o ambiente através da ação física e dos sentidos, aprendendo a distinguir espaços, objetos e pessoas.

Para Piaget a atividade cognitiva durante esta fase fundamenta-se, principalmente, na experiência imediata através dos sentidos em que há interação com o meio em que vivem.

À medida que os bebês evoluem intelectualmente compreendem que, quando um objeto desaparece de sua vista, este objeto continua a existir mesmo que não o possam ver, pois ao saberem que esse desaparecimento é temporário, são libertas de uma constante busca visual, fundamental para o desenvolvimento mental dos bebês. (JACOB, 2005, p.42)

De acordo com Jacob (2005, p.45) o período sensório-motor é uma forma de inteligência prática, onde o conhecimento sensório-motor permite que o bebê se adapte ao seu ambiente imediato. Ele continua sua explicativa afirmando que:

Prejudicados pela falta de um sistema simbólico, o bebê sensório-motor simplesmente fica preso no aqui e agora; incapaz de formar palavras e imagens que representem os objetos e eventos reais, ele pode apenas entender no plano sensorial e motor. Isso pode ser particularmente verdadeiro durante o primeiro ano de vida. Durante o segundo ano, e certamente até o fim dele, a criança começa a constituir um sistema simbólico, apresentando a capacidade de representar objetos e eventos mentalmente na sua ausência. Isso inclui o uso de palavras e frases simples para falar de coisas não percebidas (principalmente desejos e necessidades), imagens de objetos ausentes (considerando o fato de que os objetos que desaparecem estão atrás de algo) e movimentos abreviados (com o uso das mãos para transmitir idéias).

Em outras palavras, como o sistema de conhecimento do bebê está restrito a certas coisas como fazer movimentos com os olhos, agarrar e chupar, as coisas só ficam sendo conhecidas se desaparecerem esses atos reflexos. Por exemplo: se um objeto não pode ser agarrado, colocado na boca ou observado de perto em várias posições diferentes, isto quer dizer que, do ponto de vista prático do bebê, as coisas não existem. A qualidade da experiência durante esta primeira fase é importantíssima, pois prepara o bebê para passar para a fase seguinte.

4.1– OS REFLEXOS DO BEBÊ

Os reflexos são as primeiras formas de movimento humano e estão presentes desde a vida intra-uterina. A partir do nascimento, esses reflexos são isolados, subdesenvolvidos e desajeitados. É mais ou menos durante o primeiro mês que esses reflexos começam a funcionar independentemente uns dos outros e com o tempo o bebê começa a coordenar vários reflexos uns com os outros.

Segundo Cirigliano (1981 apud Lima, 2003, p.30) os reflexos são “respostas físicas automáticas desencadeadas involuntariamente por uns estímulos específicos controlados pelos centros cerebrais inferiores que são as partes do cérebro mais mielinizadas na época do nascimento”.

No processo da natação para bebês os reflexos ganham um papel muito importante e devem ser considerados como tal. De acordo com Cirigliano (1981 apud Lima, 2003, p.30) as respostas reflexas negativas devem ser eliminadas durante o processo da natação, são elas:

1. As que modificam as posições do corpo, impedindo o equilíbrio necessário para flutuar;

2. As que alteram de forma imprópria a mecânica respiratória útil na água;
3. A que provocam sensações incômodas ou desconcertantes para o bebê;
4. As que levam a deslocamentos cinéticos que agem contra as leis físico-mecânicas da hidrodinâmica.

São vários os reflexos que temos desde o nascimento até a vida adulta, mas serão abordaremos aqui somente alguns que ajudarão no processo de aprendizagem ou condicionamento dos bebês.

4.1.1– Reflexo Natatório

Os movimentos realizados pelos bebês parecem com movimentos do nado cachorrinho, batendo simultânea e instintivamente pernas e braços, mas em momento algum tais movimentos em algum momento dão autonomia aos bebês, isto é, eles não são capazes de se sustentar sozinhos na água sem o auxílio do professor, da mãe ou acompanhante.

Segundo Lima (2003, p.31) esse reflexo vai desde o nascimento e desaparece por volta dos três meses. Algumas academias não trabalham com bebês dessa idade, devido a alguns fatores como:

1. Imunidade, uma vez que nessa idade a criança ainda não completou sua vacinação;
2. Insegurança de mães e professores;
3. Piscinas coletivas, onde não teríamos a temperatura ideal, em torno de 34 graus;
4. Restrição de mercado, pouca procura, o que inviabiliza economicamente.

4.1.2– Reflexo de Preensão

O bebê ao sentir algum toque na palma da mão ou estar em contato com algum objeto, o segura firmemente, fechando a mão.

Usamos esse reflexo, entre outros, para que o bebê faça sua pegada na barra ou flutuantes e se mantenha em equilíbrio e tenha as primeiras noções de segurança, porém, o bebê não consegue se manter por muito tempo nesta posição e, por isso, deve ser assistido constantemente pela mãe. (LIMA, 2003, p.33)

4.1.3– Reflexo de bloqueio de glote

Este reflexo nasce com o bebê e desaparece por volta dos dez aos doze meses de idade. O bloqueio de glote impede que a água chegue até os pulmões.

Segundo Lima (2003, p.32) sua elicitação se dá da seguinte maneira:

Ao borrifar água no rosto do bebê, este imediatamente faz o bloqueio da glote e suspensão da respiração, podendo ser submerso em seguida. É importante que se faça este procedimento durante a fase inspiratória. Embora com controvérsias, essa manobra também pode ser feita soprando-se o rosto do bebê suavemente.

Inicialmente essas técnicas são usadas aproveitando-se do reflexo de bloqueio de glote que é inato, passando em seguida por um processo de condicionamento. Lima (2003, p.32) exemplifica a aplicação dessa técnica da seguinte maneira:

1. Durante os primeiros mergulhos, usamos as técnicas de esborrifar água ou soprar o rosto do bebê, fazendo ao mesmo tempo uma expressão facial bem acentuada (como uma careta) e ainda um sinal verbal como: olha o mergulho!!! Ou: 1, 2, e jááá.
2. Depois de algum tempo, deixamos de usar o sopro e o borrifado de água e fazemos apenas a expressão facial típica do mergulho e o sinal verbal;
3. Em seguida utilizamos apenas o sinal verbal ou a expressão facial, pois o bebê já estará condicionado ao momento da imersão.

4.1.4– Reflexo de Moro

Este reflexo também nasce com o bebê e vai até aproximadamente o quarto mês.

De acordo com Lima (2003, p.31) este reflexo na maioria das vezes não mais é utilizado nas academias que dão aula de natação para bebês.

O reflexo do Moro é estimulado de diversas formas, com o bebê na posição de decúbito dorsal: quando o bebê leva um susto, um movimento brusco, pendendo-se a cabeça do bebê, e ele abre os braços, permitindo a posição de flutuação. O fator negativo é que o bebê pode se assustar nesta manobra.

4.1.5– Reflexo de Pára-quedas

Segundo Lima (2003, p.33) “ao cair na piscina, à criança estende os braços protegendo o rosto. Esse reflexo acompanha as crianças até que o reflexo se transforme em um comportamento adquirido.”

4.2– AS HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS E DESENVOLVIMENTO DO BEBÊ

Além das capacidades motoras sensoriais, o bebê nasce com um sistema motor funcionando, que é à base de grande parte do futuro do aprendizado e desenvolvimento.

O desenvolvimento está relacionado com as mudanças e as características que permanecem razoavelmente instáveis durante toda a vida.

Papalia, Olds, Feldman (2006) dizem que o desenvolvimento motor se divide em três tipos de domínios: físico, cognitivo e psicossocial que se interligam entre si exercendo influência uns sob os outros. Cada um desses domínios está relacionado com a estabilidade e a mudança em aspectos específicos, por exemplo: o desenvolvimento físico inclui o crescimento do cérebro e do corpo, das capacidades sensoriais, das habilidades motoras e da saúde; o desenvolvimento cognitivo abrange as capacidades mentais como linguagem, memória, aprendizagem e criatividade; e o desenvolvimento psicossocial, os relacionamentos sociais e a personalidade.

Na infância muitas das mudanças estão vinculadas aos padrões de comportamento e aspecto físico, incluindo prontidão para dominar novas habilidades, como engatinhar, correr, caminhar, entre outros.

De acordo com Papalia, Olds, Feldman (2006, p.180) “bebê e ambiente formam um sistema interligado, e o desenvolvimento tem causas interativas”. Ao longo da primeira infância, o sistema motor é bastante acentuado e específico quando se trata da seqüência da aquisição de habilidades motoras, mas quando se trata do nível e da extensão deste processo, eles são determinados individualmente.

O ambiente pode desencorajar ou encorajar o desenvolvimento. As questões relacionadas à cultura e ao ambiente familiar causam grandes impactos no desenvolvimento motor da criança na primeira infância. Nos primeiros anos de vida do bebê, a família é a principal fonte de socialização e estimulação do indivíduo.

A concepção desenvolvimentista tem provocado modificações importantes a respeito da forma como se vê o desenvolvimento de várias habilidades básicas, e isso não foi diferente com a habilidade nadar, conforme é apontado por alguns autores Lima (2003) e Damasceno (1997).

De acordo com Palmer (1990) a primeira caracterização da seqüência de desenvolvimento aquático foi realizada por Myrtle McGraw, no final da década de 30. Segundo o autor os bebês ao nascerem podiam apresentar alguns movimentos coordenados de

pernas e braços, para se deslocar na água desde que fossem colocados na posição de decúbito ventral na água. A forma como esses movimentos eram efetuados levou McGraw a denominá-los de “reflexo de nadar”.

A seqüência de desenvolvimento da locomoção aquática foi dividida em três etapas: fase do reflexo de nadar (até os quatro meses de idade); fase dos movimentos desorganizados (do quarto aos décimo segundo mês de idade); fase dos movimentos voluntários (do décimo segundo mês de idade em diante).

McGraw (1939 apud PALMER, 1990) procedeu à descrição do comportamento de locomoção aquática considerando três elementos principais: movimentação de braços e pernas, controle postural e controle respiratório. O reflexo de nadar consistia de flexões e extensões alternadas dos membros superiores e inferiores, coordenadas com a extensão e a flexão lateral do tronco.

Para a autora, esses movimentos apresentam um padrão rítmico que, no entanto, é perdido gradualmente por volta do quarto mês após o nascimento. Com relação ao controle postural, Palmer (1990) destacou que os bebês com até quatro meses de idade tinham comportamento semelhante ao de outros mamíferos quadrúpedes, mantendo um bom domínio da postura na locomoção, ainda que fossem incapazes de mudar de decúbito.

Já em relação ao período compreendido entre o quarto mês e o primeiro ano de vida, McGraw (1939 apud PALMER, 1990) identificou uma perda no controle postural. A capacidade para permanecer na posição ventral só reapareceria por volta do segundo ano de vida.

O terceiro componente observado por ela foi o controle respiratório. Nos primeiros meses de vida, ele é bastante eficiente, pois os bebês podiam permanecer longos períodos submersos sem ingerir água. Na fase dos movimentos desorganizados havia a perda do controle respiratório, aumentando a possibilidade de grande ingestão de água. O controle respiratório ressurgia como um comportamento voluntário na terceira fase de desenvolvimento aquático.

Segundo McGraw (1939 apud PALMER, 1990), a manutenção da posição ventral na água é um sinal crucial de desenvolvimento. O controle postural teria, segundo ela, um papel importante na produção de padrões coordenados de locomoção aquática.

A água tem algumas propriedades que atenuam a ação da gravidade sobre os corpos nela imersos, como flutuação e empuxo (Lima, 2003, p.24). Essas características são o diferencial para o trabalho com os bebês no meio líquido, pois permitem a execução de ações que não seriam possíveis fora d'água.

5 – O ENSINO

As pessoas não são iguais, para passar a elas o conhecimento e despertar-lhes o interesse pela matéria a ser ensinada, é preciso antes de tudo usar a linguagem delas, aproximar-se o mais possível da sua idade mental, e, o que é mais importante, transformar as matérias em vivências. A curiosidade, a ansiedade de saber vive dentro de cada um de nós. O que nos desagrada e dificulta a aprendizagem é a forma sem graça de fazer isso. Mudando esse conceito, a dificuldade desaparecerá. Sendo assim por que não aprender com prazer?

5.1-PROCESSO DIDÁTICO-PEDAGÓGICO (IMPLICAÇÕES PARA A PEDAGOGIA DA NATAÇÃO)

A pedagogia da natação, historicamente, pode ser caracterizada de três formas: pedagogia global, pedagogia analítica e pedagogia moderna de acordo com Catteau e Garoff (1990).

A pedagogia global caracteriza-se pela ausência de professor. O aluno aprende a nadar sozinho, através da observação ou imaginação dos movimentos que foram executados por outras pessoas. Nem sempre os movimentos são executados corretamente e a ausência do professor dificulta a aprendizagem correta.

A pedagogia analítica caracteriza-se pela existência do professor que ensina através de uma seqüência pedagógica e metodológica. Porém, é introduzida a aprendizagem dos movimentos da natação fora do meio líquido. Isto se torna inviável, pois as forças que agem sobre o indivíduo dentro e fora do meio líquido são diferentes.

A pedagogia moderna é a mais recente e atual. Aproveita os aspectos positivos das outras duas pedagogias: atividade dentro do meio líquido a partir de uma seqüência pedagógica organizada do simples para o complexo. Além disso, ressalta a importância da articulação da teoria e prática, conhecendo características do movimento, do indivíduo, do meio em que está inserido e dos materiais que podem auxiliar o processo pedagógico. Nesta linha é fundamental atender aos objetivos dos alunos para que a aprendizagem ocorra com mudança de comportamento permanente.

Catteau e Garoff (1990, p. 361) ainda citam que “o treinador deverá ter um programa de trabalho adaptado ao nível dos alunos com que trabalha e determinar seus objetivos de

acordo com esse nível”. É comum observarmos aulas que tenham o objetivo de aprendizagem (ensinar as técnicas dos estilos para os alunos) e variação de volume e intensidade (grande quantidade de exercícios, ou alta velocidade na execução dos exercícios). Segundo os autores este tipo de treinamento é importante para desenvolver a capacidade de resistência.

Já Palmer (1990) diz que a primeira atividade a ser ensinada na piscina é a sobrevivência, visto que a água é um meio estranho. Ou seja, identificar o nadar como a locomoção com segurança dentro do meio líquido, a partir de diferentes formas.

É importante que o professor permita que a criança descubra várias formas de locomoção na água, para depois iniciar a aprendizagem dos estilos, pois os movimentos rudimentares das crianças são fundamentais para a futura movimentação eficiente e consistente.

A pedagogia da natação procura através de métodos de ensinamentos eficientes, fazer com que os alunos dominem a natação, assim como aprendam novas atividades além dos quatro estilos, fazendo com que o aluno adquira várias competências aquáticas.

Palmer (1990) diz que todas as aulas devem ser bem planejadas antes de serem aplicadas e que cada uma dessas aulas deve ter um objetivo, a fim de melhorar a locomoção do aluno na água. Esse objetivo pode ser atingido através de uma seqüência pedagógica adequada.

Palmer (1990) ainda ressalta que o professor deve conhecer os conteúdos e os métodos de ensino da natação e saber transmiti-los aos alunos, sempre com entusiasmo, humor e imaginação.

Para Catteau e Garoff (1990, p. 110) “a pedagogia só é uma arte na medida em que ela exprime e explica a transmissão dos conhecimentos por meios próprios daquele que educa”. A forma com que o professor se comunica com seus alunos é fundamental para que eles compreendam o que deve ser realizado. Uma boa relação professor/aluno é indispensável para o bom andamento da aula.

De acordo com Palmer (1990) o professor deve ser firme sem ser exigente e sem desprezar seus alunos, deve encorajar, elogiar, brincar para que a aula se torne divertida e agradável. E para Catteau e Garoff (1990) o constante comportamento do professor, juntamente com o conhecimento do aluno, é determinante para caracterizar o tipo de relação que haverá entre o professor e os alunos.

Segundo Catteau e Garoff (1990, p.114) “é a intervenção dos professores que vai transformar a aprendizagem em ensino”. É importante que o professor crie situações de desafio e superação e tente alcançar o objetivo do aluno de acordo com o objetivo proposto

para a aula.

5.2- SEQUENCIAS PEDAGÓGICAS NA NATAÇÃO PARA BEBÊS

- **Adaptação ao ambiente**

Esta é umas das principais fases da aula de natação. Geralmente, tanto a mãe quanto o bebê tem certa dificuldade de se adaptarem ao novo ambiente no momento inicial. É comum a mãe ter insegurança nessa fase e o bebê pelo novo ambiente, as outras crianças, o barulho e os professores.

É comum alguns bebês estranharem e podem começar a chorar. Nesse caso, o professor não deve se aproximar do bebê repentinamente. A conquista do bebê deve se dá aos poucos, de maneira progressiva, com movimentos calmos e tom de voz mais suave.

Lima (2003, p.60) diz que é interessante colocar o bebê próximo de outros bebês e deixá-lo se acostumar sem pressa. E que essa adaptação ao ambiente pode levar em torno de 5 a 6 aulas.

- **Adaptação ao meio líquido**

A adaptação para os bebês ocorre de maneira mais fácil do que para crianças maiores e para os adultos. De acordo com Lima (2003, p.61) a adaptação é ainda mais fácil para os bebês menores que 12 meses, pois eles desconhecem o medo. O autor continua falando que os bebês maiores de 12 meses, se eles ainda não tiveram nenhuma experiência desagradável com a água até então, fica mais fácil superar essa fase e, em geral, a adaptação ao meio líquido ocorre de maneira mais tranqüila.

Lima (2003, p. 62) diz que o ideal é que a mãe, em casa, tome alguns procedimentos, principalmente durante os banhos do bebê:

Treine algumas pegadas básicas e, dessa maneira, transmita segurança e conforto ao bebê; Usar o chuveiro ou chuveirinho para que o bebê se acostume com a água no rosto e reaja de maneira natural; Use brinquedos como baldes ou regadores para chamar a atenção do bebê e proporcionar momentos agradáveis ao bebê todas as vezes que ele tiver na água; Ou brincadeiras de que o bebê goste como dar patas na água, o que acaba espirrando água no seu rosto.

É importante que essas brincadeiras também sejam realizadas na aula, junto com os

outros bebês, pois dessa maneira o bebê se distrairá e aceitará melhor a adaptação ao meio líquido.

- **Respiração**

Ao se tratar da respiração do bebê durante as aulas de natação é necessário considerar os movimentos respiratórios em três situações: apnéia para o mergulho, expiração/inspiração repetitiva e inspiração frontal com pescoço em hiperextensão e expiração subaquática repetitiva. Segundo Lima (2003) essas três situações são muito importantes e não podem deixar de ser estimuladas corretamente durante as aulas.

Lima (2003, p.64) explica que quando o bebê é estimulado através do reflexo de bloqueio de glote ou quando ele já está condicionado é possível se realizar a apnéia para o mergulho, mas que deve sempre ocorrer no momento da inspiração. Já na realização da expiração/inspiração repetitiva, a intenção é fazer com que o bebê possa dominar os seus movimentos respiratórios, tornando-se um dos principais exercícios realizados com o intuito de melhorar a autonomia do pequenino na água.

O autor em sua obra cita algumas dicas, explicando que para treinar a expiração do bebê é necessário fazer barulhos diversos, exemplos: “Fazer biquinho e barulho do “mosquitinho”; Lavando o bico do pato; Fazendo o rugido do leão; O professor solta a bolha na superfície falando o nome do bebê” (LIMA, 2003, p.64).

Ao se tratar da inspiração frontal com pescoço em hiperextensão e expiração subaquática repetitiva, Lima (2003, p.65) diz que “é comum que o bebê permaneça algum tempo em apnéia, principalmente os mais adiantados. Nesse caso, temos que mostrar ao bebê o movimento correto, da inspiração/expiração”. Ele continua dizendo que, com os mais adiantados deve fazer-se o seguinte:

Deixar o bebê mergulhar saltando da mesa ou da borda, por exemplo; Ele ficará com as pernas no fundo, corpo inclinado, e pescoço em hiperextensão, quando tentar respirar. O professor deve, então, ajudá-lo a subir e muito rapidamente inspirar. Repita este processo de três a quatro vezes e observe se o bebê não está demasiado cansado.

É muito importante que o professor fique atento aos mergulhos do bebê para que não ocorra nenhum acidente, nem que o bebê venha a se afogar.

- **Movimento de Braço**

O movimento dos braços deve ser espontâneo e livre. De acordo com Lima (2003, p.66) a partir de certo grau de habilidade, o que geralmente acontece a partir dos 12 meses, os movimentos dos bebês passam a ser de cachorrinho, mas os pequenos apenas realizam movimentos alternados de braços, somente abaixo do nível da água, visando às primeiras situações de sustentação e deslocamento do corpo na água.

- **Movimento de Pernas**

Os movimentos das pernas assim como os dos braços, devem ser o mais espontâneo possível e livre. Lima (2003, p.65) diz que “alguns bebês realizam movimentos simultâneos, semelhantes à pernada de sapo; outros fazem um “coice” duplo”. O autor continua dizendo que quando o bebê não apresenta nenhum sinal de que queira se movimentar pode ser que esteja com sono ou indisposto, ou, talvez, pouco estimulado. Algumas vezes usamos movimentação passiva, com a mãe ou o professor fazendo os movimentos pelo bebê. Como dica Lima (2003, p.65) diz que pode ser utilizados “bóias de braço no bebê e jogar uma bola ou brinquedo próximo a ele, para que tente pegá-los, assim ele movimentará pernas e braços ativamente”.

- **Mergulhos**

Os bebês podem ser imersos na água a partir de qualquer idade, desde que se respeite a individualidade de cada um. Geralmente os bebês mais afoitos têm mais facilidade de aceitar o mergulho que os outros.

Segundo Cirigliano (1981 apud LIMA, 2003, p.67) “ao imergir, o bebê sorrirá, se encontrar com o rosto sorridente da mãe que o felicita” e ainda considera “até que o bebê nade independentemente, todas as imersões devem ser realizadas pelo professor”.

O mergulho a partir de várias tentativas e estímulos vão melhorando e o bebê começa a realizá-lo sozinho, mesmo que seja com algumas imperfeições.

Quando queremos que o bebê se desloque até um determinado ponto, usamos o mergulho induzido, isto é, tanto o professor quanto a mãe ou acompanhante, coloca uma das mãos no peito do bebê e a outra nas costas, empurrando-o suave e ligeiramente para o fundo e para frente ao mesmo tempo em direção a outra pessoa que estará lhe esperando a certa distância.

Lima (2003, p.69) diz que “por se tratar de um movimento passivo para o bebê, deve-se ter sempre o cuidado de não extrapolar os limites do bebê. Durante uma aula, três ou quatro repetições deste movimento parece ser um número bem sensato”.

- **Equilíbrio**

“Os exercícios de equilíbrio são importantes para que o bebê aprenda a se manter na água pelos próprios meios e é fundamental para que ele venha a progredir em outros exercícios de sua seqüência pedagógica” diz Lima (2003, p.71). O autor continua falando que esta é uma dificuldade que todas as pessoas têm independente da idade, antes de se adaptarem ao meio líquido, e com o bebê não pode ser diferente, até por que muitos bebês iniciam suas aulas ainda sem conseguirem permanecer em pé sozinhos ou andar, devido a pouca idade.

Os exercícios de equilíbrio são vários, e podem ser com o uso ou não de matérias como, por exemplo: espaguetes, flutuadores, mesas ou plataformas, bois de braço, etc.

5.3- CLASSIFICAÇÃO DOS BEBÊS

Os exercícios propostos nas aulas de natação devem ser aplicados de acordo com a idade e nível maturacional dos bebês, sempre respeitando a sua individualidade. Geralmente alguns bebês têm mais facilidade de aprendizado que outros, cabe então ao professor, com a experiência e bom senso, a aplicação desses exercícios aos seus alunos.

Lima (2003) em sua obra oferece uma simulação de divisão de turmas de acordo com a idade dos bebês, a fim de facilitar o trabalho do professor.

TURMAS	ATIVIDADES A SEREM REALIZADAS
<p>BEBÊ I: DOS 3 AOS 9</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estimula-se o mergulho através dos reflexos e aproveitando-se deles; • Os movimentos de estímulo de mergulho e apnéia são passivos, assim como a estimulação de movimentos de pernas, braços e balanceios; • A flutuação dorsal é facilitada, pois o peso relativo do bebê ainda é pequeno; • A estimulação é feita através de exercícios, usando a pressão hidrodinâmica e a aula será de aproximadamente 15 a 20 minutos (CIRIGLIANO, 1981; DAMASCENO, 1994 apud LIMA, 2003);

MESES	<ul style="list-style-type: none"> • A temperatura da água deve ser em torno de 30 a 32 graus.
BEBÊ II: DOS 10 AOS 15 MESES	<ul style="list-style-type: none"> • Início ou estimulação da deambulação. São bem vindos os exercícios de equilíbrio na posição ereta; • O bebê cai e levanta-se, dominando a apnéia já de maneira ativa; • Nesta idade os bebês começam a imitar os amigos e adultos, respondendo a estímulos verbais; • As músicas e parlendas fazem parte constante das aulas; • Os exercícios com os fundamentos respiração, movimentos de braço e pernas são absorvidos pelos alunos; • Os bebês que iniciam nessa idade tem, a princípio, uma certa dificuldade para o início do mergulho. O professor não deve forçar nenhuma situação, nesse caso, e deixar que o mergulho aconteça de maneira bastante natural. A imitação do movimento de mergulho dos amigos é uma das formas eficiente, para que isso aconteça.
BEBÊ III: DOS 16 AOS 35 MESES	<ul style="list-style-type: none"> • Nesta fase, o bebê já responde bem aos comandos verbais; • Já tem condição de fazer os movimentos de braços, pernas e respiração ativamente; • Iniciamos os exercícios de autonomia e outros de maior complexidade na parte mais profunda da piscina e outros de maior complexidade, principalmente na forma de jogos e desafios. Ex.: passar de uma mesa (ou plataforma) a outra, passar entre arcos, mergulhar e apanhar objetos submersos, jogos de queda e recuperação e rolamentos para troca de decúbitos.

Quadro 1: Turmas de natação para bebês (LIMA, 2003).

5.4- O BEBÊ E OS JOGOS

Para Piaget (1978), o jogo faz parte da vida da criança e é essencial na sua formação, pois prevalece a assimilação. No jogo, a criança se apropria daquilo que percebe da realidade. Defende que o jogo não é determinante nas modificações das estruturas, mas pode transformar a realidade.

De acordo com Piaget (1978) o desenvolvimento do jogo na criança é classificado em fases. A primeira fase é de adaptações puramente reflexas. A criança age conforme os instintos essenciais, como por exemplo, a sucção como refeição. Na segunda fase as condutas adaptativas continuam, mas começam com uma diferenciação: a dualidade, a assimilação. Terceira fase ou fase das relações circulares secundárias o processo se mantém inalterado, mas a diferença entre jogo e assimilação intelectual é mais nítida. Nesta fase a criança aprende a manipular objetos, descobre que eles fazem barulho. O jogo é compreendido e não oferece mais novidade.

Já na quarta fase ou fase da coordenação dos esquemas secundários prolongam-se as manifestações lúdicas, pois elas são executadas por pura assimilação, por prazer e sem esforço, tendo em vista atingir uma finalidade. Esta modalidade de esquema permite a formação de verdadeiras combinações lúdicas, passando de um esquema a outro para assegurar-se deles, e sem esforço de adaptação. Consiste em repetir e associar os esquemas já constituídos, com um fio não lúdico.

Na quinta fase acontece a transição entre as condutas rituais e o símbolo lúdico, onde as manifestações aparecem com uma fertilidade muito maior de combinações. O jogo se apresenta como uma ampliação da função de assimilação, para além dos limites da adaptação atual.

Por último, na sexta fase o lúdico desliga-se do ritual, sob a forma de esquemas simbólicos, graças ao progresso de sua representação. Isso se concretiza quando a inteligência experimental passa a uma combinação mental, a imitação externa à imitação interna. Há símbolos, e não apenas um jogo motor, porque há assimilação fictícia de um objeto ao esquema, o seu exercício resulta na acomodação. Piaget classifica os jogos segundo sua evolução, em três grandes estruturas: jogos de exercício, simbólicos e de regras.

O Jogo de exercício é a fase que mais nos interessa neste momento e por isso iremos nos prender somente a ela. O jogo de exercício é essencialmente sensório-motor, (aparece até mais ou menos dois anos de idade), portanto, o primeiro a aparecer na criança, mas também pode envolver as funções superiores de pensamento. Este jogo estará presente em todos os estágios da nossa vida, inclusive adulta, pois o prazer deve estar sempre presente em tudo que fazemos.

A principal característica deste estágio, que Piaget (1978) classifica como período sensório-motor, é obter a satisfação de suas necessidades. Com a ampliação dos esquemas, a criança vai cada vez se tornando mais consciente de suas potencialidades, colocando em ação

um conjunto de condutas, sem modificar as estruturas, onde as ações ficam dirigidas somente para atingir seu objetivo maior que é o prazer. Exemplo: O bebê mama não apenas para sobreviver, mas porque descobre o prazer de mamar, à medida que satisfaz sua fome. É isso que o faz chupar a chupeta, mesmo que não saia alimento nenhum, esse exercício lhe dá um enorme prazer.

Já para Vygotsky (1984) é a fala que diferencia a criança de um macaco. A fala e o uso dos signos fazem com que a criança tenha controle sobre o seu comportamento. Para o pesquisador, a fala e a ação fazem parte da mesma função psicológica complexa. Quanto mais complexa a ação maior a importância da fala. A capacidade da linguagem habilita a criança a providenciar elementos que a auxiliam na resolução de problemas antes de sua execução e controla seu próprio comportamento.

Conforme Vygotsky (1984), o sujeito é interativo e, por este motivo, dá tanta importância a fala. Estabelece uma relação estreita entre o jogo e a aprendizagem. Diz que o desenvolvimento cognitivo resulta da interação entre a criança e as pessoas com quem mantém contatos regulares. O aprendizado da criança começa antes do seu ingresso na escola. Desta forma, a escola sistematiza o aprendizado, que inicia no primeiro dia de vida - a aquisição do conhecimento se dá através das zonas de desenvolvimento: real e proximal.

Zona de desenvolvimento real é a do conhecimento já adquirido, o que a pessoa traz consigo. Já a zona de desenvolvimento proximal define como a diferença entre o desenvolvimento atual da criança e o nível que atinge quando resolve problemas com auxílio, com orientação de pessoas mais capazes, que já tenham adquirido estes conhecimentos. O aprendizado cria a zona de desenvolvimento proximal e aborda vários processos internos de desenvolvimento, que operam quando a criança interage com outras pessoas, em cooperação. Uma vez internalizados estes processos tornam-se parte das aquisições do desenvolvimento independente.

O aprendizado está relacionado com o desenvolvimento da criança, mas eles não andam de forma paralela. O desenvolvimento da criança nunca acompanha o aprendizado escolar. Vygotsky (1984) cita o faz-de-conta como exemplo. Diz que as maiores aquisições das crianças são conseguidas no brincar, que no futuro se tornarão níveis básicos do real e da moralidade.

Para o autor, as habilidades humanas começam pelos três anos de idade. No brincar, a criança projeta-se nas atividades adultas de sua cultura e ensaia seus futuros papéis e valores. Assim, o brincar antecipa o desenvolvimento que só pode ser completamente atingido com assistência de seus companheiros da mesma idade e mais velhos.

Durante a brincadeira, todos os aspectos importantes da vida da criança tornam-se tema do jogo.

Vygotsky (1984) vê a aprendizagem como um processo social. A interação com os adultos e a linguagem faz o desenvolvimento cognitivo acontecer. Sendo o jogo uma das ferramentas didática muito importante na vida da criança, ele também não poderia deixar de ser utilizado nas aulas de natação visando também à aprendizagem.

Segundo Lima (2003, p.43) “quando brincamos com o bebê, por exemplo, fazendo careta, ou sorrindo, somos imediatamente “respondidos” e estabelecem-se, assim, as primeiras formas de comunicação entre adultos e o bebê”. Piaget (1969, p.17) afirma que “entre os três e seis meses o lactante começa a pegar o que vê e esta capacidade de apreensão, depois de manipulação, aumenta seu poder de formar novos hábitos”. Com o amadurecimento, o bebê começa a descobrir novas formas e meios de ação.

Antunes (2000 apud LIMA, 2003, p.44) diz que

O jogo, em seu sentido integral, é o mais eficiente meio estimulador das inteligências. O espaço do jogo permite que a criança (e até mesmo o adulto) realize tudo quando deseja. Quando entretido em um jogo, o indivíduo é quem quer ser, ordena o que quer ordenar, decide sem restrições. Graças a ele, pode obter a satisfação simbólica do desejo de ser grande, do anseio em ser livre. Socialmente, o jogo impõe o controle dos impulsos, a aceitação das regras, mas sem que se aliene a elas, posto que são as mesmas estabelecida pelos que jogam e não impostas por qualquer estrutura alienante. Brincando com sua espacialidade, a criança se envolve na fantasia e constrói um atalho entre o mundo real, onde precisa conviver.

5.5- A AULA

Alguns preparativos são recomendados ainda, quando o bebê não iniciou suas aulas de natação sejam nas academias ou não, devendo ser realizados em casa, durante o seu banho. Como exemplo, Lima (2003, p.77) diz que se deve ir reduzindo a temperatura da água durante o banho do bebê, até próximo da temperatura usada nas aulas (entre 31 e 32 graus aproximadamente) e familiarizá-lo com a água. Dar banhos na banheira do bebê, usando o chuveirinho e de vez em quando molhar-lhe o rosto estimulando o bloqueio de glote e principalmente, habituar os pais a manusearem seus filhos com segurança.

O horário das aulas também é um fator importante a ser considerado. Os horários mais adequados para as aulas são aqueles mais quentes do dia, preferencialmente “após as 10 horas da manhã até as 18 horas” (LIMA, 2003, p.78).

Sobre a alimentação Lima (2003, p.79) diz que as mães devem evitar alimentar seu

filho em horário muito próximo a aula. Um intervalo de aproximadamente 1 hora parece ser bastante razoável para que ocorra a digestão e evite que o bebê vomite durante a aula. O autor continua dizendo que muitas mães amamentam seus filhos ainda na piscina. O conforto que o bebê tem no ambiente aquático faz com que ele se sinta à vontade também para se alimentar. Para a mãe, acaba sendo muito confortável amamentar na piscina, pois o bebê fica mais “leve”, devido à diminuição da força da gravidade.

Quanto à aula propriamente dita, um dos tipos de aquecimento que deve ser utilizado numa aula de natação para bebês se dá na forma de jogos cantados, parodias ou parlendas (rimas infantis, em versos que ajudam na memorização por parte do bebê).

De acordo com Lima (2003, p.46) “o objetivo é soltar, desinibir, acordar, “ligar”, integrar os bebês e as mães à aula e ao grupo. Não se tem necessariamente que vincular os gestos e movimentos das músicas aos fundamentos da natação”. As músicas utilizadas nas aulas são acompanhadas de movimentos direcionados à melhoria de coordenação motora e aprendizagem dos fundamentos, tais como: flutuação, batidas de braços e pernas e mergulho.

Lima (2003, p.47) faz algumas colocações importantes a respeito da música para crianças. O autor diz que “a relação entre a natação e situações prazerosas acaba por influenciar na conduta positiva da criança perante o exercício físico, e esta contribuição se fará efetiva durante toda a vida da pessoa”.

Mais do que um artifício para acalmar a criança ou fazê-la dormir, a música é componente indispensável nessa delicada relação. E também um importante instrumento para o desenvolvimento do bebê, como todas as mães do mundo parecem saber intuitivamente. (REVISTA CRESCER apud LIMA, 2003, p.47)

Outro fator importante a ser mencionado aqui é o papel do professor durante a aula, não são as crianças que precisam compreender o professor, mas o professor que deve mostrar os fatos ao nível delas, facilitando assim a assimilação dos conhecimentos por parte de seus alunos.

5.5.1- Técnicas de pegadas

As pegadas também são muito importantes na natação para bebês, pois fazem com que os alunos e mães ou acompanhantes sintam-se seguros e confiantes para a realização dos exercícios e melhorando assim o rendimento do aprendizado.

Segundo Lima (2003, p.52) “a pegada mais apropriada vai depender do momento da aula, mas principalmente, da aceitação do bebê para com ela”. Cirigliano (1981 apud LIMA, 2003, p.52) coloca que “o bebê não resistirá ao ser manobrado, se a forma de tomá-lo for segura e calma”. É necessário que as pegadas sejam confortáveis tanto para o bebê quanto para a mãe.

As pegadas mais usadas durante a aula de natação segundo Lima (2003, p.52) são:

FRENTE-DECÚBITO VENTRAL
<p>Pega de axila: a mãe se coloca de frente para o bebê, segurando-o pelas axilas, mantendo um constante contato visual com seu bebê, conversa com ele, sopra-lhe o rosto (para imergi-lo, brinca, canta, etc. Por seu lado, o bebê “lê” o rosto da mãe e todas as suas reações emocionais, cabendo à mãe manter a serenidade e transmitir segurança ao seu filho (CIRIGLIANO, 1981).</p> <p>Pegas de mão ou braço: idem à anterior, porém com a mãe segurando o bebê pela mão ou pelo antebraço. Essa posição é útil para bebês maiores, já com algum domínio da água, pois permite a eles emergir e afundar sozinhos ou ter um controle da posição dos braços. Em outras palavras, o bebê passa de uma situação de passividade para o início de seus movimentos ativos, realizados por vontade própria.</p> <p>Pega de tronco (“mala sem alça”): a mãe se coloca ao lado do bebê envolvendo-o com seu braço. Esta posição permite que o bebê movimente seus braços e pernas livremente.</p>
DEITADA-DECÚBITO DORSAL
<p>Pega de axila: com as mãos na axila do bebê. Esta pega é interessante com algum estímulo externo, como brinquedos ou movimentos que a mãe ou professor fazem para chamar a atenção do bebê. Muitos bebês não aceitam esta posição e seu desconforto é manifestado através da intensa contração muscular e tentativas de se virar. Se o professor ou a mãe insistirem nesse movimento, o início do choro será inevitável.</p> <p>Pega de quadril com a nuca do bebê apoiada no ombro da mãe: nessa posição, a mãe pode distrair o bebê, conversando, brincando ou cantando. Esta pega pode ser uma boa alternativa para iniciar o bebê na posição de costas, pois ele se sentirá mais seguro com o apoio de sua nuca no ombro da mãe. O desconforto surge, quando submergimos os ouvidos do bebê, principalmente nas primeiras vezes. As mães devem ser alertadas pelo professor para que realizem essa tomada de maneira suave, e nunca brusca, para que o bebê não se assuste e se recuse nas próximas vezes.</p> <p>Pega de perna com a nuca do bebê no ombro: idem ao anterior com movimentação passiva de pernas que, enquanto recurso didático, pode ter os seus questionamentos e divergências, e, embora cause polêmica, esse tipo de procedimento não atrapalha ou causa algum dano físico ou emocional ao aluno. Quando estimulamos passivamente o bebê estamos nos utilizando dos efeitos e colhendo os benefícios da pressão hidrodinâmica sobre seu corpo todo. Existe uma técnica chamada Halliwick, largamente empregada na hidroterapia, que se utiliza destes procedimentos e que merece ser estudada por aqueles que lidam com atividades aquáticas (SHOEDINGER, 1998).</p>

Pega de cabeça (“Telefone”): pega-se o bebê pela cabeça, apoiando-se delicadamente nas orelhas do bebê, com as mãos em forma de concha, de maneira a distribuir a pressão da pega por todos os dedos. Nessa posição pode-se passear com o bebê e fazer, também, alguns movimentos massageadores com a água, acrescidos de movimentos lúdicos, como a “cobrinha” e o “peixinho” (quebra do alinhamento longitudinal).

Pega de perna: encaixa-se entre as pernas do bebê, ou apóie o seu quadril no abdômen da mãe. Esta posição permite que o bebê observe a mãe e vice-versa.

Nas costas (“Mochila”): segure o bebê pelos punhos, de costas para você. Em seguida faça um giro com o bebê, colocando-o nas suas costas, como se fosse uma mochila. Nessa posição, o bebê pode passear, mantendo contato corporal com a mãe. Permite, também, que a mãe segure os tornozelos da criança, estimulando o movimento das pernas passivamente.

Quadro 2: Técnicas de pegadas (LIMA, 2003).

5.5.2- Segurança

Este é um ponto muito importante a ser considerado. Segurança deve-se ter em todos os lugares principalmente quando se trabalha com bebês. Mesmo durante as aulas normais de natação, onde os bebês ficam sob o cuidado das mães ou acompanhantes e assistidos pelo professor, todos devem ficar atentos e jamais descuidar da segurança dos bebês.

Geralmente, a maioria dos acidentes acontece, quando as crianças têm acesso às piscinas, principalmente residenciais. Como o bebê está acostumado à situação de aula, onde se atiram e são apanhados por um adulto dentro d’água, em conseqüência, desconhecem o perigo e muitas vezes acabam se jogando na água e se afogando.

É preciso redobrar a atenção principalmente com os bebês mais afoitos (destemidos), pois muitas vezes acabam se adiantando e tendo autonomia mais rápido que os demais. Para evitar os indesejáveis acessos às piscinas é necessário que as piscinas sejam cercadas e com portões que devem ser mantidos sempre fechados ou então mantê-las sempre cobertas.

Tanto os professores quanto os demais funcionários dos clubes ou academias devem receber pelo menos um treinamento básico de primeiros socorros e até mesmo os pais devem ser convidados a participarem, além de serem sempre alertados sobre a eminência do perigo que envolve bebês e piscina.

É sempre importante que os professores treinem exercícios de segurança durante as aulas de natação, tais como exercícios de agarres, busca de apoio, nado cachorrinho, flutuação e respiração frontal, simulando situações pelas quais os bebês poderão por acaso passar.

Também é necessário evitar o uso de brinquedos muito pequenos que possam ser

engolidos pelos bebês e eles venham a se engasgar, etc. É de fundamental importância que todo o ambiente da aula esteja completamente seguro.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a revisão bibliográfica, este trabalho considera que a natação para Bebês proporciona inúmeros benefícios sejam eles físicos, orgânicos, psíquico-sociais, terapêuticos ou recreativos. Auxiliando no seu crescimento e desenvolvimento em diferentes aspectos, afetivo, motor ou cognitivo.

Além de proporcionar a adaptação do indivíduo ao meio líquido, permite que a criança explore e interaja com esse meio de forma independente e prazerosa ainda nos primeiros meses de vida, se descobrindo e brincando com o próprio corpo, possibilitando a execução de movimentos que não seriam possíveis no ambiente terrestre.

Através da natação, o bebê tem a oportunidade de interagir não só com outras crianças, mas também com o professor e outros adultos aumentando o seu vínculo social que geralmente nos primeiros meses de vida se restringe somente a família. Pode contribuir e muito na formação da sua personalidade e na educação da criança, principalmente no período escolar, tornando-a mais participativa e independente.

A atividade aquática com bebês é uma atividade muito específica da natação, e exige do professor um conjunto de características muito próprias, de forma a melhor se adequar, programar, realizar e avaliar a sua atividade profissional. Por outro lado, exige também um conjunto de conhecimentos relativamente aprofundados nas áreas da psicomotricidade, da psicologia infantil, da fisiologia e da própria natação, para que o professor possa propor atividades adequadas ao estágio maturacional dos bebês.

Como diz Moura (2000 apud LIMA, 2003, p.26):

Não basta ao professor conhecer o conteúdo da modalidade em questão. É preciso que ele saiba o como e o porquê da aplicação de determinadas técnicas e o seu momento oportuno para que o processo ensino-aprendizagem da natação para bebês não fique reduzido a uma mera aplicação de resultados incertos.

O professor deve criar situações para que seja observado o desempenho do bebê no momento da execução da atividade dentro da situação de aprendizagem na qual foi colocado. Deve-se observar a ocorrência ou não de alguma mudança no seu desempenho até porque só pode ser considerado como aprendizagem, quando o indivíduo em si apresenta diferenças após ser colocado em situação de aprendizagem.

Para tanto, é indispensável uma boa relação professor/aluno para o bom andamento da aula. A forma como o professor se comunica com seus alunos é fundamental para que eles compreendam o que deve ser realizado. O professor deve mostrar os fatos ao nível deles, facilitando assim a assimilação dos conhecimentos por parte de seus alunos.

Já que as pessoas não são iguais, e para passar a elas o conhecimento e despertar-lhes o interesse pela matéria a ser ensinada, é preciso antes de tudo usar a linguagem delas, aproximar-se o mais possível da sua idade mental, e, o que é mais importante, transformar as matérias em vivências. Para melhor explicar, Catteau e Garoff (1990, p.114) dizem que “é a intervenção dos professores que vai transformar a aprendizagem em ensino”.

Este estudo é de fundamental importância para os graduandos, professores de Educação Física e apreciadores da área, que buscam maximizar os seus conhecimentos acerca da natação para bebês, um mercado relativamente novo e em franca expansão.

Em suma, a natação para bebês se mostra bastante benéfica em todos os aspectos do desenvolvimento do indivíduo e merecem mais oportunidades de prática nesse meio além de disponibilizar maiores estudos nessa área.

REFERÊNCIAS

BRESGES, L. **Natação para seu neném**. Rio de Janeiro, Ao livro técnico S/A, 1980.

CAMUS, L. J. *Las prácticas acuáticas del bebé*. Barcelona, Editorial Paidotribo, 1993.

CATTEAU, GAROFF. **O Ensino da Natação**. Ed. Manole, 1990.

CORRÊA, Célia Regina Fernandes. MASSAUD, Marcelo Garcia. **Natação da Iniciação ao Treinamento**. 3ª edição. Rio de Janeiro: Sprint, 2007.

DAMASCENO, L. G. **Natação para bebês: dos conceitos fundamentais à prática sistematizada**. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.

FERES, J. Músicas e canções para estimular habilidades. Revista crescer, jul. 1999.
Disponível em: http://www.indomus.com.br/musicaliza/artigos_e_textos.htm. Acesso em 23.11.10.

FERNANDES, A. Centro pediátrico de Telheiras. Disponível em:
<http://www.saudepublica.web.pt/Higiene/piscinap.htm>. Acesso em: 10.12.10.

FONSECA, V. **Temas de psicomotricidade. O papel da motricidade na aquisição da linguagem**. Cruz Quebrada – Lisboa. Edições F.M.H. – U.T.L., 1995.

GRISI, Roseni N. F. **Natação para Bebês: uma abordagem psicológica das relações pais e filhos no processo ensino-aprendizagem**. Monografia (Especialização em Ciência da Natação e Hidroginástica) Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro, 1994.

HEERDTZ, Mauri Luiz. Como elaborar projetos de pesquisa. Unisul. Disponível em:
<http://www.unifal.edu.br/noticias/anexos/Como%20Elaborar%20Projetos%20de%20Pesquisa%20na%20Pr%C3%A1tica.pdf>. Acesso em: 05.01.11.

JACOB, S. H. **Estimulando a mente do seu bebê**. Tradução de Noberto de Paula lima. São Paulo: Madras, 2005.

LAKATOS, E. M., MARCONI, M. A. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 3ª edição. São Paulo: Atlas, 1994.

LIMA, Edson Luiz de. **A prática da natação para bebês.** Jundiaí, SP: Fontoura, 2003.

MASSAUD, Marcelo Garcia. **Natação 4 Nados: aprendizado e aprimoramento.** 2ª edição. Rio de Janeiro: Sprint, 2004.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano.** 8ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2006.

PALMER, Mervyn L. **A ciência da natação.** São Paulo, Manole, 1990.

PIAGET, Jean. **A formação do símbolo na criança.** Rio de Janeiro: Zahar, 1978.

PIAGET, Jean. **Seis Estudos de Psicologia.** São Paulo: Companhia Editora Forense, 1969.

VYGOTSKY, L. **A formação social da mente.** São Paulo: Martins Fontes, 1984.