



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**BRENO MAYK SIQUEIRA ROCHA**

**NATAÇÃO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UM RELATO DE  
EXPERIÊNCIA**

**CAMPINA GRANDE - PB  
2020**

BRENO MAYK SIQUEIRA ROCHA

**NATAÇÃO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UM RELATO DE  
EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso no formato de relato de experiência apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física.

**Orientadora:** Prof<sup>ª</sup>. Dr<sup>ª</sup>. Regimênia Maria Braga de Carvalho.

**CAMPINA GRANDE - PB  
2020**

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.

R672n Rocha, Breno Mayk Siqueira.  
Natação para crianças e adolescentes [manuscrito] / Breno Mayk Siqueira Rocha. - 2020.  
21 p. : il. colorido.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2020.  
"Orientação : Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho, Coordenação do Curso de Bacharelado em Educação Física - CCBEF."  
1. Natação. 2. Natação infantil. 3. Psicomotricidade. I.  
Título  
21. ed. CDD 797.21

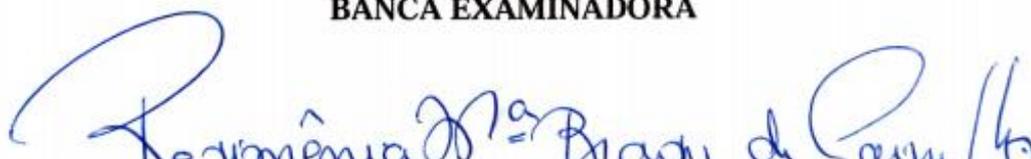
BRENO MAYK SIQUEIRA ROCHA

NATAÇÃO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso no formato de relato de experiência apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento à exigência para obtenção do grau de Bacharel em Educação Física.

Aprovado em: 22/10/2020

**BANCA EXAMINADORA**

  
Prof. Dr. Regimênia Maria Braga de Carvalho (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
Prof. Dr. Josenaldo Lopes Dias (Examinador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
Prof. Dr. Adjailson Fernandes Coutinho (Examinador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>REFERENCIAL TEÓRICO</b>	<b>6</b>
<b>2.1</b>	<b>História da natação</b>	<b>6</b>
<b>2.2</b>	<b>A modalidade</b>	<b>6</b>
<b>2.3</b>	<b>Benefícios da natação</b>	<b>7</b>
<b>2.4</b>	<b>Natação e psicomotricidade</b>	<b>7</b>
<b>2.5</b>	<b>Natação como espaço educativo</b>	<b>8</b>
<b>2.6</b>	<b>Natação e ludicidade</b>	<b>8</b>
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>9</b>
<b>4</b>	<b>RELATO DE EXPERIÊNCIA</b>	<b>9</b>
<b>4.1</b>	<b>O estágio</b>	<b>9</b>
<b>4.2</b>	<b>O público</b>	<b>10</b>
<b>4.3</b>	<b>A estrutura</b>	<b>10</b>
<b>4.4</b>	<b>As aulas de natação</b>	<b>11</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	<b>13</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b>	<b>14</b>
	<b>APÊNDICE A – PLANO DE AULA</b>	<b>16</b>
	<b>ANEXO A – CRONOGRAMA DE ATIVIDADES</b>	<b>17</b>
	<b>ANEXO B – PISCINA</b>	<b>17</b>
	<b>ANEXO C – PISCINA</b>	<b>18</b>
	<b>ANEXO D – MATERIAIS PEDAGÓGICOS</b>	<b>18</b>
	<b>ANEXO E – MATERIAIS PEDAGÓGICOS</b>	<b>19</b>
	<b>ANEXO F – PLACAS DE FUNDAÇÃO E REGULAMENTO</b>	<b>19</b>
	<b>ANEXO G - ALUNOS</b>	<b>20</b>
	<b>ANEXO H - ALUNOS</b>	<b>20</b>

## NATAÇÃO PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

### SWIMMING FOR CHILDREN AND ADOLESCENTS: AN EXPERIENCE REPORT

Breno Mayk Siqueira Rocha\*

#### RESUMO

Este relato de experiência pretende descrever a atuação do discente do curso de Bacharelado em Educação Física, em seu estágio ocorrido no Club House Alphaville da cidade de Campina Grande – PB, durante o período de 19 de março de 2018 a 07 de fevereiro de 2020, na área de natação para crianças e adolescentes, com idades de um a doze anos, relatando o tipo de estágio realizado, as características do público atendido, a estrutura disponível para as aulas e como elas eram realizadas, as dificuldades encontradas, as percepções da realidade, a experiência e o aprendizado adquirido. Para tanto, foi feita uma pesquisa descritiva de caráter qualitativo a fim de descrever as características do estágio. Apesar das dificuldades encontradas, percebeu-se que houve claramente uma boa evolução dos alunos de forma global, assim como o desenvolvimento do próprio estudante de Educação Física, que conseguiu fortalecer o conhecimento adquirido nas aulas de natação da universidade a partir da prática pedagógica atuando como estagiário.

**Palavras-chave:** Natação. Natação infantil. Psicomotricidade.

#### ABSTRACT

This experience report intends to describe the performance of the student of the Bachelor of Physical Education course, during his internship at Club House Alphaville in the city of Campina Grande - PB, during the period from March 19, 2018 to February 7, 2020, in the swimming area for children and adolescents, aged one to twelve years, reporting the type of internship performed, the characteristics of the public served, the structure available for classes and how they were carried out, the difficulties encountered, the perceptions of reality, the experience and the acquired learning. Therefore, a qualitative descriptive research was carried out in order to describe the characteristics of the internship. Despite the difficulties encountered, it was noticed that there was clearly a good evolution of the students in a global way, as well as the development of the Physical Education student himself, who managed to strengthen the knowledge acquired in the university's swimming lessons from the pedagogical practice acting as intern.

**Keywords:** Swimming. Infant swimming. Psychomotricity.

---

\* Bacharelado em Educação Física

## 1 INTRODUÇÃO

Nas sociedades primitivas a natação era vista como uma atividade de sobrevivência, para poder pescar, ou simplesmente, para não perecer afogado em quedas fortuitas na água (LEWIN, 1979). Atualmente a natação não possui apenas essa dimensão de sobrevivência, mais também de lazer, de esporte, de qualidade de vida, de estilo de vida, entre outras, plurificando seus significados e objetivos frente as necessidades da sociedade vigente.

A natação para crianças e adolescentes envolve muito o aspecto lúdico dessa modalidade, na percepção de que ele age como um facilitador para o desenvolvimento global desse público. Segundo Dolto (1988), para que as crianças adquiram estruturas físicas, emocionais e intelectuais básicas, é necessário que elas se sintam alegres com as próprias investidas, movimentando-se livremente e com segurança, tendo uma relação humana de afetividade entre elas e os pais e entre elas e o professor.

O “mundo da criança” é diferente do qual percebemos enquanto adultos. Por isso, a importância de associar as aulas de natação com a ludicidade favorece o encantamento das crianças com essa modalidade, tornando-a prazerosa e motivante, aumentando o laço de amizade entre os envolvidos, pais, alunos, professores e estagiários, corroborando com o parágrafo acima.

Além disso, vários autores afirmam que a natação é o esporte mais completo, que desenvolve capacidades físicas como flexibilidade, força e resistência (SENRA, 2005 apud DIECKERT, 1993). Movimenta todos os músculos e articulações do corpo, e proporciona benefícios físicos, orgânicos, sociais, terapêuticos e recreativos. Como os exercícios respiratórios traz diversos benefícios, pois aumenta o débito cardíaco em relação ao nível basal, aumenta o fluxo sanguíneo através dos músculos ativos, eleva-se a pressão arterial e venosa, assim estimula o metabolismo geral do organismo. Ocorre um aumento imediato da frequência respiratória ao se iniciar um exercício, com estimulação do metabolismo geral do corpo. Outros benefícios da natação podem ser mencionados: aprimoramento da coordenação motora e das noções de espaço e tempo, preparo psicológico e neurológico, melhoria da qualidade do sono, do apetite e da memória (CANOSSA et al, 2007).

Percebe-se com o que foi citado acima, que praticar natação é muito mais do que saber nadar, não se afogar e brincar na água. É ter experiências motoras, afetivas e cognitivas que contribuem para o desenvolvimento humano dos praticantes. Ter segurança de adentrar em qualquer piscina, não importa o tamanho, sem medo de se afogar, bem como ter uma elevada consciência corporal dos movimentos necessários para nadar com efetividade e qualidade, se

divertir e ao mesmo tempo aprender a dividir, compartilhar, trabalhar em equipe, ser solidário são aspectos que fazem da natação um esporte completo, capaz de transformar a vida do praticante.

Considerando tudo isso, este relato de experiência vem descrever a atuação do discente do curso de Bacharelado em Educação Física, na área de natação para crianças e adolescentes, tendo em vista o tipo de estágio realizado, as características do público atendido, a estrutura disponível para as aulas e como elas eram realizadas, as dificuldades encontradas, as percepções da realidade, a experiência e o aprendizado adquirido.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 História da natação**

Entender a história da natação é reconhecer o seu processo de evolução. Tudo o que passou para chegar ao entendimento do que ela representa hoje. E segundo Lewillie (1983) os primeiros registros históricos que fazem referência à natação aparecem no Egito, por volta de 5.000 a.C., por meio de pinturas rupestres e sendo vista como meio de sobrevivência. Somente por volta de 3.000 a.C. na Grécia é que a natação passa a ser uma parte mais da educação dos gregos, conforme Lewin (1979) e Rodriguez (1997), apresentando-se como um meio pedagógico. Da mesma forma chegando a Roma como parte da educação dos romanos, porém existindo uma visão mais recreativa da modalidade de acordo com Lewin (1979).

Durante a Idade Média ela ficou esquecida por parte da população europeia e só retornou com mais força a ser praticada durante o período do Renascimento, consoante Reyes (1998). Só a partir do século XIX, na Inglaterra, é que a natação passa a ser sistematizada e regulada e a ter a sua primeira competição oficial tal qual Reyes (1998), chegando a sua característica competitiva.

### **2.2 A modalidade**

Segundo Saavedra et al (2003), natação é: "a habilidade que permite ao ser humano deslocar-se num meio líquido, normalmente a água, graças às forças propulsivas que gera com os movimentos dos membros superiores e inferiores do corpo, que lhe permitem vencer as resistências que se opõem ao avanço". Caracterizada por quatro estilos: crawl, costas, peito e borboleta desenvolvidos a partir de diferentes métodos e fins distintos.

Essa modalidade pode ser praticada com diversas intenções, entre elas está a que Rodrigues et al (2007) menciona: natação é importante como exercício de desenvolvimento do corpo, como meio de defesa, como por exemplo não se afogar, respeitando às experiências significativas individuais pode ser um excepcional mecanismo de promoção de saúde.

### **2.3 Benefícios da natação**

Rosário et al (2020) cita que os benefícios da natação englobam tanto aspectos físicos (fortalece a musculatura do corpo e trabalha a flexibilidade das articulações), quanto orgânicos (aumenta a resistência cardiopulmonar e vascular, além de estimular o apetite e proporcionar um sono mais tranquilo), psicossociais (desenvolve a estabilidade emocional e promove a socialização) e terapêuticos (auxilia no tratamento de doenças respiratórias, como bronquite e rinite).

### **2.4 Natação e psicomotricidade**

Para cada fase de desenvolvimento da criança, determinadas capacidades neuro-motoras possibilitam a realização de movimentos na água. Desde o nascimento o bebê já possui seus reflexos e respostas motoras no meio líquido. O primeiro fator, podendo ser o mais importante, é que o indivíduo sinta prazer em estar na água e descubra as boas sensações que ela lhes proporciona (ZULIETTI; SOUSA, 2002).

Como diz acima, sentir prazer no que faz, neste caso, as aulas de natação, é essencial para o desenvolvimento da criança no meio líquido. Porém, se a criança não se sente bem naquele ambiente, algo que é muito comum acontecer, principalmente nos primeiros dias de prática, por ser algo novo, mas que com o tempo e sabendo a maneira correta de lidar com o jeito de cada criança para que ela se sinta tranquila, confiante e feliz naquilo que está fazendo ela dará respostas positivas ao treinamento. Para tanto, isso requer uma percepção aguçada do professor, para saber o que está se passando com a criança no momento, assim como a capacidade de transmitir tranquilidade, confiança e alegria para que a criança se sinta bem naquela aula e possa assim realizar a sua melhor performance.

De acordo com Rodrigues et al (2007): “A natação infantil não se detém somente ao fato de que a criança aprenda a nadar, mas sim, que contribua para ativar o processo evolutivo psicomorfológico da criança, auxiliando o desenvolvimento de sua psicomotricidade. Sem dúvida, a natação infantil 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. Similarmente, é possível afirmar na ótica de Valdevez (2006), ao desenvolvimento psicomotor e sua decisiva participação na construção do esquema corporal e no seu papel integrador do processo de maturação. Dessa forma, o fim que persegue em um método de natação não deve ser unicamente levar o aluno a converter-se em um bom nadador. O aluno deve também receber um acumular de experiências que, através das suas vivências lhe enriqueçam e contribuam à sua melhor personalidade.”

Segundo Zulletti & Sousa (2002): “A criança bem encaminhada desde os primeiros passos nos facilitará o trabalho e constituirá o elemento mais elevado de aptidão psicomotora, necessários para as grandes performances. A natação age como um pré-estímulo motor, pois, antes mesmo de a criança tentar deslocar-se fora da água, já o consegue dentro da água, porque ela fica muito leve, conseguindo, assim, executar movimentos que muitas vezes não consegue fora da água. A criança realiza os movimentos de acordo com sua idade e seu nível de desenvolvimento.” “Respeitando-se o desenvolvimento da criança pode-se fazer com que ela tenha uma longa vida útil na natação, ou seja, atinja a idade adulta nadando, e que se torne um multiplicador dos futuros nadadores, das novas gerações.”

## **2.5 Natação como espaço educativo**

Conforme Tahara et al (2006) o meio líquido, é um espaço educativo, onde o papel do professor nesse processo é muito importante, porque deve acontecer de forma gradual e evolutiva, sem pular etapas e sem atropelar as expectativas da criança. Compreendendo a individualidade biológica de cada um, bem como as suas reais necessidades de acordo com o nível de aprendizagem em que se encontra.

Pressionar sem atentar a condição motora, psíquica e social da criança não parece ser a melhor forma de educar pela natação, e sim compreender que cada criança tem o seu próprio tempo, a sua própria condição física e mental, suas habilidades e capacidades que podem ser potencializadas dando a devida atenção a ela.

## **2.6 Natação e ludicidade**

De acordo com Freire (2004), as propostas se direcionam especificamente para a possibilidade do trabalho com as brincadeiras em meio líquido como um espaço para manifestação do lúdico, ou seja, uma forma de expressão artística que permita o encontro entre

professor e aluno, num processo que antecede o ato de nadar, mas que facilita sua ambientação em meio líquido.

O lúdico contribui muito para a evolução da aula de natação para crianças e adolescentes, uma vez que isso faz parte do “mundo” deles, tornando a aula mais agradável, sem ter aquela preocupação tão grande com a perfeição dos movimentos, mas sim com o cuidado para que eles sintam-se bem durante a aula e naturalmente aprendam a nadar se divertindo.

### **3 METODOLOGIA**

Este trabalho acadêmico trata-se de um relato de experiência de caráter qualitativo-descritivo que de acordo com Bogdan & Biklen (2003), envolve cinco características básicas que configuram este tipo de estudo: ambiente natural, dados descritivos, preocupação com o processo, preocupação com o significado e processo de análise indutivo.

Ainda segundo Gil (1999), as pesquisas descritivas têm como finalidade principal a descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou o estabelecimento de relações entre variáveis.

Com isso, o referente trabalho preocupa-se em descrever as aulas de natação acompanhadas pelo estagiário Breno M. S. Rocha em seu ambiente de estágio (Clube House Alphaville), falando sobre o estágio, o público, a estrutura, as aulas de natação, as dificuldades e as aprendizagens adquiridas ao longo do tempo.

O desenvolvimento das aulas de natação aconteceu durante o período de 19 de março de 2018 a 07 de fevereiro de 2020. As aulas aconteciam em três dias da semana: segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira; e em dois períodos: manhã e tarde. Atendendo a um número de 50 alunos, entre eles, 22 do sexo masculino e 28 do sexo feminino, com faixa etária de 1 a 12 anos de idade.

### **4 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

#### **4.1 O estágio**

O estágio não tinha relação direta com a Universidade Estadual da Paraíba. Surgiu a partir da necessidade de se ter um estagiário no Club Alphaville na área de natação para auxiliar o professor que ali estava e promover uma formação qualificada para o ambiente de trabalho.

Como critério de seleção para o estágio, era necessário cumprir alguns pré-requisitos: estar devidamente matriculado na universidade em curso correspondente a área de atuação (Educação física), ter cumprido 50% do curso, possuir coeficiente de rendimento escolar  $\geq 70,0$  pontos e realizar entrevista com o gerente administrativo da Associação Alphaville Campina Grande para assim poder ser selecionado ou não para o estágio.

Inicialmente o estágio tinha uma duração de um ano, podendo ser prorrogado por mais um ano, caso necessário e viável, decorrente o desempenho do estagiário. Durante todo o tempo o estágio foi remunerado.

## 4.2 O público

O público tinha uma faixa etária de 01 a 12 anos de idade. Com 50 alunos ao todo, sendo 28 do sexo feminino e 22 do sexo masculino. O maior número de participantes estava na faixa etária de 06 a 10 anos de idade, exatamente 27 alunos. Na faixa etária de 1 a 5 anos tinham 13 alunos. E na faixa etária de 11 a 12 anos apenas 10 alunos (**vide figuras 7 e 8**).

A maioria deles tinha um certo contato com o meio líquido por se tratar de crianças de alto nível social com oportunidades diferenciadas de contato a esse meio comparadas com outras de nível mais baixo. Algumas delas possuem sua própria piscina em casa, viajam com frequência para locais que tem piscina e estudam em escola particular que também tem aula de natação, o que colabora e muito para uma evolução mais célere deles. Porém, nem todos estavam totalmente adaptados, necessitando passar pelo período de adaptação para assim poder avançar com o processo de aprendizagem.

## 4.3 A estrutura

O Clube House Alphaville está situado dentro da Associação Alphaville Campina Grande, no bairro Mirante, na rua Fernandes Vieira s/n, na cidade de Campina Grande – PB. Inaugurado em 02 de abril de 2016, possuiu desde então, apenas dois professores de natação. Nele são ofertadas as modalidades de natação, hidroginástica, tênis de quadra, musculação, dança, futebol e *krav maga* (**vide figura 1**) para os associados de forma coletiva com a orientação de profissionais de Educação Física contratados com carteira assinada ou como prestadores de serviço pela Associação Alphaville Campina Grande, como também de forma particular através dos *Personais trainers*. Só podem usufruir desse ambiente e das aulas

associados e dependentes diretos dos associados que moram no condomínio ou possuem terreno no mesmo.

Para as aulas de natação especificamente tem uma piscina aquecida coberta de 12,5m de comprimento x 2,0m de largura e 1,30m de profundidade linear e uma piscina ao ar livre de 25m de comprimento x 13,5m de largura e 1,50m de profundidade linear com 4 raias (**vide figuras 2 e 3**). Na piscina aquecida, tinham dias que a água estava muito quente e o ambiente externo ficava muito abafado, o que gerava um certo desconforto em quem estava praticando ou acompanhando a aula. A variação da temperatura dessa piscina é de acordo com o clima, pois é abastecida por energia solar. Então, quanto mais ensolarado o dia, mais quente fica a água da piscina e vice-versa. Já na piscina grande, aberta, que fica ao ar livre, a temperatura da água por vezes ficava muito gelada, o que também gerava desconforto aos praticantes.

Do lado da piscina aquecida tem uma dispensa onde é guardado o material das aulas: dez pranchas pequenas e dez grandes, dez *pull buoy*, vinte e dois espaguetes, dez pares de halteres, uma plataforma de pvc e alguns materiais para recreação aquática, como argolas, bastões, esponjas, bolas e emborrachados, além de uma caixa de som amplificada (**vide figuras 4 e 5**). Como objetos pessoais utilizei: touca e óculos de natação; *pendrive* e celular para colocar músicas nas aulas. Músicas infantis e internacionais observado o gosto e a idade dos alunos.

#### 4.4 As aulas de natação

Eram ofertadas turmas pela manhã e tarde três vezes por semana (segunda, quarta e sexta-feira), nos horários das 08h30 às 10h30 e 17h às 18h, sendo 1h de aula por turma que era dividida por critérios de idade (de 1 a 12 anos) e nível de habilidade motora (iniciante, intermediário e avançado).

Para se matricular bastava preencher alguns dados pessoais numa ficha disponibilizada na recepção do Club House Alphaville, observado a disponibilidade de vagas nas turmas; caso houvesse esgotado o número de vagas, abria-se uma lista de espera. Havia uma lista de presença para cada turma, em que era registrada as presenças e ausências dos alunos. Caso um aluno faltasse mais de cinco vezes consecutivas sem justificativa plausível ele era retirado da lista e era aberta vaga para outro aluno. Isso era feito para evitar a evasão na modalidade.

Feita a inscrição do aluno, o professor orientador do estágio fazia algumas perguntas ao responsável e ao próprio aluno para identificar suas deficiências, habilidades e a qual nível se encontrava para poder realizar uma aula teste e assim identificar a melhor turma para o aluno participar.

Cada turma era formada por no mínimo seis alunos e no máximo 10 alunos. As aulas eram diferenciadas de acordo com o nível da turma (**vide apêndice**). A turma avançada realizava aulas tanto na piscina aquecida quanto na piscina grande ao ar livre, dependendo do objetivo da aula e da quantidade de alunos presentes, pois se tratava de alunos com uma idade superior aos demais e com maior habilidade para o nado.

O principal objetivo das aulas era dar condições necessárias para os alunos terem autonomia ao nadar, desde o seu momento de adaptação ao meio líquido até a concretização dos quatro nados de forma sistemática, lúdica e progressiva; respeitando a individualidade e o tempo necessário de aprendizagem de cada aluno, sem forçá-los, pois o objetivo não era formar atletas. Priorizava-se a formação integral deles (cognitiva, afetiva e motora), através de atividades que trabalhassem o raciocínio lógico, a sociabilidade e as habilidades motoras.

Expressões como: “nado golfinho”, “nado sapinho”, “braço de roda gigante”, “braço de dinossauro”, “garras de gavião”, “salto do pelicano”, “salto do arqueiro”, “salto flecha”, “fazer bolhinhas”, entre outras, eram utilizadas para indicar uma linguagem mais acessível a nível de compreensão dos movimentos a serem realizados pelos alunos, expressando também a ludicidade empregada na aula.

No início das aulas era pedido para que os alunos realizassem a assepsia do seu corpo para poder adentrar a piscina, logo em seguida fazia-se um momento de preparação para o nado (aquecimento) com alguma brincadeira para “quebrar o gelo” do momento e motivá-los a participar da aula. No decorrer da aula eram trabalhados alguns fundamentos básicos da natação de acordo com o nível da turma, como, aprender a flutuar, deslizar, saltar, respirar, coordenar os movimentos dos membros superiores com os inferiores, aliados a ludicidade na busca de uma maior aceitabilidade da turma. E por fim, ora deixava-se os alunos com um tempo livre, algo em torno de 5 a 10 minutos, para brincarem na piscina livremente, mas sempre com supervisão, ora os alunos eram instigados a participarem de brincadeiras, como: bob esponja, circuito de revezamento, completando o nome, jogos de estafeta, caça ao tesouro, entre outras.

Em praticamente todas as aulas pais e/ou responsáveis acompanhavam a aula de perto. Para alguns alunos era uma forma de motivação a presença deles, pois assim eles se dedicavam mais. Porém, a outros isso era invertido e acabava atrapalhando o andamento da aula. As crianças ficavam manhosas, com medo de realizar certos movimentos, como os saltos, porque viam a aflição dos pais e/ou responsáveis no momento que iam saltar por exemplo.

Durante o estágio foi-se pensado em realizar alguns eventos como um Festival de Natação, mas não houve aceitabilidade por parte dos pais associados e pelas crianças alegando que geraria competição e poderia causar sentimentos negativos nas crianças. Apenas, acontecia

de tempos em tempos e principalmente no Dia das Crianças uma recreação aquática que ficava a cargo de empresas terceirizadas, e não na responsabilidade dos funcionários do Club House Alphaville.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

No período do estágio no Club House Alphaville, de quase dois anos, nos deparamos com algumas dificuldades, como a pequena quantidade de materiais de natação logo nos primeiros meses de estágio. Foram solicitados vários materiais logo que sentimos a falta deles e a necessidade de usá-los, porém só obtivemos resposta concreta com quase um ano de espera, pois a gerência faz um levantamento orçamentário para a compra desses materiais e levam a questão para a diretoria do condomínio. Um percurso burocrático que gera uma demora demasiada. Como também, existia uma dificuldade de comunicação com a diretora de esporte que não era tão solícita.

Consideramos inadequado o local que se guarda o maior número dos materiais de natação, pois trata-se de um ambiente que passa a maior parte do tempo fechado, causando mofo nos mesmos, além de ter contato com ferro e água no ambiente pois fica ao lado das máquinas da sauna, o que deixa o material enferrujado, desgastando mais facilmente.

Verificamos que as piscinas não são de dimensões ideais, mas possibilitam uma boa condição para que aconteça a aula, apesar da questão de a temperatura da piscina aquecida atrapalhar um pouco, pois em dias quentes a água fica muito quente impossibilitando até mesmo um mergulho.

Logo no início do estágio, observamos uma certa resistência por parte de alguns associados pelo fato de serem homens dando aula para crianças. Lembramos de relatos que escutamos como: “Antigamente era uma menina que dava aula, eles já estavam acostumados com ela.”; “É porque mulher tem mais jeito com criança.”. Isso nos fez perceber que a nossa presença ali incomodava alguns deles, o que nos levou a observar um certo preconceito de gênero. Outros não aparentavam nenhum incômodo.

Quanto aos alunos, por se tratarem de pessoas que moram no próprio condomínio e por serem de um nível socioeconômico alto, alguns deles se comportavam de maneira relaxada durante a aula, sem querer fazer determinados exercícios, só pensando em brincar, pois não viam a aula como aula propriamente dita, mas, viam aquele espaço e aquele tempo como um momento simplesmente para se divertir, configurando-se uma extensão de sua casa. É claro que

a diversão, o lúdico é essencial em aulas de natação para crianças, porém, em alguns momentos faz-se necessário a realização dos fundamentos básicos da modalidade de maneira mais séria.

Apesar de todas as dificuldades encontradas, acreditamos ter feito um bom trabalho, tanto que recebemos inúmeros elogios vindo tanto de pais e responsáveis, quanto dos próprios alunos e funcionários da Associação Alphaville Campina Grande, que nos fortaleceram durante o tempo que nos dedicamos a esse ofício.

Ver o sorriso das crianças durante as aulas nos animava cada vez mais, e perceber a evolução delas a cada gesto motor feito com uma maior excelência a cada aula gerava muita satisfação e a certeza de que o nosso trabalho estava sendo feito com responsabilidade e dedicação.

A experiência de quase dois anos atuando como estagiário de natação para crianças e adolescentes no Club House Alphaville foi muito válida, pois aprendemos muito com as adversidades e dificuldades. Tínhamos a certeza de que iríamos errar em alguma ocasião, mas que poderíamos aprender ainda mais com os erros e assim fazer o PDCA (planejar – executar – avaliar – ajustar) durante as aulas para poder melhorar nossa prática pedagógica.

Perceber que somos capazes de fazer coisas que nem imaginávamos antes ter tamanha desenvoltura foi algo extremamente valioso. Por muitas vezes tivemos que quebrar nossa timidez para enquadrar nossa linguagem a linguagem das crianças e assim ter uma maior aceitabilidade nas aulas.

A cada aula concluída com sucesso, a cada elogio recebido, a cada desenvolvimento motor percebido nos alunos, compreendíamos ainda mais a nossa importância naquele trabalho. Aulas satisfatórias, pais tranquilos por saberem que estavam bem acompanhados e que seus filhos estavam evoluindo e que se sentiam cada vez mais seguros na piscina, alunos pedindo para não ir embora querendo ficar mais tempo na aula, foram fatores perceptivos que nos davam a certeza de que nosso trabalho estava sendo bem feito e trazendo benefícios motores e cognitivos para nossos educandos.

## REFERÊNCIAS

BOGDAN, R. S.; BIKEN, S. **Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos**. 12.ed. Porto: Porto, 2003.

CANOSSA, Sofia et al. **Ensino multidisciplinar em natação: reflexão metodológica e proposta de lista de verificação**. Revista Motriz, 2007.

DOLTO, F. **Os caminhos da educação**. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

FREIRE, M. **Tim-bum: mergulhando no lúdico**. In: SCHWARTZ, G. M. (org) Dinâmica Lúdica. São Paulo: Manole, 2004. p. 131-146.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 5.ed. São Paulo: Atlas, 1999.

LEWILLE, L. (1983). **Research in swimming: historical and scientific aspects**. Em A. Hollander, P. Huijing e D. Groot (Eds.), Biomechanics and Medicine in Swimming IV (pp. 7-16). Champaign: Human Kinetics.

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

REYES, R. (1998). **Evolução da natação espanhola através dos campeonatos de natação de inverno e verão desde 1977 a 1996**. Tese Doutoral. Universidade das Palmas de Grande Canária.

RODRIGUEZ, L. (1997). **História da natação e evolução dos estilos. Natação, Saltos e Waterpolo**, 19 (1), 38-49.

RODRIGUES, Claudia; FREITAS, Alexandre; MACEDO, Mauro. **A prática da natação como melhora na socialização em crianças de 12 a 14 anos**. Revista Meta Science. Rio de Janeiro. 2007.

ROSÁRIO, E. E.; SANTOS, G. F.; NASCIMENTO, M. B. C. [2020]. **Natação no contexto do desenvolvimento infantil e sócio pedagógico**. Disponível em: <https://www.docplayer.com.br/11666851-Natacao-no-contexto-do-desenvolvimentoinfantil-e-socio-pedagogico.html>. Acesso em: 10 jan. 2020.

SAAVEDRA, José M. et al. **A evolução da natação**. Revista Digital, Buenos Aires, n. 66, p.1-14, nov. 2003.

SENRA, Josiane. **A importância da natação na primeira infância segundo a psicomotricidades**. Conclusão de Curso de Pós-Graduação “Lato Sensu”. Universidades Candido Mendes. Rio de Janeiro. 2005.

TAHARA, Alexander; SANTIAGO, Danilo; TAHARA, Ariany. **As atividades aquáticas associadas ao processo de bem-estar e qualidade de vida**. Revista Digital. Buenos Aires, n. 103. Dezembro, 2006.

ZULIETTI, Luis Fernando; SOUSA, Ive Luciana Ramos. **A aprendizagem da natação do nascimento aos 6 anos: Fases de desenvolvimento**. Revista Universitária, São José Dos Campos, v. 9, n. 17, p.12-17, 2002.

## APÊNDICE A – PLANO DE AULA

<b>PLANO DE AULA – 05/02/2020</b>	
<b>Local:</b> Club House Alphaville	<b>Nível:</b> intermediário
<b>Horário:</b> 08h30 às 09h30	<b>Faixa etária:</b> 4 a 7 anos
<b>Conteúdo:</b> natação	<b>Temas:</b> respiração, flutuação e noções de deslize
<p><b>Objetivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Favorecer um maior domínio corporal no meio líquido;</li> <li>• Identificar nos alunos suas limitações no meio líquido;</li> <li>• Trabalhar o conhecimento aquático de forma lúdica;</li> <li>• Ensinar a respiração, a flutuação e noções de deslize.</li> </ul>	
<p><b>Recursos didáticos:</b> piscina, macarrão (boia), pranchas, argolas.</p>	
<p><b>Desenvolvimento:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Em trios, os alunos irão flutuar sobre a água com o apoio do macarrão, em decúbito ventral e depois decúbito dorsal;</li> <li>• Em seguida, o professor irá auxiliar individualmente cada aluno(a) a flutuar apoiando a mão sobre as costas dele(a) e a cabeça do(a) aluno(a) sobre o seu ombro e tentando fazer com que o(a) aluno(a) confie nele e sinta-se à vontade para conseguir flutuar; (nesse momento uma música de relaxamento estará tocando)</li> <li>• Logo após, faremos a corrida com macarrão: o(a) aluno(a) segurando o macarrão na ponta, o professor irá puxá-lo de forma com que ele deslize na água dentro da piscina, sendo feito de um por um;</li> <li>• Posteriormente, os alunos farão o deslizamento com a prancha, empurrando os pés na parede lateral da piscina até que chegue à outra parede lateral, por cinco vezes cada um;</li> <li>• Depois irão fazer o mesmo movimento sem o auxílio da prancha, apenas com a força de impulsão aplicada na parede da piscina com as pernas, por cinco vezes cada um;</li> <li>• Em seguida, farão um exercício de respiração: segurando com as mãos na borda o(a) aluno(a) submerge e realiza a respiração dentro da água por dez vezes;</li> <li>• E para encerrar os alunos serão estimulados a procurarem e pegarem o maior número de argolas que conseguirem em menor tempo dentro da piscina (atividade realizada em duplas – composta por um aluno mais velho e um mais novo).</li> </ul>	
<p><b>Avaliação:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participação e contribuição nas tarefas aplicadas;</li> <li>• Desenvolvimento das habilidades.</li> </ul>	
<p><b>Referências:</b> THOMAS, David G. <b>Natação: etapas para o sucesso.</b> Editora Manole LTDA. 2 ed. São Paulo, 1999.</p>	

## ANEXO A – CRONOGRAMA DE ATIVIDADES

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES			
<b>NATAÇÃO</b>			
Horário	Segunda	Quarta	Sexta
08h30 - 09h30	Avançado (8-12 anos)	Intermediário (4-7 anos)	Avançado (8-12 anos)
09h30 - 10h30	Intermediário (4-7 anos)	Iniciante (1-3 anos)	Iniciante (1-3 anos)
17h - 18h	Iniciante (1-3 anos)	Avançado (8-12 anos)	Intermediário (4-7 anos)
<b>TÊNIS</b>			
Horário	Segunda	Quarta	Sábado
16h - 17h	Infantil		Infantil
17h - 18h	Iniciante		Iniciante
18h - 20h	Avançado		Avançado
20h15 - 21h45		Avançado	
<b>MUSCULAÇÃO</b>			
Seg à Sex			
05h30 - 9h30			
17h30 - 21h30			
<b>KRAV MAGÁ</b>			
Horário	Terça	Quinta	
18h - 19h	Infantil	Infantil	
19h - 20h	Adulto	Adulto	
<b>ESCOLINHA DE FUTEBOL</b>			
Sábado			
08h - 11h			
<b>HIDROGINÁSTICA</b>			
Horário	Segunda	Quarta	Sexta
18h - 19h	Adulto	Adulto	Adulto
19h - 20h	Adulto	Adulto	Adulto



**Figura 1:** modalidades disponíveis no Club House Alphaville e seus respectivos horários.

**Fonte:** Club House Alphaville.

## ANEXO B – PISCINA



**Figura 2:** piscina grande ao ar livre do Club House Alphaville.

**Fonte:** arquivo pessoal.

### ANEXO C – PISCINA



**Figura 3:** piscina aquecida do Club House Alphaville.

**Fonte:** arquivo pessoal.

### ANEXO D – MATERIAIS PEDAGÓGICOS



**Figura 4:** materiais pedagógicos para as aulas de natação e local de armazenamento.

**Fonte:** arquivo pessoal.

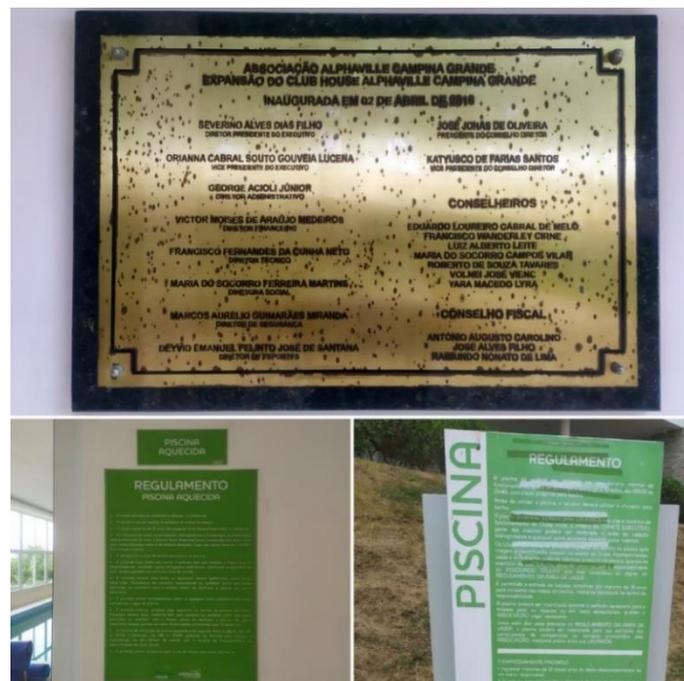
## ANEXO E – MATERIAIS PEDAGÓGICOS



**Figura 5:** Materiais pedagógicos para as aulas de natação.

**Fonte:** arquivo pessoal.

## ANEXO F – PLACAS DE FUNDAÇÃO E REGULAMENTO



**Figura 6:** placa de fundação e regulamentos para o uso das piscinas do Club House.

**Fonte:** arquivo pessoal.

**ANEXO G - ALUNOS**

**Figura 7:** crianças durante a aula.

**Fonte:** arquivo pessoal.

**ANEXO H - ALUNOS**

**Figura 8:** crianças durante a aula.

**Fonte:** arquivo pessoal.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar ao meu bom Deus, pois sem Ele nada posso fazer.

Aos meus familiares e a minha esposa Jessyca Vanessa pelo apoio que me dão em cada decisão da minha vida.

A minha avó Marieza (*in memoriam*), embora ausente fisicamente, sei que de onde estiver estará sempre orando por mim, pelo o meu sucesso.

A Prof<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Regimênia Maria Braga de Carvalho, pela disponibilidade e orientação dada para a realização deste trabalho.

Como também a todas as pessoas que compõem o quadro de funcionários do Club House Alphaville que de forma direta ou indireta contribuíram para este relato, além dos moradores associados a ele.