



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

RENATO RODRIGUES DE SOUZA NASCIMENTO

NATAÇÃO NO PROGRAMA DE EXTENSÃO – ESCOLINHAS DO DEF

**CAMPINA GRANDE
2019**

RENATO RODRIGUES DE SOUZA NASCIMENTO

NATAÇÃO NO PROGRAMA DE EXTENSÃO - ESCOLINHAS DO DEF

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, em cumprimento a exigência para obtenção do grau de licenciado em Educação Física.

Orientadora: Prof^a. Dr.^a Regimênia Maria Braga de Carvalho

**CAMPINA GRANDE
2019**

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.

N244n Nascimento, Renato Rodrigues de Souza.
Natação no Programa de Extensão [manuscrito] :
Escolinhas do DEF / Renato Rodrigues de Souza
Nascimento. - 2019.
19 p. : il. colorido.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em
Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro
de Ciências Biológicas e da Saúde, 2019.
"Orientação : Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de
Carvalho, Coordenação do Curso de Bacharelado em
Educação Física - CCBEF."
1. Natação. 2. Esporte. 3. Programa de extensão. I. Título
21. ed. CDD 797.21

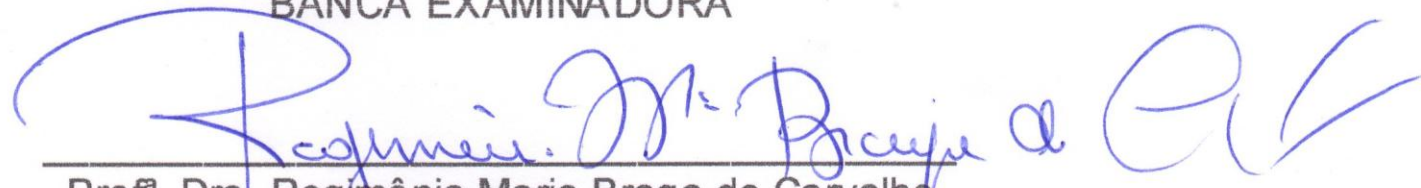
RENATO RODRIGUES DE SOUZA NASCIMENTO

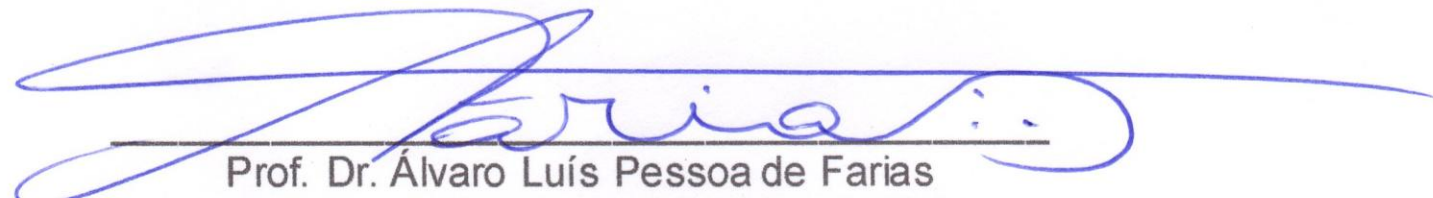
"NATAÇÃO NO PROGRAMA DE EXTENSÃO - ESCOLINHAS DO DEF"

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, em cumprimento a exigência para obtenção do grau de licenciado em Educação Física

Aprovado em: 28 / 11 / 2019

BANCA EXAMINADORA


Prof.^a Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Dr. Álvaro Luís Pessoa de Farias
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Esp. Ramon Fagner de Queiroz Macedo
Universidade Paulista (UNIP)

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	5
2	REFERENCIAL TEÓRICO	6
3	NATAÇÃO.....	7
4	METODOLOGIA	8
5	O RELATO	8
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	12
	REFERÊNCIAS	13
	ANEXOS.....	14

NATAÇÃO NO PROGRAMA DE EXTENSÃO - ESCOLINHAS DO DEF"

RENATO RODRIGUES DE SOUZA NASCIMENTO

RESUMO

No que se refere a formação do discente em Educação Física na licenciatura, torna-se indispensável a educação no âmbito escolar no qual se insere o licenciado, visto que na graduação precisa o graduando absorver ao máximo o conhecimento acadêmico visto nos componentes curriculares e aplicar na sua carreira profissional como professor licenciado em educação física. Nesse contexto implementar todas as informações metodológicas e as abordagens necessárias para sua inteira execução no âmbito escolar, deve o graduando atuar de acordo com as variadas situações no seu local de trabalho. No exposto relato será apresentado minha vivência na modalidade de natação, esta insere-se no programa " Laboratório Pedagógico: Saúde Esporte e Lazer - Escolinhas do DEF", no programa de extensão da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), no Departamento de Educação Física. O programa tem como principal objetivo oferecer serviços de saúde esporte e lazer, para a população campinense, assim as modalidades esportivas se diferenciam para a melhoria da saúde da população que utilizam esses serviços, além de ser um fator primordial na formação dos graduandos, onde o objetivo principal deste trabalho de conclusão de curso é mostrar aos leitores sobre a experiência por mim vivida no tempo em que estive participando do programa Escolinhas do DEF, onde a mim foi agregado muitas experiências de vidas além do conhecimento científico sobre a modalidade , o programa extensionista foi uma forma de acrescentar muito conhecimento para a minha formação acadêmica e também na modalidade na qual fiz parte , a natação.

Palavras-Chave: Natação. Programa. Esporte. Extensão.

SWIMMING EXPERIENCE IN THE EXTENSION PROGRAM -DEFS

CHOICES

ABSTRACT

With regard to the formation of the student of Physical Education in the undergraduate degree, it becomes indispensable the education in the school context in which the graduate is inserted, since undergraduate must absorb the maximum academic knowledge and apply in his professional career as a teacher. In this context, to implement all the methodological information and the approaches necessary for its complete execution in the school context, the student must act according to the variations situations to his workplace. In the above report will be presented my experience in swimming, this inserts in the program "Pedagogical Laboratory: Health Sport and Leisure - DEF Schools", in the extension program of the State University of Paraíba (UEPB), in the Department of Physical Education. The main objective of the program is to offer sports and leisure health services to the people of the state of Campinas, so that sports are differentiated to improve the health of the population using these services, besides being a primary factor in the formation of undergraduate students. The main objective of this course conclusion paper is to show readers about the experiences that I lived during the time I was participating in the DEF Schools program, where I was added many life experiences besides the scientific knowledge about the modality, the extensionist program. It was a way of adding a lot of knowledge to my academic formation and also in the modality in which I was part, swimming.

Keywords: Swimming. Project. Sport. Extension.

INTRODUÇÃO

Para o graduando, na licenciatura em Educação Física torna-se indispensável, sem dúvidas, o programa de extensão, visto que é através deles que aprendemos muito como se portar em sala de aula e nas atividades extraclasse, tanto no ensino público como no ensino privado, vivenciando duas realidades distintas.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais consideram que a avaliação deve ser algo útil, tanto para o aluno como para o professor, para que ambos possam dimensionar os avanços e as dificuldades dentro do processo de ensino e aprendizagem e torna-lo cada vez mais produtivo.

Além disso, neste tempo adquirimos uma vasta experiência de aprendizado para enfrentar a jornada de um professor. Vemos a falta de efetivas políticas públicas direcionadas para as diversas categorias de ensino, impossibilitando com louvor a execução das atividades propostas pelos professores, tanto nas estruturas físicas como também na disposição material e

de pessoal, para o ensino das práticas corporais em sala de aula, e fora das salas. Outro fator preponderante é a desvalorização salarial e falta de um sindicato próprio da categoria que vise lutar por melhorias para esses profissionais.

No tocante a formação do licenciado em Educação Física, o que ajuda bastante um graduando é o programa de extensão, especificamente a experiência da qual fiz parte no Departamento de Educação Física (DEF), LABORATÓRIO PEDAGÓGICO DE SAÚDE ESPORTE E LAZER (ESCOLINHAS DO DEF), onde este acima citado oferece vastas oportunidades de conhecimento em diversas modalidades esportivas tais como: natação, futsal, dança, musculação, artes marciais, ginástica, entre outros.

Nesse programa, recebemos orientações de professores graduados e com vastas titulações acadêmicas, que nos oferecem os seus conhecimentos adquiridos ao longo de suas carreiras profissionais, enriquecendo-nos e preparando-nos para nossa futura carreira profissional, agregando valores à nossa formação acadêmica, tornando-se primordial para o graduando a vivência nesse programa de extensão, e já nos norteando as áreas onde cada formando pretende atuar no mercado de trabalho.

O programa, além de contribuir com o aprendizado do graduando, visa também a disponibilidade da universidade em oferecer à população meios de integração social, onde, especificamente no DEF, a prática de modalidades esportivas e de qualidade de vida são ofertadas gratuitamente, contribuindo com o bem-estar físico, psicológico e social dos clientes desse programa, visando também atender a um público variado, tanto no entorno da universidade como também nas cidades circunvizinhas, oferecendo qualidade de vida.

Sabemos que o esporte é um agente transformador e formador de caráter, indivíduos que visam, por meio dos esportes, mudarem sua realidade social e cultural fazem desta ferramenta uma fonte de ascensão social para lutarem por uma realidade mais digna para suas comunidades, fazendo com que pessoas lutem por mudanças sociais no meio no qual estão inseridas, buscando através do esporte uma vida mais digna e afastando as crianças, jovens e adolescentes do caminho da marginalização e das drogas.

As experiências que vivi nesse programa muito me enriqueceram, tanto no lado profissional, como no lado humano de poder cooperar com pessoas de diferentes patologias, condição social, cultural e psicológicas. Tive a oportunidade de ver muitos alunos do programa aprenderem a nadar e se alegrarem com seus familiares pela conquista de um sonho realizado, dentre outros aspectos, como melhoria dos aspectos motores e cognitivos, afetivos e também perda do medo da água.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O programa de extensão universitária revela o propósito onde se situa na relação entre universidade e comunidade, a qual acarreta na soma e

transferências de conhecimentos entre todos os participantes inseridos no programa, promove de forma objetiva o processo de ensino-aprendizagem a partir de experiências diárias correlacionadas com o ensino e pesquisas.

A extensão universitária é uma ferramenta importante para o processo de desenvolvimento pedagógico para todos os quais estão inseridos, exercendo uma função importante em um contexto social, onde estimula o aprendizado de forma significativa.

Segundo Carbonari e Pereira (2007), o desafio da extensão universitária é de refletir o processo de aprendizagem relacionado às pesquisas conforme as necessidades sociais, com a preocupação do programa ser ferramenta ativa na cidadania e na transformação da comunidade. Os valores éticos, igualdade de direito, respeito às pessoas, benefícios sociais e culturais que estão relacionados à extensão e comunidade contribuem de forma significativa o indivíduo inserido na extensão da instituição.

Para Hennington (2005), os programas de extensão denotam o vínculo que a universidade fornece com sociedade na qual está inserida. Na área da saúde, a extensão exerce papel importante de forma que possibilita uma rede assistencial e espaço diferenciado voltado ao cuidado da saúde. A participação do graduando na extensão acarreta na troca de conhecimentos vindouro da relação coexistente entre a universidade e comunidade. Desta forma, possibilita o engajamento e desenvolvimento no processo de ensino-aprendizagem do formando com práticas do cotidiano no qual cabe ao mesmo tomadas de decisões em variadas circunstâncias.

3 NATAÇÃO

A natação é um esporte que vem sendo adotado por muitas pessoas por vários motivos dos quais os mais citados são: melhorar a qualidade de vida, condicionamento respiratório, necessidade pessoal, no entanto nem todo mundo tem oportunidade de vivenciar a prática da modalidade.

Machado (2004) A natação é uma das atividades desportivas mais adotada no mundo dos esportes, sua adesão só cresce. Seus adeptos buscam esta modalidade na busca dos benefícios que o mesmo pode oferecer como: a melhora do condicionamento físico, aumento do volume sanguíneo e maior desenvolvimento motor. A fundamentação do modelo de aprendizagem deve se considerar os seguintes quesitos: adaptação ao meio líquido, respiração e flutuação, noções de deslize, coordenação e mergulho elementar.

Adaptação ao meio líquido: se tratando da iniciação da natação o aluno deve ter o contato com o meio líquido de forma segura onde se possa trabalhar aquisição de confiança por parte do aluno para dar prosseguimento as metodologias da natação.

Respiração e flutuação: após a adaptação ao meio líquido, inicia-se a respiração diafragmática, se dando na borda da piscina pedi-se ao aluno para inspirar na superfície e expirar com a cabeça debaixo da água.

Noções de deslize: movimentos por inércia na superfície da água, por meios de propulsão a fim de melhorar o deslize e movimentação do nado. Coordenação: trabalha de forma individual e aglutinada braçada e pernada aliada a respiração frontal e lateral. Mergulho elementar: deve ser trabalhado de forma gradativa estimulando a habilidade motora.

Todo esporte praticado enquanto jovem tem um impacto significativo na construção física, social e cultural do indivíduo. A prática da natação favorece diferentes vertentes os quais os variados esportes podem oferecer além de favorecer uma segurança pessoal para quem pratica.

Elkington (1977), citado por Mansolo (1986), salienta a importância da natação, relata que a modalidade traz consigo elementos de múltiplos desenvolvimentos como: educação, disciplina, segurança própria, destreza, saúde e recreação.

A natação é uma prática que desenvolve diversos aspectos como alguns já citados, além disso é uma modalidade que envolve aspectos interativos para sua prática principalmente pelas crianças, se trabalhando de forma lúdica se torna muito mais prazerosa.

4 METODOLOGIA

Nesse contexto em que as diversas práticas esportivas são disponibilizadas para os usuários pode ser notado cada grau de assimilação e dificuldades de cada aluno individualmente no tocante a sua condição biológica, social e cultura, respeitando cada usuário e suas limitações, fatores esses que interferem no desenvolvimento dos alunos pois a cada aula os exercícios propostos são em sua maioria assimilados normalmente.

Nas aulas expostas durante todos os semestres foram empregadas a abordagem desenvolvimentista, pois o ensino dos exercícios foi inserido gradualmente e avançando de acordo com o passar do cronograma na medida em que os exercícios propostos são assimilados e há melhoria no progresso motor e habilidades específicas inerentes a natação.

A fim de por em prática o ensinamento que já adquirimos e conseqüentemente repassado aos usuários do programa escolinhas do DEF usamos a metodologia de ensino compatível com o que a modalidade esportiva oferece facilitando ao máximo para os alunos que praticam a natação a absorção das técnicas corretas de aprendizado dos nados em seus estilos.

Seus periódicos dentro e fora da piscina foram ministrados de uma maneira simples e comum a todos com seus termos científicos e populares proporcionando uma linguagem compreensiva, o relato de experiência descrito nesse trabalho de conclusão de curso fala de minha vivência durante vários semestres letivos desde 2014.1

As aulas foram ministradas na piscina do Departamento de Educação Física no CCBS no campus de Campina Grande, e algumas aulas devido há interdições inesperadas por conta da qualidade da água foram ministradas na piscina da CIA que fica por detrás da Prefeitura da UEPB, localizada na parte superior do campus próximo ao prédio da Pró-reitoria Estudantil.

5 O RELATO

Ao ingressar no ensino superior o graduando em licenciatura em educação física passa por alguns estágios nos ensinamentos: infantil, fundamental, e

médio, já o último estágio é o da escolinha do DEF onde esse último antecede a formação do discente.

È no estágio quatro também que existe a definição do discente em qual área deseja atuar como professor licenciado em educação física, e nada mais importante do que o programa escolinhas do DEF para se obter essa certeza.

O Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer (Escolinhas do DEF) foi criado no ano de 2000 pelas professoras: Sidilene Gonzaga de Melo e Anny Sionara Moura Lima Dantas, com o principal objetivo a inclusão social de seu público alvo.

No programa escolinhas do DEF vemos a importância de pôr em prática todo conhecimento adquirido ao longo da graduação e aplicá-lo nos alunos do programa, além de oferecer várias oportunidades de conhecimento aos voluntários e bolsistas do programa, recebemos da coordenação da escolinha as diretrizes a serem tomadas na vigência do programa em relação aos usuários desse programa extensionista.

No Programa Laboratório Pedagógico Saúde Esporte e Lazer (Escolinhas do DEF) obtemos a base de conhecimento necessário para a vida profissional e podemos aplicar o conhecimento teórico adquirido através dos componentes curriculares que nos habilitam a intervir em diversas situações no âmbito escolar e principalmente na escolinha do DEF.

Nas escolinhas do DEF existem diversas modalidades esportivas onde oferece variadas opções de estágios nas áreas de natação; musculação; dança, futsal, judô entre outras, onde essas modalidades garantem um incremento significativo para os bolsistas e voluntários nas áreas científicas e de práticas corpóreas dessas modalidades.

Nesse contexto em que as diversas práticas esportivas são disponibilizadas para os usuários pode-se notar cada grau de assimilação e dificuldades de cada aluno individualmente, no tocante a sua condição biológica, social, e cultural, respeitando cada usuário e suas limitações, fatores esses que não interferem no desenvolvimento dos alunos pois a cada aula os exercícios propostos são assimilados.

Nas aulas expostas durante todos os semestres foram empregadas a abordagem desenvolvimentista, pois o ensino dos exercícios foi inserido gradualmente e avançando de acordo com o passar do cronograma na medida em que os exercícios propostos são assimilados e há melhoria no progresso motor e habilidades específicas inerentes da natação.

As aulas das Escolinhas do DEF iniciam-se geralmente após o início letivo de cada semestre da UEPB, com isso já fazemos geralmente uma reunião para traçar metas a serem alcançadas tanto a respeito da divulgação do programa como no público alvo a ser atingido, geralmente fazemos o trabalho de divulgação com visita in loco nas escolas públicas municipais e

estaduais e creches, além dos usuários que já utilizam os serviços fazerem a divulgação no ambiente nos quais estão inseridos.

Após a divulgação do programa abrimos as inscrições para as modalidades, onde fazemos as matrículas que geralmente se encerram em até duas semanas devido ao grande número de pessoas que procuram o DEF por ser esse programa de grande aceitação e bem conhecido na cidade e no entorno da universidade, após realizadas as matrículas onde pedimos uma documentação comprobatória marcamos um dia específico para os alunos que participarão do ciclo vigente do programa para realizarem o exame dermatológico, que geralmente são feitos por alunos do curso de enfermagem onde os departamentos de enfermagem e educação física somam parcerias para ajudar os usuários do programa de extensão (Escolinhas do DEF).

Após os alunos que tiveram aprovação no exame de pele irão esperar até o início das aulas, e no dia em que se iniciam as aulas do programa todos passam por uma anamnese e alguns testes específicos de capacidade de nado, verificado a capacidade de cada um individualmente separamos em três grupos: Iniciante (onde os alunos não tem ou tem pouca condição de sobrevivência no meio líquido, aprenderão a respirar, flutuar, e se deslocarem na piscina); Intermediário (alunos com boa condição de sobrevivência no meio aquático e mais de um estilo de nado adquirido) e por fim o nível Avançado (onde os alunos já têm prática nos quatro nados e excelente capacidade de sobrevivência em diversas situações aquáticas e praticantes de competições de natação). Nos três níveis temos sempre professores habilitados para desempenhar tal função a eles atribuídas e geralmente mais de um professor por nível, onde o enfoque maior se dá aos iniciantes, pois necessitam de maior atenção, onde os professores estão sempre atentos alguns dentro, e outros fora da piscina, para intervir em qualquer eventualidade, pois existe um medo da profundidade da piscina. É primordial citar também que geralmente temos os alunos portadores de necessidades especiais (PNE) e temos um seleto grupo de professores capacitados a trabalharem com esse público fazendo o diferencial na inclusão social desses.

A modalidade de natação do Programa Escolinhas do DEF divide-se em dois grupos: Natação infantil e Natação Adulto, onde na infantil engloba crianças de 7 aos 11 anos de idade, e suas aulas são ministradas na piscina da CIA que se localiza por trás da prefeitura da UEPB, já a Natação Adulto se dá na Piscina do DEF e atende uma faixa etária de jovens a partir dos 12 anos de idade. As aulas são divididas em dois turnos que são: manhã e tarde, onde pelo turno da manhã temos dois horários de aula, onde a primeira aula começa de 07:30 às 08:30 e a segunda aula de 08:30 às 09:30. E no expediente da tarde temos dois horários de aula, onde a primeira compreende o horário das 13:30 até 14:30 e a segunda das 14:30 às 15:30 horas.

Os dias do programa são sempre terças e quintas feiras, e antes do início de cada aula fazemos sempre um alongamento de membros superiores e inferiores, logo depois aquecemos a musculatura dos alunos com duas voltas ao redor da piscina, feito isso tomam uma ducha antes de entrarem na piscina e damos início aos exercícios de adaptação ao meio líquido e posteriormente os periódicos específicos da natação seguindo esse rito durante todas as aulas.

Na modalidade de Natação adulto ensinamos os 4 estilos de nado que são: Crawl(livre), Peito, Costas e Borboleta, onde progressivamente os alunos irão avançando de estilo de nado no decorrer dos ciclos da escolinha.

Durante todos os ciclos do programa estamos sobre a coordenação e orientação de nossa Professora Anny Sionara atual responsável pelo programa e seguimos as diretrizes por ela impostas para o bom funcionamento desse excelente renomado programa.

Nas aulas teóricas e práticas usamos como recursos logísticos geralmente os flutuadores que ajudam aos alunos a não afundarem e comumente são: Pranchas, Macarrão, Pul bol ,Coletes , e sempre uma boia com uma corda pra um eventual resgate, além de outros aparatos tais como: Bolas , Arcos , Pés de Pato entre outros.

Onde todo esse material empregado na assistência aos alunos são utilizados durante todo ciclo semestral auxiliando na adaptação do nado e a cada final de semestre utilizamos esse material para deixar as aulas mais lúdicas e interessantes, dinamizando as aulas durante toda vigência do programa.

Durante todos os ciclos do programa estamos sobre a coordenação e orientação de nossa Professora Anny Sionara atual responsável pelo programa, e seguimos as diretrizes por ela impostas para o bom funcionamento desse excelente renomado programa. Onde como forma de recebermos de nossos alunos um feedback positivo ao vermos que todo trabalho elaborado nas reuniões que antecedem o início do programa e o traçado de metas a serem conquistadas sendo alcançadas temos uma enorme satisfação pessoal ,em que possamos ver o aprendizado de nossos alunos nos movendo a seguir em frente na carreira de profissional de educação física e a satisfação pessoal de cada um voluntário ou bolsista do programa de extensão colher frutos de seu conhecimento científico e técnico aplicado no ensino aos usuários do programa como forma de satisfação pessoal de nós professores no tocante a não exigir somente a adaptação aos exercícios da natação como visto as vezes como um processo mecanizado como se dá em algumas modalidades esportivas e tornando assim uma pratica corporal prazerosa, deixamos as últimas aulas do ciclo mais dinâmicas e interativas onde através de dinâmicas de grupo e jogos inclusivos possamos inseri-los de forma uniforme e sem segregação por gênero ou condição física , onde todos possam participar e se sentirem inclusos nas atividades propostas.

Feito isso avaliamos no geral como os alunos se desenvolveram em diversos aspectos sejam físicos, sociais, psicológicos e até terapêuticos visto que muitos alunos principalmente os adultos e idosos buscam a natação por ser uma atividade de baixo impacto nas articulações e como forma de tratamento para suas enfermidades ósseas além de ser uma excelente prática corpórea de condicionamento físico trazendo consigo muitos benefícios na sua vida cotidiana no seio familiar, profissional, e também a melhoria da qualidade

de vida uma vez que toda atividade física melhora a saúde física e emocional de seus praticantes. Ao encerramento das aulas do ciclo de natação fazemos uma confraternização com todos os alunos e professores, onde comemoramos os resultados positivos e destacamos os alunos que se destacaram durante todo período da vigência das aulas, além de incrementarmos brincadeiras e jogos com direito a premiação e na culminância do programa uma confraternização com lanches.

6 . CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O Programa de extensão elaborado com o nome de "Laboratório Pedagógico Saúde Esporte e Lazer" (Escolinhas Do DEF) pôde mostrar ao longo de sua criação vários resultados positivos em relação há diversos aspectos no âmbito Cultural e Social e em relação ao bem estar físico, social e psíquico visto que a atividade física traz inúmeros benefícios para saúde, esse programa atua como agente transformador de vidas e inclusão social aos menos favorecidos, respeitando sua clientela sem distinção de classe social, religião entre outros e tratando a todos seus usuários com dignidade e respeito.

Esse programa ajuda a muitos discentes a obterem experiência necessária para suas carreiras profissionais e durante toda a existência do programa várias vidas foram transformadas através do esporte como sempre foi sabido que os esportes no geral transformam vidas que estavam perdidas muitas vezes na marginalidade e por conta do esporte muitas pessoas puderam ter uma nova expectativa pra superar suas dificuldades, não muito diferente temos a natação que melhora a condição física de seus praticantes e até fomenta a vontade de seus praticantes se profissionalizarem no esporte.

Uma ressalva a ser feita por mim nessa conclusão é a de que num futuro breve o espaço físico da piscina fosse melhorado na profundidade dela por não sê-la pedagógica dificulta o ensino aos iniciantes, visto que ela é muito funda e causa temor nos alunos que não estão adaptados a ela como nas instalações internas da piscina no tocante aos seus vestiários e lugar de banhos, além da costumeira interdição da piscina por conta da qualidade da água que por vezes ficava turva causando o deslocamento das turmas para piscina da CIA.

No entanto em meio há diversas dificuldades encontradas no decorrer dos ciclos tudo foi contornado da melhor maneira possível sem prejuízo para os alunos do programas, nem pra coordenação da Escolinha do DEF, bem como os professores bolsistas e voluntários, e ainda mais servindo de experiência para contornar diversas situações na vida profissional além de acrescentar um vasto conhecimento técnico-científico na modalidade de natação.

REFERÊNCIAS

CARBONARI, Maria; PEREIRA, Adriana. **A extensão universitária no Brasil, do assistencialismo à sustentabilidade**. São Paulo, Setembro de 2007. Base de dados do Anhanguera.

CATTEAU, R.; GAROFF, G. **O ensino da natação**. 3. ed. São Paulo: Manole, 1990.

DORIA, Carlos. **Avaliação da Busca e da Cidadania pelo Programa Olímpico da Mangueira**. 26 de Novembro de 2006

HENNINGTON, Élida. **Acolhimento como prática interdisciplinar num programa de extensão universitária**. Rio de Janeiro, 2004. Base de dados do Scielo.

MACHADO, D.C. **Metodologia da natação**. Ed. rev. ampl. São Paulo: EPU, 2004.

MANSOLO, Antonio, C. **Estudo Comparativo do Aprendizado da Natação (estilo crawl) Entre Crianças de Três a Oito Anos de Idade**. Universidade de São Paulo, Escola de Educação Física. São Paulo. 1986.

MAGLISCHO, E.W. **Nadando ainda mais rápido**. São Paulo: Manole, 1999.

MINISTERIO DA EDUCAÇÃO. **PARÂMETROS Curriculares nacionais: Educação física**. Secretaria da Educação Fundamental. 3 ed. – Brasília: A secretaria, 2001

MOURA, A. R.C. da Silva. **Evolução Histórica do Programa Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer no Departamento de Educação Física (Programa Escolinhas do DEF)**. Campina Grande; 2010

OLIVEIRA, J.D. Alves. **Relato de Experiência em Natação no Programa " Laboratório Pedagógico: Saúde, Esporte e Lazer, No Departamento de Educação Física - UEPB" - (Escolinhas do DEF)**. Campina Grande, 2016.

THOMAS, D.G. **Natação: etapas para o sucesso**. São Paulo: Manole, 1999

TUBINO, Manoel José Gomes. **Esporte e cultura física**. São Paulo: Ibrasa, 1992.

ANEXOS



UEPB
Universidade
Estadual da Paraíba

Centro de Ciências Biológicas e da Saúde
Departamento de Educação Física
Programa Escolinhas do DEF
Supervisora: Anny Sayonara

· **OBJETIVOS:**

Proporcionar ao aluno a adaptação ao meio líquido através de atividades que desenvolvam as habilidades motoras, aliando a técnica da natação em função de uma data comemorativa, afim de proporcionar brincadeiras lúdicas e recreativas, como forma de lazer, proporcionando as crianças um dia de atividades festivas.

· **CONTEÚDOS:**

- Princípios fundamentais e metodologias da natação.

· **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS:**

1º momento:

- Alongamento e Aquecimento fora da piscina.

2º momento:

- Adaptação ao meio líquido.

- Realização de atividades para o principio do nado. (braçada e pernada).

3º momento:

- Finalização dos procedimentos aquáticos com alguns momentos de lazer.



Figura1: Atividade de flutuação sob a supervisão do professor.



Figura2: Aula sendo realizada com os alunos do programa.



Figura3: Atividade de pernada do nado crawl com prancha.

AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar ao Deus Altíssimo por me proporcionar a oportunidade de concluir o curso Licenciatura em Educação Física ,muitos foram os obstáculos a serem superados, mas com sua misericórdia concluí essa etapa, depois agradeço aos meus amigos e colegas de curso que muito me ajudaram, nas aulas e estágios ,dentre os quais destaco: meus amigos Erisvelton Arruda, Elias Batista, Márcio Kleysson, Tarcyla Holanda, Davi Marcelino , aos meus familiares, à minha esposa e meus filhos que foram inspiração pra que eu continuasse a graduação, e por fim todos os meus professores do DEF que me ajudaram de diversas formas, em especial à minha coordenadora do programa Escolinhas do Def, Professora Anny Sionara Moura de Lima Dantas e a minha orientadora Regiménia Maria Braga de Carvalho.