



**Trabalho de Conclusão do
Curso de Educação Física**

Bacharelado



A PRÁTICA PEDAGÓGICA DA NATAÇÃO PARA A EVITAÇÃO E SUPERAÇÃO DO MEDO NO AMBIENTE AQUÁTICO

Stefanne dos Santos Ribeiro*
Orientadora: Andrea Cintia da Silva**

Resumo - Objetivo: investigar sobre a organização da prática pedagógica da natação para a evitação e superação do medo no ambiente aquático. Mais especificamente, considerar os efeitos e as consequências do uso de flutuadores no processo de adaptação ao meio aquático; despertar para demanda de redução no número de alunos por turma nas aulas de natação; reforçar a eficiência da igualdade de níveis de desenvolvimento dos alunos nas turmas. **Método:** Este estudo está adequado à linha de pesquisa Ciências do Esporte e da Saúde, dando ênfase na natação e a superação do medo por seus alunos iniciantes. Natureza do estudo é qualitativa com intuito de analisar profundamente, as publicações encontradas, sobre seus resultados em relação a identificação das causas relacionadas ao medo, a adaptação ao meio líquido e o uso de equipamentos acessórios para apoiar os iniciantes. **Resultados:** A metodologia de ensino do professor influencia muito no medo do aluno, porque o professor está ali para passar segurança, pode até acontecer de o professor ter que entrar na piscina alguma vez para ajudar. **Conclusões:** Respondendo a pergunta de como organizar a prática pedagógica da natação para evitação e superação do medo no ambiente aquático chego a conclusão que a vivência desde cedo da criança com o ambiente aquático contribui para a superação desse medo.

Palavras-chave: adaptação, flutuadores, medo, natação

Abstract - The function of the abstract is to briefly address the main aspects of the text in the following sequence. **Objective:** describe the general objective of the study. **Method:** describe the experimental design and the method adopted. **Results:** present the main results including numerical or qualitative values. **Conclusions:** present the main conclusions of the study. The abstract should be composed of a concise, affirmative rather than a topical sequence of phrases. Adopt single paragraph. The abstract should not contain bibliographical references, incomplete sentences (with ellipses), abbreviations, figures or tables. Use the active voice whenever possible. The abstract can not exceed 250 words (minimum of 100); use the "Tools - Word Count ..." function on the toolbar. To make it easier for you to search the library, include keywords in your summary, alphabetically, and separated by period.

Key words: use three to five key words (choose from <http://decs.bus.br>).

Submissão: 22/06/2022

Aprovação: 22/06/2022

* Discente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

** Docente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás)

1 INTRODUÇÃO

A natação é um esporte aquático que pode ser praticado por pessoas das mais variadas idades e de diferentes limitações e a procura por essa modalidade tem aumentado bastante ao longo do tempo, de acordo com Caetano, Gonzalez (2013).

Palmer (1990) diz que o ensino da natação, consiste em ter um número ideal de alunos, para uma classe de nadadores, sendo difícil definir esse número exato. Para iniciantes e não nadadores, quanto menor a turma, melhor. Também é importante a frequência e regularidade nas aulas. Metodologicamente busca-se aperfeiçoar os movimentos técnicos dos nados, de forma pautada, ensinando por partes, realizando exercícios corretivos em uma sequência pedagógica que respeita a complexidade dos movimentos e a coordenação dos movimentos, sendo que, o medo atrapalha a eficiência deste ensino.

O medo, para Holanda et al. (2013), nada mais é do que uma emoção originada por uma causa direta e objetiva. É um instinto natural do ser humano, justificado até mesmo, como fator para sobrevivência, sendo que desde a existência dos ancestrais, já havia o medo dos animais perigosos, o medo da escuridão, o medo do fogo, tudo isso como uma forma de estar sempre alerta e escapar dos perigos para a sobrevivência.

A temática sobre a prática pedagógica da natação para a evitação e superação do medo no ambiente aquático, nos inquieta. O ensino da natação incide na aquisição de gosto e prazer pela atividade, gerando a confiança para a adaptação ao meio aquático diz Rocha et. al (2014). Como organizar a prática pedagógica da natação para a evitação e superação do medo no ambiente aquático?

É possível, preparar e organizar adequadamente, da prática pedagógica, considerando o não uso de flutuadores, o número reduzido de alunos por turma e a igualdade de níveis de adaptação, objetivando evitar a ocorrência de traumas e a superação destes em relação à adaptabilidade da criança ao meio aquático. Marcon (2011), diz que a utilização de qualquer tipo de material, como pranchas, flutuadores ou macarrões, deve ser descartada das aulas pois, estes artifícios, acessórios podem causar dependência nos alunos, dificultando assim a sua aprendizagem e causando o efeito oposto do professor que é a perda do medo.

Como objetivos de pesquisa investigaremos sobre a organização da prática pedagógica da natação para a evitação e superação do medo no ambiente aquático.

Mais especificamente, considerar os efeitos e as consequências do uso de flutuadores no processo de adaptação ao meio aquático; despertar para demanda de redução no número de alunos por turma nas aulas de natação; reforçar a eficiência da igualdade de níveis de desenvolvimento dos alunos nas turmas.

Busca-se nesse estudo auxiliar os professores de Educação Física no processo de ensino e aprendizagem nas escolas de natação a obterem um melhor resultado no processo de adaptação dos seus alunos ao meio líquido.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 PRÁTICA PEDAGÓGICA DA NATAÇÃO E ADPTAÇÃO AO MEIO LÍQUIDO

Nunes e Franco (2020) trazem que é pertinente utilizar abordagens pedagógicas em esportes aquáticos, pois o professor revisitará e apresentará novos caminhos a serem trilhados em reforço á iniciação esportiva aquática de qualidade.

Ora, se a pedagogia é a reflexão sobre uma atividade educativa, uma pedagogia da natação deve elaborar um conjunto de pressupostos teóricos que vão orientar para uma dada metodologia de ensino correspondente. (FERNANDES, COSTA, 2006)

Sobre a adaptação ao meio líquido, Cabral, Cristianini, Souza (1995) afirmam que, no primeiro contato do aluno como meio líquido, o corpo percebe alterações, pela água, pela temperatura e pela pressão da água que envolve seu corpo. É necessária uma adaptação gradual para se evitar o “trauma de água” que pode ser desenvolvido quando esta adaptação não ocorre de modo satisfatório. Já Kerbej (2002) divide a adaptação em duas fases, psicológica e fisiológica. Na fase de adaptação psicológica o objetivo é familiarizar o aluno ao meio líquido, usando jogos e brincadeiras que promovam contato direto com a água, já a adaptação fisiológica é feita pela imersão do rosto na água, mergulho da cabeça, abrir os olhos na água, flutuar e deslizar.

Para Massaud, Corrêa (2001), a adaptação ao meio líquido para adultos, é feita pelo desenvolvimento vertical de várias formas, com ou sem contato dos pés no fundo da piscina, bem diferente da criança que precisa do apoio de um suporte ou de uma pessoa nesse primeiro deslocamento e o contato, desenvolver várias formas de flutuar: ventral, dorsal, vertical e tartaruga, com e sem auxílio do professor. Essa adaptação é feita de forma mais lúdica, com atividades de sobrevivência no meio

líquido, se agarrarem na borda da piscina e sair da água, atividades em grupo para substituir segurança dada pelo professor, o que pode vir também dos pais.

Palmer (1990) relata que uma das melhores formas de adaptar a criança no meio líquido é deixar que elas brinquem com a água, pois com o brincar elas, subconscientemente vão aprender a necessidade de dominar e também a usar a resistência natural da água. Entra nessa afirmação, a necessidade de inserir o lúdico nas aulas de natação, tanto para tornar as aulas mais atrativas e dinâmicas, como para que o aluno se adapte com maior facilidade nesse novo ambiente. Em seu livro “A ciência do ensino da natação”, destaca atividades como sentar na água e espalhar água com os pés, segurar no corrimão enquanto anda para frente ou para trás, saltar para cima e para baixo, dentre outras que, segundo ele, servem para adaptar as crianças ao meio líquido.

No estudo feito por Moisés, (2006) em entrevista a 532 pais de alunos, em 92 academias, sobre o motivo que levaram a matricular seus filhos nas aulas de natação: 94 (15,69%) para evitar afogamento ou traumas e 30 (5,01%) para perder o medo. Observa-se que os pais, são os maiores incentivadores dos filhos e que a sua preocupação quanto ao medo nas aulas é importante para o bom desempenho e superação de traumas.

Ainda, realizou no mesmo estudo, uma pesquisa para saber os motivos de desistência nas aulas de natação, e teve como resultado a adaptação ao meio líquido, o medo foi relato por 5 pais (2,72%). Assim, como o ingresso nas aulas é importante, o progresso também é de extrema importância, porque se os pais não veem resultados progressivos, não mantêm seus filhos nas aulas por acreditar que o medo nunca vai ser superado (MOISÉS, 2006).

Santos (2010) diz que ensinar por meio do lúdico, é ver como o brincar pode ser diferenciado dependendo do contexto e situações, buscando novas descobertas de informações e deixando de lado o modismo, é contextualizar as brincadeiras com a vida e com o espaço no qual os alunos se inserem.

O brincar vem para propiciar um ambiente novo de aprendizagem, que possibilite vivência de emoções, processo de descobertas e o encantamento favorecendo a construção do conhecimento. As atividades lúdicas são feitas para que os alunos tenham uma luz e possam abrir suas mentes para a aprendizagem do novo, do espetacular. Desenvolve as emoções, é uma característica da infância que se perpetua na juventude, continua na idade adulta e alcança a velhice. Nessas etapas

da vida, o brincar aparece de diferentes formas e variedades, seja no jogo, brincadeiras ou dinâmicas. (SANTOS, 2010).

A ludo educação é uma tendência que, busca nas atividades lúdicas, uma forma de planejar atividades escolares que motivem os alunos para a construção do conhecimento (SANTOS, 2010). É comum se dizer que o lúdico não serve de nada, que o brincar é uma perda de tempo, isso é caracterizado pelo preconceito cultural pré-estabelecido. Porém, a linha pedagógica que utiliza o brincar livre, está centrada em três primícias: a primeira que se preocupa com a alfabetização da criança, com o aprender como adulto; a segunda está centrada na criatividade, que brincar livremente, tornará a criança mais criativa e a terceira que sugere que a criança pode ser educada brincando.

2.2 O MEDO NA APRENDIZAGEM DA NATAÇÃO

O vocabulário do medo é imenso! Diz Vanier (2006), é o alarme, acovardamento, angústia, ansiedade, apavoramento, apreensão, assombro, aversão, covardia, desassossego, desbrío, enlouquecimento, fobia, ódio, raiva, horror, inquietação, inquietude, medo, pânico, *paúra*, pavor, pusilanimidade, receio, repulsa, sobressalto, susto, temor, terror, tremor, etc. A angústia tem relação com o nosso corpo, e causa sensações de aperto na região epigástrica, de obstrução na garganta, com palpitações, palidez, impressão de que as pernas vacilam, dificuldade para respirar. Já Baptista, Carvalho, Lory 2005, dizem que o termo angústia é cada vez menos utilizado, enquanto o termo pânico, vem sendo cada vez mais utilizado na literatura contemporânea.

Segundo o dicionário da Língua Portuguesa Aurélio: “medo é sentimento de viva inquietação ante a noção de perigo real ou imaginário, de ameaça, pavor, temor, receio” (FERREIRA, 2001, p. 52). Fernandes (2018) diz que na sociedade atual, há uma luta pela preservação da vida, e é comum lutar pela preservação da vida, assim diminuir os riscos, sendo comum esse resguardo e preservação pela vida, pelas pessoas comuns.

[...] o medo não é uma emoção patológica, mas uma característica universal dos animais superiores e do homem. Trata-se do estado de progressiva insegurança e angústia, de impotência e invalidez crescentes, ante a impressão iminente de que sucederá algo que o indivíduo quer evitar, o que

progressivamente se considera menos capaz de fazer (VANIER, 2006, p.287).

O medo é uma emoção básica, um componente básico da experiência humana, podendo provocar uma série de efeitos ao organismo, que o torna apto para uma reação de defesa, como a fuga por exemplo, ou reações alternadas como aceleração do ritmo cardíaco, respiração rápida ou ofegante, contração ou dilatação dos vasos sanguíneos, constipação ou diarreia, paralisia diante do perigo (SANTOS, 2003).

Medo e ansiedade são os descritores mais utilizados, tanto na linguagem do dia-a-dia como na literatura psicológica. Apesar de, medo e ansiedade, serem considerados sinônimos, a presença ou ausência de estímulos que desencadeiam e o comportamento de evitação, costuma ser a característica que se utiliza para diferenciar um do outro. O medo e a ansiedade fazem parte do sistema defensivo, e são ativados por situações ameaçadoras ou por situações com perigos reais (BAPTISTA, CARVALHO, LORY, 2005).

Santos (2003) diz que o medo se trata de um sentimento construído historicamente, aprendido e ensinado de formas diferentes pelos nossos pais e ancestrais, condiz com emoções que reconhecemos como medo e também diversos comportamentos que concebemos como de medo. Todo ser humano reconhece quando está com medo, ninguém tem dúvida desse sentimento, pode ser na fuga, na reação de retração, reação de negação, reação de precaução ou reação de inibição.

As culturas sempre propuseram o tratamento do medo pelo medo, um medo imaginário, que ameaça aparecer de surpresa, que pode ser substituído por um medo orientado, que serve como remédio de solidão paralisante da angústia. A simbolização do real para cada um: a infelicidade da morte, a morte incompreensível, a respeito da qual nunca saberemos (VANIER,2006).

Aprendendo a nadar e superando o medo é uma dinâmica que, Bereta, Trzesniak, Faria (2019), descrevem como efeitos do exercício de natação sobre a extinção da memória do medo, quando o exercício intensifica e acelera o processo. Ratos que foram submetidos a exercícios de natação durante seis semanas tiveram uma redução do medo condicionado, na terceira semana. Já os ratos sedentários mantiveram o comportamento de medo mesmo que nenhum estímulo aversivo fosse apresentado. Os mesmos autores afirmam que o exercício físico exerce um efeito positivo sobre o tecido periférico e sobre o sistema nervoso central. Sendo assim os

exercícios modulam os processos de aprendizagem e memória, trazendo proveitos para a memória de curto e longo prazo.

O medo de nadar pode ser causado por diversos fatores externos e até causas que nem a própria pessoa sabe dizer. A mídia que apresenta diversas reportagens com afogamentos parciais e mortes, a profundidade da piscina, uma brincadeira malfeita, traumas de infância, submersões repentinas, vivências e visualização de pessoas que já se machucam ou se afogaram em piscinas, ensino incorreto da natação, são alguns dos fatores que influenciam o medo, segundo os autores Chaves et al. (2015).

Chaves et al. (2015) relatam que o medo é uma das emoções mais estudadas por ser uma emoção cognitiva relativa, associada aos mecanismos de sobrevivência. Porém no caso da aprendizagem da natação, o medo pode gerar bloqueio ou atrasos na evolução do aluno e, esses autores, relatam também que é frequente se deparar com pessoas que buscam a natação para superarem sentimentos negativos, como o medo da água.

Chaves et al. (2015), afirmam que o professor de natação tem um papel importante na confiança que uma criança pode adquirir no meio líquido, e dizem que o medo pode ser superado no decorrer das aulas por meio da confiança que ela vai adquirindo, sob a supervisão de um professor qualificado.

Os autores Chaves et al. (2015) observaram no seu estudo que após um período de adaptação ao meio líquido alguns alunos demonstraram dificuldades na aprendizagem de habilidades básicas da natação e o fator emocional pareceu ser um desencadeador dessa dificuldade, do qual se destacou o medo que, no caso da aprendizagem da natação, pode gerar bloqueios ou atrasos na evolução do aluno, e até ao abandono da prática, em algumas situações. Nesse momento, o diferencial é o professor de Educação Física, ao saber observar as diferentes reações dos alunos no decorrer das aulas, fazer a leitura da expressão facial e acompanhar o desenvolvimento individual de cada um, para só assim dar esse diagnóstico de medo e não evolução nas aulas.

Os mesmos autores trazem ainda que é frequente nos depararmos com pessoas que buscam a natação para superação de sentimentos negativos, entre eles o medo. Esses medos podem estar relacionados com vivências negativas anteriores, ou até traumas oriundos de atividades que não foram executadas com êxito e também traumas que desencadearam o medo naquela situação (CHAVES et al 2015).

3 METODOLOGIA

Este estudo está adequado à linha de pesquisa Ciências do Esporte e da Saúde, dando ênfase na natação e a superação do medo por seus alunos iniciantes.

A natureza do estudo é qualitativa com intuito de analisar aprofundadamente, as publicações encontradas, sobre seus resultados em relação a identificação das causas relacionadas ao medo, a adaptação ao meio líquido e o uso de equipamentos acessórios para apoiar os iniciantes.

Também do tipo exploratória busca compreender como, contemporaneamente, a ciência tem entendido o processo pedagógico de ensino e aprendizagem da natação, e as desvantagens, para professores e alunos que utilizam material de apoio para nadar.

Foram selecionadas publicações em um intervalo entre 2012 e 2022, nas bases de dados da SciELO (Scientific Electronic Library Online), Google Acadêmico. Como critérios de seleção e inclusão, utilizou-se as palavras-chave: medo, flutuadores, igualdade de níveis, redução de alunos por turma, foram selecionadas pesquisas no idioma português brasileiro, originais, as quais abordassem a prática pedagógica da natação envolvendo as condições de medo e utilização de materiais de apoio.

No processo de seleção das publicações foram aplicados quatro filtros: com base na leitura dos títulos, leitura do resumo, leitura dos resultados e conclusões e, finalmente, a leitura das produções na íntegra, seguida de fichamentos e análise minuciosa de cada uma.

A técnica utilizada para a análise de dados, foi a de Revisão Exploratória, para a qual servirá à necessidade de atualização e orientação sobre a temática estudada, buscando o desenvolvimento e confirmação de práticas mais eficazes no ensino da natação.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para uma boa organização da prática pedagógica para a superação do medo nas aulas de natação, consideramos a prática de natação durante a infância como um exercício físico harmonioso que contribui para o pleno desenvolvimento da criança segundo Ferreira, 2014. Contribuem também para a superação do medo do

desconhecido, pois a vivência desde cedo com o ambiente aquático diminui esse medo ou pode até não ocorrer no ponto de vista da autora.

Quadro 1 Descritivo das publicações selecionadas para o estudo

AUTOR/ANO	OBJETIVO GERAL	METODO/AMOSTRA	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÃO
MARINHO, et al. 2014	Conhecer a organização e a metodologia de ensino da natação desenvolvida no âmbito da Expressão e Educação Física-Motora no 1º ciclo de ensino básico em Portugal.	89 responsáveis por escolas de natação municipais e 100 professores que ministraram as respectivas aulas. Foram aplicados dois questionários, cujos resultados foram descritos com base em técnicas de análise estatísticas descritivas.	Os resultados sugerem que o ensino da natação no 1º CEB em Portugal segue preferencialmente as orientações do Ministério da Educação.	Os dados relatados permitiram-nos identificar algumas insuficiências no enquadramento da natação no 1º CEB, provavelmente condicionantes da eficiência do processo de ensino-aprendizagem, ao nível de aquisição de habilidades aquáticas mais complexas.
CHAVES et al. 2015	Verificar o que causa medo nos praticantes de natação e identificar o que eles fazem para superar esse sentimento.	18 alunos já iniciados na natação, com idade de $29,72 \pm 9,70$ anos. Foi utilizado um questionário e para análise dos dados foi utilizada a estatística descritiva, e o método do "Discurso do Sujeito Coletivo"	Os resultados demonstram que vários fatores influenciam praticantes de natação a sentirem medo, e os fatores psicológicos negativos como insegurança, nervosismo, ansiedade e receio podem ser considerados determinantes.	Compreender em quais momentos da aprendizagem o sentimento de medo tem influência sobre o aluno pode indicar, aos profissionais, direcionamentos de organização e didática de aula em prol do prazer e do conforto na natação.
WIZER et al. 2019	Analisar as atividades realizadas na iniciação de crianças á natação.	Analisadas as atividades propostas por professores em 36 aulas, observadas de modo sistemático.	Das 36 aulas de 8 professores, 33 continham atividades de técnicas de nado, em um total de 86 exercícios e realizados 134 vezes.	Conclui-se que há necessidade de se repensar a pedagogia da natação, pois a predominância no cenário atual é o ensino técnico dos quatro estilos competitivos antes mesmo do indivíduo se tornar independente e demonstrar competência no meio aquático.
WIZER, 2013	Analisar a influência da utilização de flutuadores na aquisição das habilidades aquáticas, através da comparação de dois grupos de crianças iniciantes em um programa de atividades aquáticas.	Composta por 17 crianças, com idade entre 36 e 47 meses. Um grupo composto por 8 crianças, participou das aulas fazendo uso dos flutuadores, e o segundo grupo, composto por 9 crianças, participou das aulas sem a utilização dos flutuadores.	Não houve diferenças significativas entre os dois grupos, quando os grupos foram comparados em relação á soma geral das tarefas. No entanto, nas três tarefas que constituem os deslocamento e, ainda, na tarefa de saltos, o grupo sem flutuadores apresentou melhores resultados.	Conclui-se que não houve diferenças na aprendizagem de um grupo em relação ao outro devido ao uso dos flutuadores nos braços, quando estes são comparados em relação á soma total das tarefas. No entanto, o grupo sem flutuadores apresentou melhores resultados nas habilidades de deslocamento frontal, pernadas, deslocamento dorsal e saltos.

AUTOR/ANO	OBJETIVO GERAL	METODO/AMOSTRA	PRINCIPAIS RESULTADOS	CONCLUSÃO
BASSANI, 2013	Comparar o processo de adaptação de crianças ao meio aquático, com e sem a utilização de flutuadores	23 crianças de 3 anos, divididas em 2 turmas, com e sem flutuadores de braço. Duas aulas semanais de 30 minutos, por 8 semanas, filmadas para análise. Controle respiratório, flutuação, posicionamento corporal e conquista da confiança ao se deslocar na água, realização de movimentos vigorosos de pernas e braços em deslocamento	no grupo sem flutuadores, a adaptação e progresso foi mais lento. No grupo com flutuadores a adaptação ocorreu de forma mais rápida, com independência desde as primeiras aulas, pouco colocavam o rosto na água, posicionavam-se mais verticalmente, com movimentos menos vigorosos de braços e pernas. Maior segurança por parte dos professores e liberdade para ensinar.	Com o uso dos flutuadores, os alunos movimentavam-se mais na água, estando mais motivados pelo sucesso na prática
VASCONCELLOS e MASSAUD, 2022	O objetivo deste estudo é refletir sobre o quantitativo de alunos adequados por turma, nas aulas de natação para que haja uma turma + segura.	Pesquisa transversal, multi-métodos, feita em duas etapas, a primeira (n 107), entrevistou professores de natação da academia do Estado do Rio de Janeiro, a segunda (n 44), foi realizada de forma online, com questionário autorrespondido por professores de natação que fazem parte do grupo piscina+segura.	Os resultados mostram que existem pelo menos 10 variáveis que influenciam os professores na decisão de quantos alunos cada turma pode ter.	Pode-se concluir que existem pelo menos dez variáveis que influenciam o gestor ou professor na hora de decidir a quantidade adequada de alunos em cada turma para que ela seja considerada uma turma +segura
BIBBÓ, 2014	Identificar os métodos utilizados para o ensino e treinamento da natação a praticantes em diferentes níveis de aprendizagem.	Observadas 64 aulas de uma mesma instituição, de 50 minutos cada, no período de 23 de abril a 23 de maio de 2014, aplicadas por três professores a alunos em sete níveis de aprendizagem, totalizando cerca de 53 horas e 30 minutos de observação registrada em diário de campo e filmagens com áudio.	Percebe-se que os professores utilizavam diferentes estratégias pedagógicas de forma alternada, e empregam métodos Tradicionais e das Novas abordagens para trabalhar o processo ensino aprendizagem treinamento.	Verificou-se neste estudo que a Metodologia Gustavo Borges consolida na prática sua proposta de unir características e comportamento de diversos métodos a fim de encontrar o melhor caminho para o ensino aprendizagem treinamento da natação.

Fonte: publicações selecionadas e analisadas pelo autor.

A predominância das práticas de ensino segundo Fiori et al. 2019, restritas a repetições de gestos técnicos exclusivos dos estilos de nado demonstra uma dissociação entre natação e habilidades básicas para locomoção aquática, nisso a pedagogia da natação necessita de uma visão que não se baseie apenas no cumprimento de tarefas e técnicas corretamente executadas. Devendo assim criar condições de interação do aluno com a água, por meio de atividades que privilegiem a consciência do movimento na água para além do deslocamento perfeito.

Chaves et al. 2015, relata que alguns alunos demonstram dificuldades na aprendizagem de habilidades básicas de natação e o fator emocional parece ser um dos desencadeadores dessa dificuldade, aonde se destaca o medo. Wizer (2013), relata que o medo é comum quando se trata do ambiente líquido, por exigir uma completa reorganização do sistemas sensoriais e motor, causando insegurança aos que não dominam.

Ferreira 2014, trás no seu estudo também um quadro mostrando as variadas formação e metodologias utilizadas para cada professor, e questiona se alunos que tem vivências com aulas lúdicas tem maior superação de medo do que os alunos que não são expostos a essas aulas. No quadro 100% dos professores entrevistados concordam que as aulas devem ser para a superação do medo, mas menos da metade deles conhecem atividades para a superação desse medo, entra então em contradição a superação do medo sem atividades que possam estimular isso nos alunos.

Chaves et al. 2014, também expõe um quadro no seu estudo, nele relaciona alguns movimentos na piscina que trazem medo aos seus praticantes, e em destaques estão qualquer exercícios que tenha que colocar a cabeça inteira dentro da água, viradas e saídas dos nados, e viradas pois tem medo de bater o pé na borda e medo de entrar água no nariz. Fiori et al. 2019, afirma que deslizes e mergulhos se demonstram como as principais formas de deslocamento além da propulsão de pernas e braços dos quatros estilos convencionais. A metodologia de ensino do professor influência muito no medo do aluno apresentado, porque o professor está ali para passar segurança, pode até acontecer de o professor ter que entrar na piscina alguma vez para ajudar na virada olímpica ou até mesmo para avisar o aluno que está chegando na borda e assim evitar que ele bata o pé, ou até mesmo utilizar de outras metodologias para as saídas dos blocos, podendo iniciar da saída de borda simples, para depois as complexas para assim trazer confiança aos alunos.

Chaves et al. 2014, afirma que o medo no ambiente líquido pode ser considerado positivo no sentido de chamar atenção do nadador sobre riscos inerentes a certas atividades e ao meio, mas no caso da aprendizagem da natação esse medo pode gerar bloqueio ou atrasos na evolução do aluno, levando até ao abandono em algumas situações.

Entra nessas afirmação de Chaves et al. alunos que já chegam com esse medo e não conseguem acompanhar a turma nas atividades propostas, nesse caso o professor sempre tem que estar próximo a ele, dando a devida atenção e na maioria das vezes deixando os alunos um pouco de lado.

O ensino da natação deve instigar o gosto e o prazer pela atividade, gerando a confiança para a redução do medo e posteriormente a aquisição de habilidades aquáticas.

Compreender em quais momentos da aprendizagem o sentimento de medo tem influência sobre o aluno pode indicar, aos profissionais, direcionamentos de organização e didática de aula em prol do prazer e do conforto na natação. Segundo Fiori et al. 2019, a uma urgência de propostas metodológicas que busquem oferecer aos alunos práticas que expandem a interação com a água, buscando o desenvolvimento de habilidades básicas para quem está iniciando sua experiência aquática.

Partindo desse pressuposto temos o uso de boais por alguns profissionais, na sua grande maioria para ajudar na superação do medo das crianças iniciantes de natação outras vezes pelo grande número de alunos nas aulas de natação. Apresentado no estudo de Bassani (2013), que o uso de flutuadores da maior segurança quando temos um número maior de alunos em uma turma.

Wizer (2013), trás um estudo sobre o uso de flutuadores no processo de adaptação ao meio líquido, e nesse estudos apontou que crianças que não utilizaram boais de braço tem maior facilidade em mergulho para pegar objetos no fundo da piscina do que crianças que utilizaram boias de braço no processo de adaptação.

No mesmo estudo foi apresentado que crianças com flutuadores tiveram maior facilidade em propulsão de pernas do que crianças que não utilizavam, porque já estavam na posição de decúbito dorsal e/ou ventral, em contrapartida as crianças com flutuadores tem maior dificuldade em propulsão de pernas em decúbito dorsal. É visível esse maior desenvolvimento de pernas com crianças que utilizam boais vivenciando na prática isso em estágios de natação que a autora trabalhou, só que ao

o embate que as boias de braço dificultam o desenvolvimento de braços pois eles ficam imobilizados para a movimentação.

Wizer (2013) afirma que crianças com flutuadores no estudo sentiram maior confiança nas aulas, estavam mais agitadas e se locomoveram mais durante a aula, já as sem flutuadores sentiram medo e não se movimentaram tanto durante a aula. Bassani (2013), trás o apontamento de que crianças com boias estavam mais independentes na piscina, graças a sua adaptação mais fácil e muito rápida. É importante pontuar que a boia trás uma falsa segurança aos praticantes, pois nem sempre eles se lembram que estão sem a boia e podem se atirar na água, como ocorreu no estudo. Mesmo no processo de adaptação com crianças com medo, não acho viável o uso de flutuadores, pois a meu ver quando for necessário tirar a boia a criança vai ter que se adaptar novamente ao meio e agora sem o objeto que ela sentia segurança.

Condizente com os autores Bassani (2013), garante que os alunos sem boia pulam a fase de aprendizagem na natação, pois conquistam facilmente a confiança para se movimentarem na água, em contraparte eles acabam não tendo necessidade de colocar a cabeça na água, pulando a fase de adaptação de água no rosto, de soltar bolhas pela boca e nariz, posicionar mais verticalmente e fazer movimentos vigorosos de braços e pernas para se movimentar pela piscina.

Se a boia é uma forma de segurança para o professor em turmas cheias, qual seria o número adequado de alunos por aula? Vasconcellos e Massaud 2022 no estudo apontam que os profissionais que ensinam a natação tenham cautela no planejamento referente ao quantitativo de alunos, por turma para que possam atender aos objetivos dos alunos e a aula seja segura aos praticantes.

No estudo de Vasconcellos e Massaud 2022 trazem itens que podem influenciar na decisão de quantos alunos devem ter em cada turma, em relação a estatura do aluno, o número de professores por turma dever ser maior quanto mais a estatura for menor, e o CREF trás em sua resolução que quanto mais novo o aluno mais pessoas necessitam para dar suporte a aula. (CREF, 2019 apud VASCONCELLOS e MASSAUD 2022). Outro item é a aquacidade do aluno, liberação médica, auxiliar dentro água, na própria resolução do CREF autoriza que pode aumentar o número de alunos quando se tem disponível estagiário para dar suporte á aula de natação (CREF, 2019 apud VASCONCELLOS E MASSAUD, 2022), curso de prevenção na área aquática, experiência aquática, e que quanto menor for a

experiência do professor, menor seja a quantidade de alunos alocados na turma, profundidade com área rasa, corrimão na borda, guarda-vidas, plataforma que é utilizada para a redução da profundidade da piscina, podendo aumentar o número de alunos se essa profundidade for reduzida.

A decisão sobre a quantidade de alunos pode, em alguns casos, sofrer pressão externa do proprietário (mais lucro) ou setor público (projetos sociais) para colocar mais alunos, no entanto, a decisão que equilibre a lucratividade ou interesses políticos com a qualidade e segurança da aula deve ser alinhada. (VANCONCELLOS e MASSAUD, 2022).

Por mais que o CREF ou o professor solicite a quantidade que poderiam frequentar as aulas de natação com segurança, os proprietários ou mesmo o setor público sempre sai ganhando, pois eles apenas matriculam os alunos sem se preocupar com a segurança ou a didática e progresso de alunos em aulas, por vivência da autora com aulas de natação, a um grande número de desistência por parte dos pais quando a quantidade de alunos por aula é grande, eles alegam em sua grande maioria que estão pagando caro no plano anual de natação e seus filhos não estão desenvolvendo na aula porque o professor estão sobrecarregado com a grande quantidade de alunos, ou que seu filho fica muito tempo parado esperando a sua vez de nadar, infelizmente tem uma grande perda de rendimento, porque com grande número de alunos para apenas dois professores dificulta o rendimento, as correções e a ajuda de alunos que tem maior dificuldade.

Vasconcellos e Massaud (2022), relatam que existem dez variáveis que influenciam o gestor ou o professor na hora de decidir a quantidade adequada de alunos em cada turma para que ela seja considerada uma turma segura e com rendimento, ao ver da autora a matrícula de alunos novos com alunos já adaptados leva prejuízo aos demais, porque demanda um tempo para adaptação e todos saem perdendo, e os pais também tem essa reclamação, acontece muitas vezes dos pais trocarem o aluno de turma porque não acha que ele se adaptou com o aluno novato, outras vezes porque o aluno que entrou é da idade do seu filho mas o porte físico é maior e com isso tem medo de machucar a outra criança.

Bibbó (2014), no seu estudo apresenta a metodologia do Gustavo Borges que explica muito claramente sobre a importância de alunos separados por idade nas aulas, a uma interação e contribuição muito grande por parte do desenvolvimento quando isso ocorre, pois o professor pode dar continuidade as aulas a partir da

metodologia e da idade de cada aluno, podendo passar exercícios lúdicos e outros mais complexos de acordo com o nível de cada turma.

A seleção das publicações, para o quadro se deu pela utilização das palavras-chave: medo, natação, pedagógico, flutuadores, adaptação ao meio líquido, redução número de alunos natação, intervalo 2012 a 2022, enfoque temático, resumo e leitura na íntegra. Foram aprovadas sete publicações dos bancos de dados: Google acadêmico, Periódicos capes e Scielo. Devido à baixa oferta de artigos encontrados nessas plataformas foi levado em consideração a presença das palavras-chave no resultado destas pesquisas, de modo que atendessem a necessidade da temática do estudo.

5 CONSIDERAÇÕES

Respondendo a pergunta de como organizar a prática pedagógica da natação para evitação e superação do medo no ambiente aquático chego a conclusão que a vivência desde cedo da criança com o ambiente aquático contribui para a superação desse medo. Como é abordado por Fiori et al. 2019, a criação de condições de interação do aluno com a água, por meio de atividades que privilegiem a consciência do movimento na água para além do deslocamento perfeito contribui para a superação do medo. Assim como no estudo de Ferreira 2014, que trás a concordância dos professores de que as devem ser para a superação do medo dos alunos.

Respondendo ao objetivo específico as consequências de uso de flutuadores nas aulas podem ser sim prejudiciais para os alunos, porque além de trazerem uma falsa sensação de segurança, eles os condicionam ao material, dificultando assim a sua adaptação com a água no rosto, o soltar bolhas e o equilíbrio sozinho sem material, como foi apontado nos estudos apresentados no trabalho as crianças sem flutuadores conseguiram se adaptar melhor com a água mesmo levando um tempo maior, pois precisavam aprende a se equilibrar sozinhas e a se deslocar sem ajuda de material.

A redução do número de alunos também é de grande valia para o desenvolvimento da turma, levando assim até o não uso de flutuadores que são colocados por alguns professores para segurança quando as turmas estão muito cheias. O número reduzido de alunos por professor ajuda até mesmo no processo de adaptação ao meio líquido de alunos que tem algum trauma ou medo, como autora e

com vivências em aulas de natação, esse número reduzido diminuiria o número de desistências de alunos nas aulas de natação.

De acordo com a resolução do CREF, em caso do cliente/aluno não ter aquacidade desenvolvida, a aula deverá ser individualizada com o Profissional de Educação Física (CREF, 2019 apud VASCONCELLOS E MASSAUD 2022).

Com vivência da autora com a Metodologia do Gustavo Borges em que os alunos são avaliados trimestralmente com provas para passarem de nível de turmas, vejo o quanto é importante a igualdade de níveis, a metodologia parte do pressuposto que os alunos daquele nível devem ter o mesmo domínio de técnicas, facilitando assim o ensino do professor e o acompanhamento da criança, não se sentindo excluída ou abaixo do nível da turma.

Respondendo a hipótese de que é possível sim, preparar e organizar adequadamente a prática pedagógica, considerando o não uso de flutuadores, o número reduzido de alunos por turma e a igualdade de níveis de adaptação, objetivando assim evitar a ocorrência de traumas e a superação destes em relação a adaptabilidade da criança ao meio aquático.

REFERÊNCIAS

BAPTISTA, Américo; CARVALHO, Marina; LORY, Fátima. **O medo, a ansiedade e suas perturbações**. 2005. 19 v. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade Lusófona, Lisboa, 2005.

BASSANI, Michele Tiecher. **Adaptação ao meio líquido com e sem a utilização de flutuadores**. 2013. 41 f. Monografia (Especialização) - Curso de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013.

BERETA, Álvaro Beaquim; TRZESNIAK, Clarissa; FARIA, Rodolfo Souza. **Efeitos do exercício de natação sobre a extinção da memória ao medo em ratos**. 2019.

BIBBÓ, Caroline Bertarelli. **Um mergulho na metodologia do ensino do esporte**. 2014. 45 f. Monografia (Especialização) - Curso de Educação Física, Centro Desportivo, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2014.

CABRAL, Fernando; CRISTIANINI, Sanderson; SOUSA, Wagner Alves de. **Natação 1000 exercícios**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1995. 341 p.

CAETANO, A.P.F.; GONZALEZ, R.H. O ensino da natação: uma revisão acerca dos métodos de ensino-aprendizagem. **Efdeportes.com: Revista Digital**, Buenos Aires, v. 176, n. 17, p.1-10, jan. 2013. Disponível em: . Acesso em: 02 mar. 2022.

CHAVES, Aline Dessupoio et al. O medo na aprendizagem da natação. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 18, n. 4, p.880-894, dez. 2015.

FERNANDES, Josiane Regina Pejon; COSTA, Paula Hentschel Lobo da. **Um mergulho para além dos quatro estilos**: pedagogia da natação. 2006. 14 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Educação Física, Universidade Federal de São Carlos, São Paulo, 2006.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Mini Aurélio**: o minidicionário da Língua Portuguesa. 4. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001. 790 p.

HOLANDA, V. N.et al. AS BASES BIOLÓGICAS DO MEDO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA. **Revista Interfaces**: Saúde, Humanas e Tecnologia, Juazeiro do Norte, v. 1, n. 3, p.1-15, set. 2013.

KERBEJ, Francisco Carlos. **Natação algo mais que 4 nadados**. Barueri: Manole, 2002. 129 p.

MARCON, Daniel. **Construção do conhecimento pedagógico do conteúdo dos futuros professores de Educação Física**. 2011. 571 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Desporto, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, 2011.

Marinho, Daniel A., Rocha, Helena A., Costa, Aldo M., Ferreira, Sandra S. Organização e metodologia de ensino da natação no 1o ciclo do ensino básico em Portugal. *Motricidade* [en linea]. 2014, 10(2), 45-59[fecha de Consulta 13 de Maio de 2022]. ISSN: 1646-107X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273031226006>

MASSAUD, Marcelo Garcia; CORRÊA, Cécilia Regina Fernandes. **Natação para adultos**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001. 163 p.

MASSAUD, Marcelo Garcia; CORRÊA, Cécilia Regina Fernandes. **Natação para adultos**. Rio de Janeiro: Sprint, 2001. 163 p.

MOISÉS, M. P. Ensino da natação: Expectativas dos pais de alunos. **Revista Mackenzie de Educação Física e esporte**, São Paulo, v.5, n.2, 2006. p.85.

NUNES, L. G. .; FRANCO, R. Novos Olhares A Respeito Do Processo De Ensino Aprendizagem Na Natação: Revisão Sistemática. **Renef**, [S. L.], V. 10, N. 15, P. 15–24, 2020. Doi: 10.46551/Rn2020101500037. Disponível Em: <https://Www.Periodicos.Unimontes.Br/Index.Php/Renef/Article/View/882>. Acesso Em: 14 Maio. 2022.

PALMER, Mervyn L.. **A ciência do ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990. 359 p.

SANTOS, L. O. dos. O medo contemporâneo: abordando suas diferentes dimensões. **Psicologia Ciência e Profissão**, Rio de Janeiro, p.48-55, 2003.

SANTOS, Santa Marli Pires dos. **O brincar na escola: Metodologia lúdico-vivencial, coletânea de jogos, brinquedos e dinâmicas.** Petrópolis: Vozes, 2010. 108 p.

VANIER, Alain. TEMOS MEDO DE QUÊ? **Ágora**, Rio de Janeiro, v., n. 2, p.285-298, dez. 2006.

VASCONCELLOS, Marcelo Barros de; MASSAUD, Marcelo Garcia. **Qual o quantitativo adequado de alunos por turma para segurança na aula de natação?:** reflexão de professores do rio de janeiro, brasil. 2022. 8 v. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Aquático, Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Curitiba, 2022.

FIORI, Júlia Mello et al. **Pedagogia da natação:** análise das atividades realizadas em aulas para crianças. 2019. 22 v. Monografia (Especialização) - Curso de Pedagogia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Goiânia, 2019.

WIZER, Rossane Trindade. **Influência da utilização de flutuadores na aquisição de habilidades aquáticas.** 2013. 108 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Pós Graduação em Ciências do Movimento Humano, Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2013.

AGRADECIMENTOS

A minha professora orientadora Andrea Cintia da Silva, pelas revisões e ajudas na construção desse TCC, à minha mãe por ser minha musa inspiradora, aos meus colegas de curso e a todos que contribuíram de alguma forma para a construção deste.