



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**JOSÉ ODILON RAMOS PEREIRA**

**ENSINO-APRENDIZAGEM NA NATAÇÃO INFANTIL A PARTIR DO PROGRAMA  
LABORATÓRIO PEDAGÓGICO: SAÚDE, ESPORTE E LAZER NO  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.**

**CAMPINA GRANDE - PB  
2018**

**JOSÉ ODILON RAMOS PEREIRA**

**ENSINO-APRENDIZAGEM NA NATAÇÃO INFANTIL A PARTIR DO PROGRAMA  
LABORATÓRIO PEDAGÓGICO: SAÚDE, ESPORTE E LAZER NO  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.**

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso no formato de Relato de Experiência apresentada ao Departamento de Educação Física do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. José Pereira do Nascimento Filho.

**CAMPINA GRANDE - PB  
2018**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

P436e Pereira, José Odilon Ramos.  
Ensino-aprendizagem na natação infantil a partir do Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer No Departamento de Educação Física [manuscrito] : / Jose Odilon Ramos Pereira. - 2018.  
25 p.

Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.  
"Orientação : Prof. Dr. José Pereira do Nascimento Filho, Departamento de Educação Física - CCBS."

1. Educação Física. 2. Natação infantil. 3. Formação docente.

21. ed. CDD 797.21

JOSÉ ODILON RAMOS PEREIRA

ENSINO-APRENDIZAGEM NA NATAÇÃO INFANTIL A PARTIR DO  
PROGRAMA LABORATÓRIO PEDAGÓGICO: SAÚDE, ESPORTE E LAZER NO  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso  
no formato de Relato de Experiência  
apresentado ao Departamento de  
Educação Física do Centro de Ciências  
Biológicas e da Saúde da Universidade  
Estadual da Paraíba, como requisito à  
obtenção do título de Licenciado em  
Educação Física.

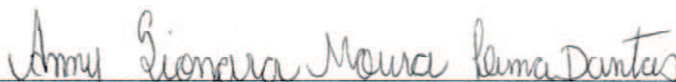
Aprovado em: 08/06/2018.

BANCA EXAMINADORA



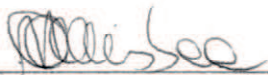
---

Prof. Dr. José Pereira do Nascimento Filho – DEF/UEPB  
Orientador



---

Prof.ª Esp. Anny Sionara Moura Lima Dantas – DEF/UEPB  
Examinadora



---

Prof.ª Dr.ª Maria Goretti da Cunha Lisboa – DEF/UEPB  
Examinadora

## **AGRADECIMENTOS**

Gostaria primeiramente de agradecer a Deus, pois sem a força Dele nada disso seria possível na minha vida.

Agradeço aos meus pais, à senhora Maria Salomé e o senhor Irenaldo, que sempre acreditaram no meu potencial, que fizeram de tudo para me dar educação, para me manter na linha, me dando lições quando não queria estudar, para me manter um bom estudante na escola, à eles que formaram meu caráter, o ser que sou hoje é por causa deles, dos ensinamentos e proibições, de ver o quanto batalharam para dar aos filhos a chance de ser alguém na vida, devo minha vida à vocês.

Às minhas irmãs, Izabel e Emanuelle, que mesmo sem saber, foram fundamentais na formação da minha pessoa também, agradeço muito a vocês por cuidarem de mim.

À minha namorada Renata, que me auxiliou e acreditou em mim quando eu já pensava que não iria conseguir, que me apoiou em momentos difíceis, nas crises de ansiedade e nas noites mal dormidas.

Agradeço muito a minha “mãe de graduação”, Anny Sionara, a mulher que me acolheu como um filho, que fez olhar a graduação com olhos sinceros a todos que necessitavam de ajuda, muitíssimo obrigado pela honra, paciência e apoio.

Ao meu orientador José Pereira do Nascimento Filho, por aceitar me guiar neste caminho, a toda ajuda que me foi dada.

Aos meus grandes irmãos que ganhei nessa jornada, Gabriel Souza e Mateus Martins, garanto que sem a ajuda e apoio deles eu não seria metade do acadêmico que fui neste tempo, agradeço a todas as parcerias, trabalhos, estudos, e, principalmente, as grandes vivências fora da graduação, por mostrar que de fato somos amigos e irmãos para qualquer momento.

Por fim, agradeço à todos amigos e colegas que fiz na minha vivência como acadêmico, em especial meu amigo Daniel Batista, pois sem ele este trabalho não teria dado o passo inicial. Também a todas as pessoas que me influenciaram na minha vida, todos foram importantes para me fazer crescer e ser a pessoa que me tornei hoje. Agradeço a todos os meus professores, com toda certeza todos eles tiveram influência na minha formação e no meu crescimento pessoal e profissional. Muitíssimo obrigado a todos por todos os momentos e desejo que aqueles que contribuíram para minha formação recebam sempre mais do que fizeram por mim.

*“A persistência é o caminho do êxito.” (Charlie Chaplin).*

# **ENSINO-APRENDIZAGEM NA NATAÇÃO INFANTIL A PARTIR DO PROGRAMA LABORATÓRIO PEDAGÓGICO: SAÚDE, ESPORTE E LAZER NO DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA.**

PEREIRA, José Odilon Ramos<sup>1</sup>

## **RESUMO**

O objetivo deste trabalho é relatar minhas experiências lecionando como extensionista da natação infantil no programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, com crianças com idades entre 7 e 14 anos, expor os avanços dos alunos nas aulas, descrever sobre a natação para crianças e apontar a relevância da experiência para minha formação como futuro professor de Educação Física. O relato busca mostrar os trabalhos feitos nas aulas com crianças que residem em comunidades circunvizinhas à UEPB e apresentar, de forma sucinta, o histórico da natação, os benefícios, natação para crianças e também apresentar o trabalho realizado pelo Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física – Escolinha do DEF com essas crianças. No progredir das aulas os alunos não apenas desenvolveram melhor o funcionamento motor e técnico da natação, como também aspectos sócio-cognitivos. O trabalho como extensionista proporcionou à minha vida profissional a incrível oportunidade de saber como trabalha um professor de Educação Física, a chance de ensinar uma atividade na qual não imaginava que pudesse ter êxito, desenvolver aulas e adquirir um crescimento no conhecimento como acadêmico. No âmbito pessoal tive o privilégio de conhecer crianças de diferentes classes sociais e ter o respeito de pais e alunos como extensionista, e, a partir disso notar a importância do trabalho e o respeito para com os alunos. Portanto, concluo que esta experiência foi uma oportunidade de conquistar novos horizontes, uma chance de aprendizado na área profissional e pessoal como aluno em graduação em educação física.

**Palavras-Chave:** Educação Física; Natação Infantil; Formação Docente.

---

<sup>1</sup> José Odilon Ramos Pereira aluno de Graduação em Educação Física na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.  
Email: netor-95@hotmail.com

# **TEACHING-LEARNING IN CHILDREN'S SWIMMING FROM THE PEDAGOGICAL LABORATORY PROGRAM: HEALTH, SPORTS AND LEISURE IN THE DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION.**

## **ABSTRACT**

The objective of this work is to report my experiences teaching as an extension of child swimming in the Pedagogical Laboratory Program: Health, Sport and Leisure in the Department of Physical Education, with children between the ages of 7 and 14, exposing students' progress in class, describing swimming for children and pointing out the relevance of the experience for my training as a future teacher of Physical Education. The report seeks to show the work done in the classes with children living in communities surrounding the UEPB and to briefly present the history of swimming, benefits, swimming for children and also present the work carried out by the Program Pedagogical Laboratory: Health, Sports and Leisure in the Department of Physical Education - DEF School with these children. In the progress of the classes, the students not only developed better the motor and technical functioning of the swimming, but also socio-cognitive aspects. The work as an extensionist gave my professional life the incredible opportunity to know how a Physical Education teacher works, the chance to teach an activity in which he did not think he could succeed, develop classes and acquire a growth in knowledge as an academic. In the personal sphere, I had the privilege of meeting children from different social classes and having the respect of parents and students as an extensionist, and from that I noted the importance of work and respect for the students. Therefore, I conclude that this experience was an opportunity to conquer new horizons, a chance to learn in the professional and personal area as a graduate student in physical education.

**Keywords:** Pedagogical Laboratory; Children's swimming; Extension.



## **LISTA DE SIGLAS**

DEF – Departamento de Educação Física

UEPB – Universidade Estadual da Paraíba

EAD – Educação à Distância

RDM – Registro de Matrícula

## SUMÁRIO

1.	<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>9</b>
2.	<b>REFERÊNCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>11</b>
3	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>13</b>
4.	<b>O RELATO DE EXPERIÊNCIA.....</b>	<b>14</b>
5.	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>19</b>
6.	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>21</b>
7.	<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>23</b>
	<b>APÊNDICES – PLANO DE AULA.....</b>	<b>24</b>

## 1. INTRODUÇÃO

A formação superior em Educação Física possui muitas vertentes de áreas de trabalho, desde trabalhar com crianças, jovens e adolescentes; seja com adultos em diversas modalidades; e pessoas da terceira idade, deficientes, etc. Cada uma dessas vertentes necessita atenção especial para lidar com cada grupo da maneira correta, e é necessário conhecimento sobre a área que está atuando. Entre cada grupo é possível realizar diversas modalidades, visando os limites e utilizando atividades para superar as dificuldades.

Dentro do Departamento de Educação Física existe o programa de extensão Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física – “Escolinha do DEF” – onde são disponibilizadas diversas modalidades de atividades destinadas às crianças, jovens e adultos das comunidades próximas à localização da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), entre as modalidades disponíveis estão: futsal, lutas, natação para adultos, natação infantil, danças, ginástica e musculação. Uma das funções do programa é oferecer ao graduando em Educação Física a oportunidade de ter o convívio com diversas modalidades e servir como aprendizagem e preparação profissional para a carreira como professor.

A natação infantil no programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física propõe para as crianças, entre 7 e 14 anos, terem o primeiro contato com a natação, onde muitas delas nunca tiveram a oportunidade de aprender a natação em outro lugar, outras delas vêm ao projeto para aprimorar alguma experiência anterior, seja de vivência pessoal ou aprendida em outras escolinhas, com a atenção dos bolsistas e voluntários, se atentando à forma como é ensinado. Como fala Damasceno (2012, p. 11), sobre o ensino-aprendizagem da natação, “é necessário, como professor, termos a clareza de como diferenciar natação e nadar, pois é o ‘conceito’ que, num primeiro momento, temos sobre uma e outra coisa, que irá direcionar nossa opção metodológica [...]”, baseado nisso é o que caracteriza o ensino de um professor em relação aos alunos da natação.

A extensão em natação infantil no Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física têm como objetivo oferecer a experiência de como aplicar os ensinamentos, fundamentos e técnicas iniciativas da natação, aprendidas na graduação, com crianças, que muitas vezes não possuem oportunidades de praticar nenhum tipo de atividade, dando um suporte social, cognitivo e psicomotor através da natação, criando com elas um vínculo social de respeito entre extensionista, alunos e colegas.

A partir dessa ideia, o objetivo deste trabalho é relatar minhas experiências lecionando como extensionista da natação infantil no programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, com crianças com idades entre 7 e 14 anos, expor os avanços dos alunos nas aulas, descrever sobre a natação para crianças e apontando a relevância da experiência para minha formação como futuro professor de Educação Física.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO.

Para Saavedra et al. (2003, p. 2), a natação pode ser definida como “a habilidade que permite ao ser humano deslocar-se num meio líquido, normalmente a água, graças às forças propulsivas que gera com movimentos dos membros superiores, inferiores e corpo, que lhe permitem vencer as resistências que se opõem ao avanço”. Este é um fato tão antigo quanto o início de nossa história na Terra, essa ação que foi aprendida por meio de observação de animais ou por instinto. A natação foi utilizada na Roma e na Grécia antiga como parte do treinamento de soldados, tão importante, que, segundo Platão afirmava que um homem que não soubesse nadar não era educado.

A natação teve seu começo como um desporto na primeira metade do século XIX em Londres onde ocorreram diversas competições a partir do ano de 1837. O estilo utilizado na época era uma braçada de peito que tinha sua execução feita de lado, onde a qual depois foi modificada duas vezes para diminuir a resistência da água, a primeira levando apenas um braço à frente pela água, recebendo o nome de *single overam stroke*; a segunda onde ambos os braços eram levados à frente, alternadamente, que recebeu o nome de *double overam* (GOMES, 1998, p. 4).

A natação é dividida em quatro estilos, crawl (estilo livre), peito, costas e borboleta. A natação esteve presente no primeiro Jogos Olímpicos da Era Moderna, realizado em 1896, apenas em 1908 que tiveram provas individuais de nado estilo livre, nado costas e nado peito, por onde seguiu até o ano de 1952; pois em 1956 foi inserida a prova de 200m nado borboleta aos Jogos, e, quatro anos depois o revezamento 4x100m, nos quatro estilos (GOMES, 1998, p. 5).

Na história da natação o Brasil teve grandes nomes, entre eles está Manoel dos Santos que estabeleceu o recorde mundial nos 100m livre no ano de 1961, batido três anos depois pelo francês Alain Gottvallès, em 1968, o também brasileiro José Sylvio Violo cravou o recorde mundial nos 100m nado peito. Como nome feminino tivemos a nadadora Maria Lenk, que teve reconhecimento internacional como recordista mundial em 1939, nas provas de 400m e 200m, ambas as provas nado peito (GOMES, 1998, p. 6).

A natação possui diversos benefícios como um exercício físico para fins de desenvolvimento motor, como prática de lazer ou como uma prática desportiva, o meio aquático também é utilizado para fins terapêuticos e da promoção de saúde.

Desde a infância tem auxílio no desenvolvimento motor, Damasceno (2012, p. 15) diz que quando a criança executa uma grande variedade de movimentos desde a infância ela

assegura um desenvolvimento mais equilibrado. A partir da estimulação aquática a criança tem a possibilidade de andar precocemente, ter uma melhor coordenação dos movimentos corporais e obter desenvolvimento maior em outras interações com o ambiente em qual vive, portanto não existe idade para iniciar a prática da natação, o próprio Damasceno (2012, p.15) cita também que

A principal característica que diferencia a natação das demais atividades e, por isso mesmo, confere-lhe papel de importância é o fato de ser a única atividade que qualquer indivíduo pode ser levado a fazer/praticar, antes mesmo de saber andar.

Ao praticar natação a criança tem momentos recreativos e de promoção de saúde, o qual pode ser uma boa forma para que possa aprender movimentos técnicos de forma lúdica, como disse Lewin (1978, p. 76), onde fala que a natação “[...] é um desporto que constitui uma fonte de recreação, de alegria de viver e de saúde para pessoas de todas as idades”, portanto a natação possui benefícios motores, para saúde e convívio social recreativo.

### **3. METODOLOGIA.**

O estudo caracteriza-se como um relato de experiência de natureza descritiva, que, segundo Gil (2008, p. 28) as pesquisas descritivas “têm como objetivo primordial a descrição de características de determinada população ou fenômeno [...]”, com o uso de uma abordagem qualitativa, de acordo com vivência acadêmica obtida no Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física no ensino da natação para crianças.

Se tratando de um relato de experiência, a observação direta das atividades foi o meio utilizado para relatar as experiências vividas no programa, no qual foi realizada pelo próprio acadêmico, durante o período de aulas.

O desenvolvimento das atividades se deu a partir de exercícios práticos componente natação, com a necessidade apontar os avanços dos alunos em relação ao ensino do componente natação para crianças. O público tratava-se de crianças dos sexos masculino e feminino com faixa etária entre 7 e 14, as atividades foram realizadas na Universidade Estadual da Paraíba, localizado na cidade de Campina Grande - PB, na piscina da EAD – Educação à Distância, através do Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, nas terças e quintas-feiras no horário das 13h30 às 15h30 – dividido em 2 turmas, com 1 hora de duração de aula para cada turma –, foram cerca de 60 alunos inscritos no total, no período de março de 2016 a dezembro de 2017.

#### **4. O RELATO DE EXPERIÊNCIA.**

O Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, a Escolinha do DEF, foi criado pelas professoras Prof<sup>ª</sup> Anny Sionara Moura Lima Dantas e a Prof<sup>ª</sup> Sidilene Gonzaga de Melo em 2000, o qual se trata de um programa de extensão pertencente ao Departamento de Educação Física, que busca atender crianças, pré-adolescentes e adultos que residem nas comunidades circunvizinhas à Universidade Estadual da Paraíba. Inserido na proposta, o programa dispõe de diversas modalidades: futsal, lutas, natação para adultos, natação infantil, danças, ginástica e musculação, essas modalidades são oferecidas gratuitamente e são lecionadas por alunos do curso de Educação Física, proporcionando a oportunidade de experiência na educação.

As atividades acontecem dentro da própria universidade, com grande parte das atividades sendo realizada no Departamento de Educação Física, apenas a natação infantil que é realizada na piscina da EAD – Educação à Distância. As aulas acontecem nas terças e quintas-feiras e os horários do programa são divididos em dois turnos (manhã e tarde), com duas horas de duração, das 7h30 às 9h30 pela manhã e das 13h30 às 15h30 pela tarde.

O público alvo do programa é, em sua grande maioria, crianças e pré-adolescentes, porém há modalidades destinadas a adultos, como natação, musculação e danças. Uma parcela grande dos alunos são crianças e adultos de baixa renda que não possuem condições financeiras para realizar tais modalidades.

Este programa beneficia centenas de pessoas, minimizando, muitas vezes, o ócio, o sedentarismo, dando a oportunidade de orientá-las pedagogicamente; em contrapartida isso tem o aprendizado do extensionista com os diversos casos encontrados nas aulas, as dificuldades, os desafios de planejamento de aula para uma diversidade de alunos com idades e histórias variadas.

Minha iniciação no Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física, deu-se em Março de 2016 até 14 de Dezembro de 2017. Para ingressar no Programa o voluntário deveria ser matriculado no curso de Educação Física, com comprovação de Registro de Matrícula – RDM.

No ingresso no Programa, na modalidade da natação infantil, o voluntário deve observar a metodologia utilizada pelos bolsistas que já estão inseridos no programa, analisar a individualidade de cada aluno, as necessidades, os avanços realizados por cada um e, a partir disto, planejar as próximas aulas.



Como exigências do Programa, os voluntários e os bolsistas tinham que fazer o plano de aula em conjunto, contendo a quantidade de aulas que seriam utilizadas para cada fundamento, quantas semanas seriam usadas para cada mudança de fundamentos, baseando-se assim no avanço de cada aluno junto com o grupo; e também era solicitada pela coordenação a participação dos bolsistas em congressos para apresentação do Programa de Extensão mostrando como é desenvolvido o programa, dificuldades, as conquistas e os avanços. Ao fim do semestre vigente de aulas, os bolsistas do programa organizavam um pequeno festival entre os alunos para observar os avanços obtidos com as aulas.

O Programa de Extensão tinha como carga horária obrigatória de 4 horas semanais, no total de uma carga horária mensal de 16 horas.

As aulas de natação eram destinadas para crianças e pré-adolescentes, divididos por nível de aprendizado das aulas. Como objetivos das aulas, tinham como foco, o primeiro contato com o meio aquático, exercícios fundamentais da natação (respiração, como flutuar em decúbito ventral e dorsal com e sem uso de flutuadores, iniciação à pernada do *crawl*, etc.). Esta parte inicial acontecia na área mais rasa da piscina da EAD, para os alunos adquirirem confiança para passarem para o local mais fundo da piscina, com isto, os que possuíam maior afinidade com os exercícios aquáticos eram deslocados ao fundo e os que ainda estavam aperfeiçoando os exercícios praticavam os fundamentos com os demais extensionistas no raso. Para realização das aulas foram utilizados materiais fundamentais para iniciação do ensino-aprendizagem dos alunos, os materiais mais utilizados foram as pranchas educativas e os flutuadores, esses materiais foram essenciais para manter a flutuação e direcionamento de alguns aspectos técnicos dos fundamentos.

A metodologia utilizada nas aulas para realizar o trabalho de ensinamento dos fundamentos básicos da natação teve como base um importante método de aprendizagem: a Concepção Sintética, Galdi et al. (2004, p. 91) fala que “[...] Trata, portanto, as sequencias pedagógicas mais propícias à iniciação dos alunos na natação: adaptação ao meio líquido, flutuação, respiração, propulsão e mergulho elementar.”

Este método foi escolhido, primeiramente, pelo fato de atender bem aos objetivos a serem alcançados nas aulas ao longo do semestre e também uma forma altamente simples de ensinar os fundamentos, assim houve uma atenção maior por parte da turma, por serem vários alunos de idades e sexos diferentes, era necessária uma abordagem no qual fosse ensinado o passo-a-passo para maior absorção de toda a turma. Dessa forma, no início, apenas passamos para uma próxima etapa de exercícios quando a maior parte da turma estava executando os fundamentos de forma natural.

No começo do semestre os alunos novatos são iniciados na parte rasa da piscina, analisamos o avanço na aprendizagem dos fundamentos, entre os exercícios de iniciação estavam:

- Adaptação ao meio líquido e imersão (com uso de jogos e brincadeiras);
- Flutuação em decúbito ventral e dorsal;
- Propulsão de membros inferiores;
- Realizar a pernada do crawl estático, sem afundar (segurando a borda da piscina, com ou sem uso de flutuadores);
- Mover-se na água utilizando apenas a pernada (com prancha);
- Realizar a pernada do crawl em deslocamento.

Aos que se mostraram mais adaptados aos fundamentos, nós os conduzimos à parte funda da piscina, onde os alunos que já estavam em estágios avançados na iniciação do nado crawl.

Nas aulas da turma do nado crawl eram desenvolvidas atividades para aprimorar a utilização da pernada e a iniciação do movimento de braçada. Para a iniciação do uso dos braços no nado eram mostrados exemplos dos extensionistas de como deveria ser feito, a partir dessas tentativas eram feitas as devidas correções. A aula de crawl era encerrada no semestre apenas depois que a toda a turma estava habituada com o estilo, a partir daí introduzíamos outro estilo de nado.

Após a aprendizagem do crawl era introduzido o nado de costas, o qual consiste em fundamentos bem semelhantes ao nado crawl. Para os alunos eram mostrados exemplos dos exercícios elaborados e, inicialmente, executavam os mesmos com o uso de boias, para que fosse adquirida a confiança para tentar os exercícios.

No nado de costas os alunos deveriam tentar executar cada um dos exercícios propostos:

- O exercício de saída;
- Flutuação na água;
- Início da pernada;
- Introdução à braçada;
- Nado completo.

A oportunidade de dar aula de natação a crianças através do programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física foi única, nunca havia feito algo do tipo, antes desta experiência ainda não tinha realizado nenhuma aula como

bolsista ou voluntário em natação. Sempre tive a pretensão de ser extensionista do programa de extensão desde o início do curso – no início de 2014 –, entretanto trabalhava em outra área de atuação que impossibilitou meu ingresso mais cedo no programa. Após deixar o trabalho, no início de 2016 – no começo do 4º período –, solicitei à coordenadora do programa que me desse a oportunidade de me inserir como voluntário da Escolinha, ela de cara aceitou como seu voluntário, onde solicitei ficar na natação infantil desde o início do meu estágio.

No começo, como voluntário, não tinha experiência com natação, nunca havia estudado o desporto, – apenas havia feito um curso de salvamento aquático no primeiro período do curso – portanto observava com atenção os demais extensionistas, como agiam com as crianças, como ensinavam os exercícios e como era realizada a natação com crianças.

Já como bolsista do programa, foi onde comecei a lecionar como extensionista. Neste período foi quando começaram as minhas aulas do componente Natação na universidade, no qual estava estudando sobre: técnicas para serem utilizadas com crianças, métodos de ensino para jovens e adultos, a forma de ensinar os quatro estilos da natação, etc.

Tínhamos reuniões periódicas com a coordenação do programa para fazermos pontuações acerca do programa, situações das aulas, pontualidade dos extensionistas em cada modalidade, frequência de alunos nas aulas, verificação da qualidade de materiais disponíveis para as aulas, e, em cada fim de período tínhamos reunião para saber quem iria continuar como bolsistas.

Ao longo desta jornada como bolsista tiveram fatores de dificuldade, porém de grande aprendizado e desenvolvimento da extensão, entre eles o fato de se lidar com crianças de diferentes idades e diferentes sexos, que nunca haviam praticado natação, estas dificuldades foram motivacionais para o melhoramento das aulas, da forma que deveriam ocorrer as aulas com a tamanha diversidade entre os alunos.

Apesar das dificuldades encontradas no começo e por ser um voluntário iniciante, a extensão ocorreu de maneira uniforme e, com o passar do tempo, ensinando durante alguns meses no programa, e, após a fase de iniciação, se tornou agradável, onde ocasionalmente havia imprevistos, que eram facilmente superados, seguindo assim até o fim de minha trajetória como bolsista do programa.

Nesta trajetória como extensionista houveram muitos fatores que auxiliaram muito no desenvolvimento como futuro professor, alguns fatos difíceis que me fizeram buscar estudar para resolver problemas dentro da aula. Entre esses fatores o receio de nunca ter trabalhado com crianças, ainda mais no meio aquático, que pode ser traiçoeiro por estar lidando com

crianças, muitas delas iniciantes na prática, assim a atenção teria que ser redobrada para não haver nenhuma surpresa ruim durante as aulas.

Com o decorrer do Programa de Extensão pude observar que a natação para crianças estava longe de ser apenas ensinamento e aprendizagem de técnicas, estava presente na vida dos alunos e bolsistas como meio de formação de relacionamentos, muito além de relação entre professor-aluno, na confiança.

Para a minha formação profissional, a natação abriu um leque de oportunidades que jamais pensaria em obter, diferentemente do dia em que soube que tinha passado no vestibular, nunca imaginaria que poderia encontrar uma experiência tão enriquecedora na natação, saber que seria capaz de ministrar aula para diversas crianças em um ambiente no qual nunca havia tido experiência.

Assim, o programa teve contribuição importante no âmbito profissional, dando a oportunidade que poucos graduandos do curso têm em outras instituições, oferecendo a chance de apresentar a sua vivência em congressos, enriquecendo sua experiência de trabalho e dando a chance de se descobrir como professor em áreas que jamais imaginava.

Em relação à formação pessoal, trabalhar com crianças com idades diversas, histórias diferentes, me fornece uma sensação de dever cumprido, de saber que ajudei diversas pessoas, seja com ajudas técnicas dentro das aulas, com conversas descontraídas antes e depois das aulas, com conselhos em conversas privadas ou apenas no tratamento pessoal, na forma de conversas com todos os alunos de forma igual, sem fazer distinções por quaisquer sejam os motivos e saber que eles sempre me trataram como um amigo, igualmente foi um sentimento mútuo.

Muitas vezes ouvir dos seus alunos palavras de confiança e fidelidade, como:

- *“Professor eu só continuo vindo assistir aula se o senhor tiver ensinando”*, ou:

- *“Professor, me espera no meio da piscina pra eu não afundar”*.

Dos alunos recebi, primeiramente, a confiança, confiança deles saberem que poderiam confiar em mim nas aulas; recebi também o respeito deles; por fim, recebi a atenção e admiração de muitos; e da minha parte eles tiveram sempre o respeito, sinceridade e o melhor de mim.

Esta relação, para mim, é o que motiva o árduo trabalho de me tornar professor, saber que alguém se beneficia com o seu esforço em ensinar.

## 5. RESULTADOS.

O objetivo das aulas de natação não consistia em determinar quem era o melhor ou quem conseguia vencer, era desenvolver aspectos sociais de relação alunos e extensionistas e aumentar o desenvolvimento de ações motoras era proporcionar um aprendizado que os alunos nunca tiveram, de fazer com que eles tivessem um ambiente neutro para aprender, para haver uma progressão contínua do componente, Turchiari (1996, p. 2) diz que “deve-se elaborar uma progressão, partindo-se de uma devida adaptação ao meio líquido, passando posteriormente a aprendizagem e, conseqüentemente, ao aperfeiçoamento e treinamento”, para Ozolin (1997) existem duas formas no sistema de aprendizagem, a primeira, a fase preparatória, que é utilizada na fase de iniciação, onde se prioriza os aspectos motores e natatórios; a segunda, a fase de especialização, onde busca-se melhorar a parte física do aluno e preparar para competições.

Por meio das aulas notava-se que alguns alunos não tinham o mínimo de coordenação, alguns não tinham confiança de fazer imersão na água, poucos deles tinham uma maior desenvoltura dentro da água. Para trabalhar cada valência foi utilizado como base as aulas de natação na graduação em Educação Física.

Ao decorrer dos meses foi notória a aplicação e o desenvolvimento obtido pela turma, principalmente em relação à turma avançada, que fizeram a transição para a piscina funda primeiro. Estes alunos tiveram grande desenvolvimento com o nado crawl, uma ótima desenvoltura com a iniciação do nado de costas, obtendo uma grande adaptação às aulas e aos exercícios dados em aula, alguns deles já faziam aulas de natação no programa antes do meu ingresso, porém mesmo sendo alunos há algum tempo, eles não haviam obtido um grande desenvolvimento tão relevante na parte técnica dos movimentos.

Com relação aos alunos novos – iniciantes –, a iniciação ocorreu de maneira mais lenta, sendo as aulas divididas em pequenas partes e utilizando da repetição dos exercícios, assim como requer a metodologia Sintética, realizando as atividades de forma que toda a turma identificasse e aprendesse cada aspecto das aulas de forma natural e assim, após a absorção total da turma, passar para o próximo exercício, de modo que ninguém ficasse para trás.

No início foi relativamente difícil o ter o controle da turma, por se tratar de um grande número de alunos e por não ter a experiência devida com crianças e com a natação. Alguns alunos possuíam deficiência auditiva, mantinham certa resistência por estarem com um voluntário novo, haviam alunos novos no ambiente que ficavam tímidos diante os demais

alunos. Com o passar dos períodos de aulas, tive mais oportunidades de aprender sobre natação, busquei mais conhecimento com meu professor de natação, prestando atenção nas suas aulas, aprendendo a ensinar esta modalidade, aprendendo como lidar com crianças e como lidar com crianças na natação.

Assim os alunos passaram a ter mais confiança em mim, se comunicando mais, perguntando mais, aumentando o nível de respeito com os demais extensionistas e, automaticamente; isto também influenciou na aprendizagem dos alunos, no qual eles se apoiavam nas atividades, davam força uns aos outros e incentivavam sempre ao melhoramento coletivo da turma.

As expectativas das aulas eram de que os alunos se adaptassem ao meio líquido, progredissem nas sequências pedagógicas da natação e desenvolvessem os fundamentos da natação, assim obtendo o aperfeiçoamento nos movimentos técnicos do componente; .

O resultado geral do tempo que tive como extensionista no programa foi espetacular. Presenciei um enorme avanço nos fundamentos em relação ao nado crawl por parte das turmas iniciantes, houveram crianças que possuem doenças respiratórias e tiveram uma grande melhora no desempenho respiratório através das aulas. Foi notado um grande avanço na turma avançada, onde conseguiram executar com perfeição os nados crawl e costas. Portanto os resultados excederam as expectativas, mostrando um desenvolvimento não apenas nos aspectos motores e técnicos, como também em aspectos pedagógicos e sociais.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.

O Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física foi criado para oferecer atividades para a comunidade, gratuitamente, com o intuito de inserir a comunidade em esportes e atividades físicas e dando ao aluno em formação a oportunidade de ensinar numa proposta diferente de ensino.

Assim, no caso da natação infantil, é necessário analisar e procurar trazer uma metodologia diferente, que se aplique ao grupo que está trabalhando no momento, de forma que atenda aos objetivos propostos pelo extensionista, porém não deixando de lado o fator satisfatório da criança dentro do esporte. É preciso suprir e aprimorar a parte técnica, mas de uma maneira que a criança não se sinta na obrigatoriedade e transforme a prática em algo tecnicista, é necessário que ela sinta o seu desenvolvimento, que seja de forma prazerosa.

Desta maneira, é preciso deixar nítido aos alunos que a busca principal das aulas não é a perfeição e sim o entendimento de cada um acerca das aulas, a importância da forma que as crianças absorvem as aulas e lembram-se delas para poder usá-las em outras oportunidades, elas devem aprender com mais qualidade o passo-a-passo e, daí, nas próximas etapas, desenvolverem de forma global os pequenos passos que aprenderam.

Nosso papel como educador e formador de ideias, é diminuir a pressão e a cobrança enquanto é feita a iniciação dos alunos no esporte, proporcionar o ambiente de incentivo, ajuda e livre de frustrações competitivas, porém mantendo sempre a firmeza com a turma, pedindo o melhor que possam fazer nas aulas, cumprindo os objetivos que foram dados a cada aula. Como educador é preciso atender as necessidades de cada aluno, verificar quem se adapta melhor aos estímulos e quem possui dificuldade de aprender e, assim, buscar um novo meio de integrá-lo ao grupo novamente.

O programa proporciona aos graduandos do curso de Educação Física uma incrível oportunidade de formação profissional, mostrando diferentes realidades que são presentes em muitas áreas da nossa cidade, nos obrigando, também, a procurar meios de intervenção social quanto aos alunos.

Em relação a minha experiência, concluo que a experiência vivida junto ao programa foi uma oportunidade de novos conhecimentos, desbravar uma área que nunca havia tido conhecimento, onde não tinha vivência alguma, com esforço e estudo consegui melhorar e, assim, ter uma pequena prova do que é ser um professor de Educação Física, de obter ganhos pessoais como acadêmicos, ter a oportunidade de aprender o salvamento aquático, um curso de custo alto e que me foi disponibilizado gratuitamente pela instituição; passar o

conhecimento que obtive no tempo de graduação a crianças que se beneficiaram com minhas aulas aprendendo os fundamentos da natação, que tiveram o desenvolvimento físico, respiratório, de coordenação motora, de relação social, ter uma relação de amigo com os alunos, amizade esta que se estendeu não só com os alunos, mas com os seus pais e com os demais bolsistas da natação. Aprendi o quão prazeroso é ensinar e receber o respeito e admiração de quem vai sempre às aulas e está disposto a ouvir o que você tem a dizer.



## 7. REFERÊNCIAS

BROUGÉRE, G. **Jogo e Educação**. Tradução Patrícia Chittoni Ramos. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

DAMASCENO, L. G. **Oficina de Docência de Práticas Aquáticas: Natação**. Vitória, ES. UFES, Núcleo de Educação Aberta e a Distância, 2012.

GALDI, Enori H.G. et al. **Aprender a Nadar com a Extensão Universitária**. Campinas, SP: IPES Editorial, 2004.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisas**. 6. Ed. São Paulo: Atlas, 2008.

GOMES, W. D. F. **Regras Oficiais de Natação**. Rio de Janeiro. Editora Sprint, 1998 – 2000.

JUNIOR, R.V.; SANTIAGO, V. **Ludicidade, diversão e motivação como medidores da aprendizagem infantil**: propostas para iniciação em atividades aquáticas com crianças de 3 a 6 anos. Revista Digital – Buenos Aires. Año 12, Nº 117, Fevereiro de 2008. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd117/iniciacao-em-atividades-aquaticas-com-criancas-de-3-a-6-anos.htm>>. Acesso em: 20 de Maio de 2018.

LEWIN, Gerhard. **Natação**. Lisboa: Estampa, 1978.

OZOLIN, N.G. “**Sistema Contemporânea de Entrenamiento Desportivo**”, apud: LAZARINI, Luiz Henrique. “**Natação: Ini- 124 APRENDER A NADAR COM A EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA** ciação esportiva e planejamento a longo prazo”. In: Treinamento desportivo. Guarulhos-SP, v. II, ano II, nº 3, dez/1997.

SAAVEDRA, José M. et al. **A Evolução da Natação**. Revista Digital – Buenos Aires – Ano 9 - Nº 66 – Novembro de 2003. Disponível em: <[http://www.academia.edu/download/3320532/Texto\\_04.pdf](http://www.academia.edu/download/3320532/Texto_04.pdf)>. Acesso em 11 de Junho de 2018.

- **APÊNCIDE A – PLANO DE AULA.**



Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer  
no Departamento de Educação Física – Escolinha do DEF

Período: Novembro de 2017

Horário: 13:30 às 15:30

Turma: 13:30 às 14:30

### **PLANO DE AULA – NATAÇÃO INFANTIL**

#### **TEMA**

Nado Crawl.

#### **OBJETIVO**

Realizar com a pernada no nado crawl sem uso da prancha.

#### **CONTEÚDOS**

Natação.

#### **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

##### **1º MOMENTO**

- Iniciaremos a aula com alongamento de membros superiores e inferiores.

##### **2º MOMENTO**

- Para iniciarmos a aula será feita respiração dentro da água, depois é realizada apneia imersa;
- Em continuidade será feito um aquecimento dentro d'água, os alunos deverão atravessar a piscina lateralmente utilizando a pernada do nado crawl com prancha;
- Após, serão explicados os movimentos de pernada e posicionamento de braços e cabeça em relação à posição do corpo, onde os alunos deverão treinar, no eixo lateral da piscina, sem o uso da prancha;

##### **3º MOMENTO**

- Por fim, será dado os 5 (cinco) minutos finais da aula para treinamento ou recreação.

## **RECURSOS DIDÁTICOS**

Pranchas.

## **AVALIAÇÃO**

Avaliação diagnóstica e formativa. São utilizados esses tipos de avaliações para identificar o passo-a-passo do aluno e procurar saber onde estão com dificuldades e buscar melhorar.

## **REFERÊNCIAS**

FARIAS, Sidney Ferreira. Natação: Ensine a Nadar. Florianópolis. Hd da UFSC, 1988.