

CEZAR LUIZ CZARNY



BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA CRIANÇAS DE 0 - 6 ANOS

Monografia apresentada como requisito parcial para conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física, do Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná

CURITIBA
1998

CEZAR LUIZ CZARNY

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA CRIANÇAS DE 0 - 6 ANOS

Monografia apresentada como requisito parcial para conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física, do Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná., Prof. Orientador Floresval Armando Bianchi.

CURITIBA
1998

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus, pois sem ele nada seria possível.

Agradeço aos meus pais por tudo, minha namorada e aos meus amigos pela força durante o curso e na conclusão desta monografia.

Aos professores que dedicaram um pouco a mais do que o conteúdo exigia.

SUMÁRIO

RESUMO.....	v
1.0 INTRODUÇÃO.....	1
1.1 PROBLEMA.....	1
1.2 JUSTIFICATIVA.....	1
1.3 OBJETIVO.....	1
2.0 REVISÃO DE LITERATURA.....	2
2.1 CARACTERÍSTICAS DO PERFIL DO COMPORTAMENTO DAS CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS.....	2
2.1.1 Perfil do Comportamento do bebê de 04 semanas.....	2
2.1.2 Perfil do Comportamento do bebê de 16 semanas.....	2
2.1.3 Perfil do Comportamento do bebê de 28 semanas.....	3
2.1.4 Perfil do Comportamento do bebê de 40 semanas.....	4
2.1.5 Perfil do Comportamento do bebê de 01 ano.....	5
2.1.6 Perfil do Comportamento do bebê de 01ano e 05 meses.....	6
2.1.7 Perfil do Comportamento do bebê de 02 anos.....	7
2.1.8 Perfil do Comportamento da criança de 02 anos e meio.....	8
2.1.9 Perfil do Comportamento da criança de 03 anos.....	9
2.1.10 Perfil do Comportamento da criança de 04 anos.....	12
2.1.11 Perfil do Comportamento da criança de 05 anos.....	13
2.1.12 Perfil do Comportamento da criança de 06 anos.....	14
2.2 ASPECTOS FISIOLÓGICOS (ORGÂNICOS E METABÓLICOS).....	16
2.3 ASPECTOS NEURO-MOTORES.....	18
2.4 ASPECTOS PSICO-MOTORES.....	20
2.5 ASPECTOS AFETIVOS-MOTORES.....	23
2.6 ASPECTOS SÓCIO-AFETIVOS.....	24
2.7 ASPECTOS DO COMPORTAMENTO AQUÁTICO DO BEBÊ.....	27
2.8 TERMO REGULAÇÃO.....	29
2.9 ADAPTAÇÃO AO MEIO LÍQUIDO.....	30
2.10 MEDO.....	31
2.11 MOTIVAÇÃO.....	36

2.12 QUANDO E COMO COMEÇAR.....	37
2.13 A NATAÇÃO COMO AGENTE EDUCATIVO.....	38
3.0 CONCLUSÃO.....	40
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	42

RESUMO

Este trabalho visou esclarecer os conhecimentos que os pais tem em relação a natação de 0 - 6 anos e suas dúvidas quanto aos benefícios que esta prática possa trazer. Mc GRAW e FONTANELI (1966, p.31) reforça que, os pais que quiserem desenvolver e estimular seus filhos (bebês) podem começar a partir dos dois meses de vida, pois GESEL (1985, p.127) afirma que a água é o ambiente em que a criança mais se familiariza. Neste sentido, DAMASCENO (1994, p.26), vai mais longe quando diz que a natação para bebês e crianças tem um papel formativo. Cria na criança um sentimento de “confiança básica”, domínio da sua imagem corporal, formação da inteligência, receptividade dos estímulos, coordenação motora, curiosidade, afetividade, sociabilização, diminuição do egocentrismo, etc. CIRIGLIANO e DAMASCENO (1966, p.96) transcreve que a natação infantil trás muitos benefícios tais como: metabólicos, fisiológicos, psico-motores, neuro-musculares, afetivos, sociais e educativos.

Palavras-chave: Natação e Benefícios.

1.0 INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMA

Muito se fala sobre os benefícios do início da prática da natação prematuramente, entretanto qual a importância de iniciar cedo a prática da natação e quais os benefícios no crescimento e desenvolvimento da criança?

1.2 JUSTIFICATIVA

Muito se evoluiu nas técnicas e métodos da natação. Uma prática criada na antigüidade para desenvolver funções de sobrevivência, e nos dias de hoje é utilizada como mecanismo para o desenvolvimento, crescimento, manutenção e reabilitação do organismo. Atualmente as pessoas levam uma vida sedentária, então da importância de uma atividade física que possa manter e aperfeiçoar a saúde física e mental, e nada melhor que a natação para isso.

A natação é utilizada em todas as idades, mas sabemos que a natação infantil ainda abrange um pequeno espaço dentro da natação convencional, devido aos poucos conhecimentos de seus reais objetivos e verdadeiras finalidades.

1.3 OBJETIVO

Este trabalho tem como objetivo mostrar que quando mais cedo iniciada a prática da natação infantil, melhor é, pois ela promove a melhora das condições fisiológicas, educativas e recreativas, estimulando os processos maturacionais e de aprendizagens nos aspectos cognitivos, afetivos e psicocomotores da criança que de tal maneira reforçam o seu crescimento e desenvolvimento.

2.0 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 CARACTERÍSTICAS DO PERFIL DO COMPORTAMENTO DAS CRIANÇAS DE 0 A 6 ANOS.

2.1.1 Perfil do Comportamento do Bebê de 04 semanas

Segundo Gesel (1985 p.89), um bebê de 04 semanas já tem seus esquemas e características de comportamento. Os bebês dessa faixa-etária já tem sua musculatura tão flácida, seus músculos tem mais energia e sua respiração mais regulada e profunda. A orientação do bebê limita-se as suas reais necessidades. Dorme quase o tempo todo.

As características predominantes nesta faixa etária, segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 15) são: a criança percebe o calor e o frio; percebe ruídos fortes; segura fortemente um brinquedo e depois solta; movimentam-se sem controle (a cabeça pende quando sentada) ; em posição de decúbito ventral levanta de vez em quando a cabeça; emite alguns sons.

Segundo Gesel (1985 p. 95) o bebê aprecia o banho, mas não gosta de ser despido e vestido.

2.1.2 Perfil do Comportamento do Bebê de 16 Semanas

Segundo Gesel (1985 p. 87), os músculos do bebê já são mais relaxados, as mãos ficam abertas, os dedos mais ágeis e ativos.

É um estado de auto-conhecimento físico e anatômico. Somente chora de fome e de necessidades básicas.

Nessa faixa de idade os bebês acordam para brincar e brincam para estar acordados. Estão num ciclo de três fases: brincar-comer-dormir.

As características predominantes nesta faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 15): a criança notifica a presença da água quando sempre dado o banho na mesma hora; pode levar as mãos à boca; pode seguir objetos com os olhos e fixá-los; começa a perceber o ambiente; segura um objeto por pouco tempo.

2.1.3 Perfil do Comportamento do Bebê de 28 Semanas

Segundo Gesel (1985 p. 105) os bebês já tem equilíbrio da cabeça, gostam de ficar deitados de costas, gostam de brincar com papéis e brinquedos de borracha. Preferem ficar mais sozinhos em suas brincadeiras, mas gostam que pessoas brinquem com elas.

As características predominantes nesta faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 17): levanta o tronco quando alguém lhe oferece a mão; demonstra indícios a engatinhar; pode ficar sentada sozinha sem apoio; é capaz de bater um objeto contra o outro; tendência de levar os objetos a boca; tendência para rolar; é capaz de juntar as mãos (brincar com elas); é capaz de sentar com ajuda; começa a ter controle da cabeça; pode passar um objeto de uma mão para a outra; gosta de mudar de posição; a criança já começa a se “comunicar” (solta pequenos gritos ou faz ruídos para chamar alguém para mostrar satisfação); começa a perceber detalhes; começa a notar mudanças de ambiente e da pessoa que cuida; sorri quando tem vontade.

Segundo Gesel (1985 p.11): Os bebês exprimem seu agrado pelo banho com pontapés e risadas; não gostam da banheira muito cheia de água; podem mostrar irritação quando retirada da banheira; mantém-se em pé por alguns instantes segurando-se em algum objeto (móvel) ou com apoio; quando deitado em decúbito dorsal; brinca com os pés; emite sons:

dá-dá, tá-tá, etc.; joga (atira) brinquedos para vê-los e ouvi-los cair; gosta de estar perto de outras crianças; senta sem apoio das mãos. Estas ficam livres para fazer a exploração, gostam que o dispam e sentem prazer nisso e também do banho; notificam a presença da água quando dado banho sempre na mesma hora.

2.1.4 Perfil do comportamento dos bebês de 40 semanas

Segundo Gesel (1985 p. 113), a curiosidade faz parte intensa das suas descobertas. Assume uma posição de quadrúpede, não se acostumando mais à posição deitada.

As mãos continuam sendo objeto de exploração do ambiente e locomoção.

Seus manuseamentos são mais precisos e discriminados. Também os olhos e ouvidos sofrem grande aprimoramento.

O repertório de movimentos do bebê estão dependentes da maturidade do sistema nervoso. Sendo assim alguns bebês estão mais ou menos adiantados nessas fases de maturação, desenvolvendo cada vez mais atividades com maior complexidade.

Menos egocêntricos e mais propensos à socialização, adoram balbuciar (conversar) com pessoas ligadas a ela.

As características predominantes nessa faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 17): Já pode ficar em pé sozinha, mas não anda; gosta de imitar movimentos, ruídos e sons; começa a fazer rabiscos imitativos; é capaz de colocar coisas (objetos, brinquedos...) em uma vasilha e tirá-los; é capaz de segurar o copo no qual está bebendo; troca de decúbito com habilidade; senta-se a partir da posição de decúbito dorsal; da posição de decúbito ventral passa a posição ajoelhada, com apoio (móvel e outros objetos); deslocamento progressivamente mais intenso e autônomo; arremessa objetos sobre a cabeça, sem direção.

Segundo Gesel (1985 p. 119) a hora do banho continua sendo apreciado pelo bebê.

Exprime expectativa ao ouvir correr a água para o banho. Gosta de brincadeira no banho, porém não gosta que os lavem.

2.1.5 Perfil do Comportamento dos bebês de 01 ano

Para Lisa Miller (1992 p. 21), nessa faixa-etária as crianças começam a apresentar características diferenciadas, justamente por serem criadas por diferentes famílias de costumes, hábitos, necessidades também diferentes, que influenciam indiretamente na velocidade de maturação neurológica. Podendo assim crianças com mesma idade estarem em fases de desenvolvimento diferentes.

Gesel (1985 p. 122), afirma ser uma idade muito importante, pois as crianças começam a entrar em contato com o mundo de forma diferente, agora andando, falando, compreendendo algumas coisas e já sabendo os significados do que é necessário para ela.

A criança (bebê) de 01 ano, gosta de brincar com vários objetos, e qualquer coisa torna-se um brinquedo. É um mundo de descobertas e isso é mais que um pré-requisito para o seu desenvolvimento, tanto mental como físico e psicológico. As experiências de coordenação e atitudes estão ligadas diretamente à formação de sua personalidade.

Começam a montar esquemas motores, baseados nas experiências de repetição mais maturação que ocorrem a nível de Sistema Nervoso Central.

Tani (1988 p. 62) diz que o desenvolvimento sadio da criança depende de fatores intrínsecos e extrínsecos. Isso quer dizer que dependem da maturação do Sistema Nervoso Central mais experiências (estímulos) proporcionados as crianças seja ela em qualquer idade, sendo de maior importância na faixa-etária de

0 a 06 anos. É até nessa faixa-etária que a criança adquire os padrões básicos de movimento.

As características predominantes nesta faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 18): Predomínio do córtex sobre as funções sub-corticais; marcha independente; sobe e desce escadas com ajuda; é capaz de devolver uma bola, rebatendo, quando esta é rolada no chão perto de si; gosta de puxar e empurrar objetos (cadeira, brinquedos, etc ...); gosta de ficar perto de outras crianças, mas não se deve esperar que saiba brincar com elas; pega e joga objetos; quando cai, levanta-se sozinha; compreende e atende ordens verbais simples; gosta de brincar com água; quando um adulto fala “não”, esta palavra não tem muito efeito.

Segundo Geisel (1985 p.127) o banho continua a ser a parte favorita da sua rotina diária. O banho (brincadeira na água, significa a sua maior e própria atividade motora), toma característica diferente, o de brincadeira, tendo iniciativa de querer se lavar sozinha. E para o seu desenvolvimento pleno o ideal é que faça, quando não tornar-se perigoso para ele.

2.1.6 Perfil do Comportamento dos bebês de 01 ano e 05 meses

Gesel (1985 p. 139) afirma que o bebê nessa idade começa a ultrapassar situações de “mero” bebê, estando disposto a experimentar e exercitar-se quase que de maneira excessiva, testando assim suas novas e desconhecidas capacidades, tornando-se exigente e impaciente, querendo fazer tudo sozinho. E para o seu pleno desenvolvimento é ideal que o faça, quando não tornar-se perigoso para ele.

A energia motora é muito forte, está constantemente ativo. Atirar objetos é uma das atividades de destaque, sendo esta a aquisição de habilidades básicas e necessárias para o seu desenvolvimento.

A criança nessa idade parece dar um salto de desenvolvimento em todos os sentidos. Surpreendem em suas realizações, às vezes realizando tarefas incapazes pela idade. O que devemos tomar consciência é que tudo precisa de um tempo para estruturar seu sistema neuro-muscular. Oportunizar experiências variadas é importante, mas o mais importante é saber dosá-las, pois tudo tem o seu tempo de maturação, tanto os sistemas posturais, manuais, laríngeos e esfínteris.

As características predominantes nessa faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 18): distingue “eu” de “você”; notável aumento da capacidade locomotora; é capaz de segurar um lápis e rabiscar uma folha de papel; nomeia alguns brinquedos; demonstra ações de tirar, arrastar, empurrar, bater, trepar e arremessar; lança com ambas as mãos uma bola, da posição abaixada, sem direção; gosta de brincar com água, areia, terra, barro, etc.; brinca lado a lado e não com outras crianças; procura a lua ou o avião no céu; dança canta, imita e nomeia; brinca sozinha por mais tempo e com maior frequência; sobe em lugares de onde não consegue descer sem ajuda; sabe soprar; diferencia engolir de cuspir; trepa e desce ventral.

Gesel (1985 p. 147), afirma que a criança (bebê) nessa idade troca tudo pelo brinquedo. Prefere as vezes adiar o banho para brincar, mas se leva o brinquedo junto pode até esquecer de sair. Gosta de tomar banho sozinho ou com outras pessoas, como pai, mãe, irmãos ou amiguinhos, o que para ela não deixa de ser um brinquedo diferente.

2.1.7 Perfil do Comportamento dos bebês de 02 anos

Gesel (1985 p. 153) diz que o bebê já deixou de ser bebê, podendo ser considerado uma criança, embora muito imatura. Correm o risco de avaliarem exageradamente suas capacidades.

Possuem melhor coordenação e executam violenta atividade motora: correr, pular, arrastar, puxar, empurrar... Gosta de desafios de habilidades motoras “novas” (combinadas).

Não devem ser esperado resultados demasiados a respeito de seu domínio postural, de coordenação delicada (fina), da linguagem, do domínio dos esfíncteres, da obediência, da cortesia e do asseio (geralmente não são muito cordiais).

Têm relação verdadeira e sentimental com a mãe. Controla mais suas ansiedades, exprime expectativa e persistência naquilo que faz.

As características predominantes nessa faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 19): sua motricidade manual se aperfeiçoa; caminha e corre inclinando ligeiramente o corpo para frente; arremessa com direção, sobre a cabeça, pequenos objetos; aumento do interesse e tempo de observação de outras pessoas; sobe escadas com passos alternados; consegue tirar algumas roupas; conta; diferencia soprar de inspirar; tenta se equilibrar sobre objetos baixos e pequenos.

Gesel (1985 p. 161) salienta que a criança interessa-se em ajudar a tomar banho, preferindo mais a esponja do que os brinquedos.

2.1.8 Perfil do Comportamento de Criança de 02 anos e meio

Gesel (1985 p. 163) descreve esse período como sendo de transição, onde a criança apresenta características hora de uma criança de 02 anos, hora de uma criança de 03 anos. Apresentando ações contrárias a sua vontade (gosta de fazer algo, mas diz que não quer), “fase do sim e não”. Precisa-se nessa fase orientar e limitar as ações para que ela possa compreender suas atitudes, tornando-se assim uma criança mais tolerável e simpática.

Têm capacidade de escolha fraca, tornando-se às vezes teimosa, imperiosa, desajustada, tirana e propulsiva. E se ela verificar que através desses mecanismos ela atinge seus objetivos, sofrerá grande oscilação entre extremos (hora simpática, hora teimosa...).

Às vezes atingem essa oscilação de comportamento quando tomados pelo sono ou cansaço físico demasiado.

As características predominantes nessa faixa etária segundo Mendel citado por Damasceno (1994 p. 19): corre com rapidez; ensaia novas combinações de formas básicas de movimento; chuta uma bola no ar (antes que toque o solo novamente após um quique); é capaz de saltar sobre obstáculos.

Gesel (1985 p. 172) afirma que o banho continua sendo a atividade mais agradável. Gosta de brincar a agora, se deixar, durante horas. O problema está em tirar a criança do banho, a maioria das crianças dão um verdadeiro trabalho, dependendo da perspicácia e artimanhas usadas pela mãe.

2.1.9 Perfil do Comportamento da Criança de 03 anos

Segundo Nascimento (1984 p. 65) o terceiro ano é marcado psicologicamente pela fase de identificação de seu papel sexual, em princípio copiando de seus pais (a menina imita o comportamento da mãe e o menino o do pai). Existindo uma grande curiosidade da criança pelo sexo oposto, visando identificar as diferenças e paralelamente surge um amor platônico pela mãe ou pelo pai. A criança fica muito manhosa e manipuladora, tentando a todo momento atrair a atenção dos pais.

É a idade que a criança possui muitas reações de bebês, ao mesmo tempo, já se tornou independente em vários aspectos. Surgem os super-heróis que se identificam com atitudes características deles e a criança se sente, neste período, como se estivesse atraída pelos valores do mundo da fantasia infantil. É a

primeira adolescência, a sua entrada aos valores simbólicos do seu mundo egocêntrico. Daí a importância da seqüência transferencial, continuando o grupo a ser dirigido pelas figuras de maior identificação, os professores que substituem a figura materna e tornam mais fácil a comunicação e o sentimento de proteção pelas crianças.

Aos 03 anos, a maior parte do tempo, a criança brinca lado a lado com outras, dando início a uma certa tendência para a formação de grupinhos de crianças do mesmo sexo.

O desenvolvimento motor dá condições para o desmembramento dos membros superiores e, ao mesmo tempo, a criança passa a ter um pensamento mais reflexivo, onde arquiteta os projetos para se mostrar mais fortes e firmes na sua atividade de identificação.

O temperamento da criança passa a ser bem mais marcante e é necessário uma grande compreensão para com ela nos momentos indóceis.

Para os meninos os valores culturais já os estimulam a pequenos “gladiadores” e eles colocam extrema importância na demonstração da sua força e esperteza. Grandes identificações com desenhos animados. O importante para estimulá-los ao esporte seria dar essa idéia como valor real próprio.

As meninas desta idade são mais passivas, tem tendência a brincar com os meninos. Tende a se espelhar “copiar” gestos e maneiras de ser das pessoas próximas a ela, ou das amiguinhas, e ídolos dos quais ela mais gosta.

É muito comum no terceiro ano de vida, ocorrer um retrocesso no desenvolvimento da criança. Começa a sentir sentimentos de perda, onde começa a perceber que as pessoas que mais gosta não são só dela.

Ocorrendo este fato, a criança entra em regressão, sendo o seu objetivo conseguir a mesma afeição e amor que recebia

anteriormente. Se antes ela aprendia coisas novas e se desenvolvia, era compensada com estímulos e carinho. Agora faz de tudo para chamar a atenção, tomando atitudes de idades inferiores, denotando assim a sua regressão para mostrar aos pais que ela precisa ainda muito deles.

Na natação e em todas as suas atividades, a criança regride. Essa regressão é aparente, na verdade, ela está tentando chamar a atenção para si, não participando dos exercícios devidos. O que deve-se fazer é procurar conformar a criança e não forçá-la ao aprendizado, já que sempre reagirá de modo negativo. Devemos ser paciente para que a criança tenha chance de demonstrar a sua dor e sentimento de rejeição.

Nas aulas de natação a criança de 03 anos apresenta melhoras devido a melhor coordenação motora, ela já consegue movimentar com maior facilidade os membros superiores ao mesmo tempo que adquire mais força com as pernas. Possui melhor capacidade de flutuação, possibilitando a nadar de costas.

O nado de costas é mais fácil para a criança devido ao fato de ter dificuldades para controlar os movimentos respiratórios associados aos movimentos de braços (nado crawl).

O professor deverá permanecer dentro da água e o controle falado deverá ser associado à demonstração, pois a criança desta idade demora a ligar os nomes aos movimentos (exercícios). O professor dentro da água dará mais segurança, ajustando quando necessário, a realização dos exercícios mais difíceis.

Os educativos deverão ser intercalados por brincadeiras recreativas. Devem ser utilizados exercícios que transfiram a criança para o mundo da fantasia e assim aumentando a motivação.

Os exercícios devem ser os mais variados possíveis, possibilitando que a criança descubra suas potencialidades,

evitando assim medos e receios. Mostrando a ela sua capacidade e afinidade com o meio líquido.

2.1.10 Perfil do Comportamento da Criança de 04 anos

Segundo Nascimento (1984 p. 95), a criança já formou seu conhecimento simbólico sobre a vida, assumindo muitos valores de si mesma em sua consciência. Seu sentimento em relação a família está mais forte, no seu conceito, mãe e pai representam as figuras mais destacadas.

No que se refere a capacidade de aprendizagem, ela melhora suas habilidades numéricas e se relaciona melhor, aumentando o vocabulário. Seu mundo de brincadeiras se expande e ela se coloca por inteiro nele, aparecendo personagens vivos que participam das suas fantasias, como um cão ou até mesmo uma árvore. Em relação aos seus coleguinhas, surge a hierarquia para que cada um compreenda seu papel nas brincadeiras realizadas, imitando o ser adulto dentro de suas funções sociais.

O valor máximo para a criança é sentir-se grande, forte e poderosa como o ser imitado, com isso, atraiu a atenção do seu amor maior. Nessa idade, a criança, sente vontade de usar as roupas da mãe e do pai, imitando sua maneira de ser, procurando inclusive, melhorar seu papel.

Nessa idade reúne as expressões mais fortes de sua personalidade, temperamento emocional, fantasias e criatividade.

Na natação ela expressa esse crescimento com maior capacidade de assumir os valores da aula e sua concentração nos exercícios, já se retém por mais tempo.

Em relação aos seus movimentos, a criança nessa faixa etária está mais apta a participar das brincadeiras sem se machucar tanto. Ela corre mais rápido, equilibrando-se melhor, podendo se defender depressa com as mãos, que estão mais adaptadas a realizar movimentos minuciosos como vestir e

abotoar roupas. Já possui suas cores de preferência e muitas conseguem dialogar, empregando os verbos no tempo correto.

Na natação a criança tem uma melhor compreensão da linguagem utilizada. Os exercícios desenvolvidos na aula de natação podem exigir, agora, um pouco mais de estilo, fazendo com que a criança desenvolva uma postura correta que será básica para nadar de costas e golfinho.

A sua força física também aumentou, e com isso poderá nadar em maior distância, sem parar. Os exercícios deverão fazer com que teste sua força e amplie sua condição motora e física, desenvolvendo ao mesmo tempo, resistência e apuração de estilo, adquirindo assim, uma auto-confiança crescente.

Os professores deverão motivá-los, usando brincadeiras recreativas que salientem as habilidades motoras, devido a necessidade de demonstrar seu desenvolvimento.

A criança de 04 anos gosta de brincar com o imaginário, fantasiando personagens e situações que para ela é essencial para o desenvolvimento da sua criatividade.

No esporte, a criança de 04 anos tem condições de demonstrar seu desenvolvimento físico e realizar as proezas que fazem sentir “ser maior”. Já são mais compreensivas, prestativas, persistentes e concentradas nas ações do seu dia a dia.

2.1.11 Perfil do Comportamento da Criança de 05 anos

Segundo Nascimento (1984 p. 111), a criança de 05 anos consegue executar a maioria da suas capacidades motoras. Ela já é capaz de associar corrida de velocidade com salto em altura e distância, já consegue levantar o seu próprio peso. Seu equilíbrio está muito mais apurado; bem como a sua linguagem mais rica, podendo descrever detalhes de situações que participa. A inteligência agora lhe dá condições de entender os processos reais que interagem em sua vida. Sua curiosidade lógica aumenta.

Emocionalmente, sua característica principal é o duplo papel: na sua relação em casa e na escola.

É um período de muita atividade para a criança. Ela vive um momento de grande agitação em sua maneira de ser, assumindo uma postura bem definida da sua identificação sexual.

Toma atitudes de escolher suas próprias roupas, refletindo assim sua maneira de ser.

Nessa fase é importante que os pais compreendam como é representativo para ela a aceitação das suas atitudes, pois reforça a sua segurança em relação a si mesma.

Na natação, a criança está numa idade mais brincalhona, alegre e criativa, sendo mais difícil a realização de um trabalho programado, para que isso possa ocorrer o professor deverá assumir uma postura firme, mostrando a criança que tudo tem um horário e que aquele não é para brincadeiras mas, brincadeiras devem ser inseridas nas aulas, de forma recreativa, objetivando sempre um gesto motor.

É de fundamental importância não absorver conceitos rígidos, e sim, dialogar e explicar fatos e situações arbitrárias que possam ocorrer, enriquecendo assim sua compreensão.

O conceito dos pais deve ser seguro, definindo claramente um limite em relação a sua liberdade. E toda forma de repressão deve ser dirigida pela criança, não havendo transferência de sentimentos de raiva dos pais que terão, na punição, um efeito muito pior que a atitude do filho.

A criança de 05 anos deve ser compreendida dentro do seu mundo em forma de interação. Nascimento (1984 p.123) afirma que é na piscina que a criança se sente plenamente à vontade, dando evasão a sua energia.

2.1.12 Perfil do Comportamento da Criança de 06 anos

Nascimento (1984 p.129) descreve que, praticamente estão terminadas todas as fases básicas do desenvolvimento emocional da criança. No sexto ano de vida ela fará o seu mundo mais rico em fantasias (término do período de infância). Como a natureza, a evolução da vida possui sinais de mudança. A criança demonstrará esses sinais como último ano em que terá os dentes de leite, indicadores do período de maior dependência dos pais. Ela agora não está tão dividida quanto no ano anterior, pois está mais posicionada e aceita como uma nova pessoa que toma o seu lugar diante da vida.

Os processos regressivos, como o nascimento de Um irmãozinho temporão, não a afetarão tanto, mas ela ainda quer se sentir como uma criança nas suas brincadeiras características da idade, brincando de assumir os papéis e as profissões da vida, desenvolvendo as habilidades matemáticas e lógicas de grande importância na sua valorização pelos pais e amigos. Sua capacidade verbal já compreende praticamente a maioria da linguagem de um adulto e sua sensibilidade com as mãos é capaz de lhe dar condições para iniciar o aprendizado da escrita.

A criança de 06 anos procura nesta fase, fortificar sua personalidade com brincadeiras de significado, a ensaiar as situações que percebe dos adultos um pai agiria assim, uma mãe... Seu corpo está apto a realizar exercícios básicos para nadar os quatro estilos.

Na piscina, o relacionamento com as crianças, assume características básicas, pois as crianças não serão agrupadas nas turmas por idade, e sim, por nível de desenvolvimento.

A criança de 06 anos não deve ser pressionada a realizar exercícios que dependam de uma persistência excessiva. Devemos ir devagar com ela, caso contrário, poderá ser desmotivada.

Dentro do seu posicionamento social, a criança de 06 anos está bem mais desligada da sua relação com os pais em um nível de só absorver deles o aprendizado devido.

Ela já consegue reunir em sua mente, considerações próprias a respeito de sua atitude diante do mundo que chamaremos de "consciência" e ao mesmo tempo, introjeta os valores culturais, formando seu "superego".

Com o ingresso no mundo de normas, aprende que cada objeto, qualquer que seja a atividade, mesmo a esportiva, tem suas regras. Ela passa a dar importância demasiada a estas regras, chegando a denunciar os coleguinhas que não as cumprem.

Quando a criança passa a um envolvimento social maior se vê integrante dele, respeita suas normas e curte as possibilidades que elas proporcionam.

2.2 ASPECTOS FISIOLÓGICOS (ORGÂNICOS E METABÓLICOS)

Segundo Andries (1987 p.201), a criança possui nos primeiros anos uma plasticidade muito grande do organismo (aparelho neuro-muscular e cartilagem durante a ossificação). O meio líquido oferece vantagens para desenvolver o corpo de maneira mais global e equilibrada, por exigir de forma simétrica todo o aparelho locomotor.

Desde o nascimento a criança possui a capacidade reflexa de trancar a glote quando em contato com o meio líquido. Esse reflexo é mantido até aproximadamente o segundo ano de vida, e dá ao recém nascido a condição de submergir sem que a água penetre em seus pulmões. Isso no entanto, não impede que a água penetre por suas vias digestivas.

Em pesquisas feitas através de pesagens antes e depois de sessões de natação, comprovou-se que alguns bebês chegam a aumentar em até 500 gramas, mas o número de bebês que engolem

água não é significativo (01/50). Isso não é de se estranhar, levando-se em conta que desde o estado fetal o reflexo de engolir líquidos já é encontrado, e após o parto a alimentação é, na maioria, líquida.

Há um certo receio quanto ao fato do bebê engolir cloro, mas a água onde são realizadas, as aulas deve ser cuidadosamente tratada, e não observou-se qualquer perturbação gástrica causada pelo cloro. Pelo contrário, as crianças mostram-se muito saudáveis.

Segundo Catteau e Garoff (1988 p.77), as variações da frequência cardíaca e a temperatura retal têm uma elevação entre o vestuário (cerca de 150 b.p.m.) e a borda da piscina (170 a 200 b.p.m.). Ao entrar na água, a frequência cai para 140 b.p.m., enquanto nas imersões, manteve-se ao redor de 160 b.p.m.

Rebellato e Conceição (1989 p. 60) dizem que, do ponto de vista fisiológica, o metabolismo do recém nascido, a regulação da temperatura, a composição corporal e os demais fatores funcionais encontram-se favoráveis para a prática de exercícios da natação. As características do meio no qual a criança estará inserida e as relações possíveis entre o bebê e o meio líquido são aspectos significativos que não devem ser ignorados tanto para o seu desenvolvimento motor, físico, intelectual, educacional e psicológico.

Afirmam ainda que, a realização de um trabalho no meio líquido traz vantagens para os processos de desenvolvimento de uma imagem corporal, firmeza, equilíbrio postural, influências no reflexo tônico-cervical simétrico, fomentação da simetria corporal e benefícios terapêuticos.

Sustentam que a apnéia do bebê deve ser bem trabalhada pois o mesmo comparado a um adulto, que tenha condição de apnéia entre 30 a 60 segundos, o bebê pode ficar nessa condição até a exaustão total do oxigênio, trazendo assim prejuízos para a

saúde. Por outro lado, o trabalho de imersão trás ao bebê ganhos nas suas capacidades aeróbias. Concluindo-se assim, que o trabalho de imersão é benéfico quando trabalhado com uma pouca duração de tempo, pois assim, favorece o treinamento dos músculos envolvidos na respiração e inspiração.

2.3 ASPECTOS NEURO-MOTORES

Segundo Fontanelli (1986 p.17), as primeiras etapas da motricidade, se produzem dentro da útero materno. O feto começa a organizar seus movimentos entre o segundo e o fim do quinto mês de gestação. Assim que aparecem os primeiros movimentos (oitava semana), o embrião torna-se um feto e por si mesmo com uma motricidade aquática. Os movimentos começam pela face, pescoço, tronco, membros superiores, inferiores e por fim, por volta da décima segunda semana, há uma flexão dos pés.

Em função dos estímulos, os responsáveis pela motricidade continuam a se organizar. A coordenação dos músculos antagonistas, só se manifesta por volta da décima oitava semana, a sucção e o "reflexo de avides" na vigésima, as possibilidades da respiração e do grito, na vigésima segunda e, com o reflexo de Moro, na vigésima quinta, a motricidade antiga acaba de se colocar no lugar.

A partir do quinto mês, o feto exercita seus músculos em isometria contra as paredes do útero. Em sua atividade de agrupamento (posição fetal), o feto encontra as melhores posições para o exercício dos grupos musculares destinados a virem a ser os mais potentes. Após o nascimento, a motricidade primitiva posta em prática durante os seis primeiros meses de gestação, será a base para o esquema motor da criança em desenvolvimento.

Na "holocinese" encontramos uma gama de ajustamentos neuro-motores automáticos e inconscientes, com a sua base na motricidade antiga. Os primitivos centros nervosos presidem nas reações sensoriais e motoras, dando condições ao recém nascido de se aperceber da mecanismo psíquico do meio ambiente que o envolve. Graças a esses centros as crianças se arrastam, sentam, andam e até chegam a nadar se as condições existentes a conduzirem gradativamente.

A "indiocinese" repousa sobre os centros corticais, mais particularmente sobre algumas das áreas piramidais, que permitem ao indivíduo exercer um controle voluntário e consciente sobre todo os comportamentos motores. Estes são auto-reguláveis dentro do seu desenvolvimento para as estruturas holicinéticas.

A motricidade indiocinética permite moldar o comportamento motor às motivações sociais. Ela pode ser ilustrada de maneira mais clara na pretensão e manipulação de objetos, na exploração através do meio.

Piaget (1975), afirma que a inteligência da criança só se desenvolve se a mesma for levada a se manter ativa em um meio propício, isto é, a inteligência decorre principalmente do exercício das funções sensório-motoras e suas coordenações.

Cirigliano citado por Damasceno (1994 pg.03) diz que, o desenvolvimento da personalidade da criança, que compreendem as mudanças ocorridas no organismo durante o processo de crescimento e desenvolvimento (comportamento motor, percepção, construção da inteligência, afetividade; aprendizagem etc...) acontecem na proporção que a sua motricidade é aprimorada.

Pappaia (1981 p.118) afirma que as crianças não aprendem a pensar, salvo se aprenderem como isso é feito, primeiramente através do movimento físico real; e depois através de atividade mental.

Grande parte do desenvolvimento motor inicial surge primeiramente por causa da maturação, mas também há um elemento de interação com o ambiente.

Loccken (1978 p.25) diz que a capacidade de coordenação existente em um recém-nascido é limitavelmente treinável.

Pesquisas indicam que a estimulação por atividades físicas (experiência no comportamento de movimento do indivíduo) até o sexto ano de vida, resulta para, mais segurança, maior independência, maior espontaneidade e maior criatividade. Considerando também grandes mudanças do seu comportamento. Tudo isso aliado e desenvolvido com uma vivência diferenciada de movimentos (estímulos diferentes em grau e necessidade).

Klaus (1977 p.29) diz que a motricidade individual caracteriza-se pela constituição, sexo, tipo, idade, temperatura (velocidade psicomotora).

Abeli citado Klaus afirma que o aprendizado é a soma de todas as experiências, reflexos e exercícios, os quais modificam e integram o comportamento.

2.4 ASPECTOS PSICO-MOTORES

Fontanelli (1986 p.17) descrevem que as primeiras reações motoras da criança dentro da água, são globais e aparentemente desorganizados, mas se colocarmos nela o flutuador, ela conseguirá com esses mesmos movimentos que pareciam desorganizados, chegar até sua mãe ou até um brinquedo de maneira rápida e precisa. A solicitação que leva a criança a seu objetivo intervém primeiramente à altura do olhar.

Os movimentos de olhar são seguidos de reações posturais de origem primitiva, que permitem à criança olhar a direção que lhe convém.

Em razões de leis biomecânicas, a parte superior do corpo pode se virar em virtude dos impulsos dos seguimentos imersos, mas os impulsos dinâmicos, estão suficientemente integrados, imprimirão ao corpo um deslocamento global, quase imperceptível no início e cada vez mais eficaz com o passar do tempo. Com isso, crianças de poucos meses mais velhas resolvem mais rapidamente os problemas de equilíbrio postural no meio líquido. Com o tempo, uma nova atitude corporal se organiza, o que lhe permite mobilizar-se no plano horizontal.

As reações motoras da criança não estão motivadas globalmente pelos elementos afetivos, lúdicos ou fisiológicos. A introdução de um aperfeiçoamento técnico para nadar melhor, será ' introduzido até os quatro ou cinco anos, pois até então, as únicas incitações capazes de provocar reações apropriadas são as do tipo "ir mais longe", "mais rápido", ou "mais fundo". Embora a capacidade reflexa de nadar apareça antes dos seis meses de idade, ela estará restrita ao efeito do movimento, assim, da mesma forma, alguns pais pensam que aprendendo a nadar (isso só é possível a partir dos 04 anos) seus filhos estarão em segurança na piscina. Não é verdade. A resistência física de uma criança de dois anos, três, quatro anos, é ainda muito pequena e ela deve estar sempre equipada com bóias e sob supervisão de um adulto.

Para Valesco (1994 p.60), geralmente as atividades psicomotoras do bebê não são bastante conhecidas, nem exploradas ao máximo, no meio terrestre-aéreos.

Sabendo que um desenvolvimento harmonioso da criança pequenina depende da quantidade e qualidade de estímulos proporcionados pelo seu meio ambiente, acreditamos que a experiência aquática é uma das atividades mais valiosas e um processo inigualável no plano psicomotor.

Sendo o próprio corpo meio de aprendizagem do bebê, este deverá vivenciar todas as experiências possíveis para tornar seu corpo operacional.

As noções perceptivo-corporais serão experimentadas em situações com diferentes posições e utilizando-se diferentes partes do corpo na exploração das atividades motoras globais e finais.

As noções espaciais são vivenciadas na exploração do meio aquático, utilizando o corpo do bebê, parado, em deslocamento, em trajetos diferentes (retos ou sinuosos), em pequenas e grandes quantidades de água, próximo ou longe de algo ou alguém.

As noções temporais acontecerão na medida em que as ações forem realizadas. Estas adaptar-se-ão a um ritmo próprio e respeitarão o tempo dado. Por exemplo: para compreender o significado do tempo "antes", o bebê deverá vivenciar uma situação antes e depois de imergir, que poderá ser um sinal qualquer. Essa vivência estimulará as áreas cognitivas e promoverá a aquisição da noção de tempo.

Com os movimentos que poderá produzir, em contato com a água, surgirão relações sociais, através de jogos dramáticos entre o bebê, a mãe, outras crianças e o professor. Estímulos visuais, sonoros, táteis e cinestésicos, através das cores do ambiente e dos materiais, do som da água, das vozes e músicas utilizadas, do suporte da mãe e do professor ou até mesmo da própria água.

Nesse processo (psicomotor) verificasse que os reflexos (as respostas automáticas) natos, gradativamente vão sendo substituídos pelos voluntários e condicionados.

A autora Valesco (1994 p.60) conclui através das experiências que ela tem, que não há natação para bebê e sim um processo profilático e terapêutico para a sua psicomotricidade (a

nível de coordenação geral e fina), para a sua saúde e seu bom ajustamento social.

2.5 ASPECTOS AFETIVOS-MOTORES

Nascimento (1984 p.19) diz que, um ponto importante são os dados afetivos do comportamento. A criança permanece agarrada ao colo da mãe, recusando-se ficar solta na água, e seus olhos freqüentemente buscam o olhar do sua mãe, para se convencer de seu cuidado. Um dos métodos usados foi introduzir a mãe (ou pai) para a condução das aulas, assistidas por pessoas especializadas. Com esse consolo familiar, a criança começa a despolarizar sua atenção da mãe, se interessando mais pelas atividades lúdicas.

Entretanto, o temor demonstrado por inúmeros pais, atua negativamente, prejudicando o aprendizado de criança. Por outro lado, pode instalar-se no bebê um temor reflexo, em virtude de manobras inadequadas dos pais.

Nascimento (1984 p.18) continua afirmando que o comportamento do responsável pela criança durante uma sessão e no aprendizado geral, é o fator mais importante para sua adaptação. Se a mãe ou o pai não confiam no tratamento, há uma transmissão imediata ao bebê da ansiedade e do medo que sentem, e ele certamente terá dificuldade. em se sentir a vontade na água e com o professor. A insegurança do responsável é que determina a não aceitação da criança às aulas de natação. Muitas mães não gostam de ver seus filhos mergulharem e transmitem esse medo. Outras projetam ansiedade na criança, pois querem ver resultados mais rápidos, algumas ainda buscam ver em seus filhos "o mais adiantado", comparando-o com outras crianças.

Tudo isso influi negativamente sobre a criança, levando-a a sentir-se insegura e medrosa. Existem também outros dados

interessantes, como por exemplo: o fato de que 90% dos bebês que apresentam problemas de adaptação são aqueles cujas mães não costumavam molhar suas cabeças na hora do banho, e as crianças que se mostram as mais difíceis são filhas de pais separados. Um fato indiscutível é que quanto mais tarde se inicia o aprendizado, maiores dificuldades.

Fontanelli (1986 p.36) diz que, a respeito dos sustos, engasgos etc..., são bastante raros, pois a atenção com o bebê durante a aula é constante, e o professor deve transmitir a ele a certeza de que estará sempre por perto, pois um descuido pode ser fatal, como por exemplo, se houver uma inversão respiratória e ele aspirar água.

Quanto as interrupções das aulas, se a mãe traz a criança um mês, falta outro, depois volta, pode criar trauma na criança e até uma interrupção no processo de defesa orgânica.

A autonomia na água começa a ser caracterizada pela habilidade de saltar da borda da piscina e de alcançá-la de novo sem nenhum auxílio, pessoal ou material. Este nível atingido pelas crianças entre seus doze meses, se não surgirem demasiados acontecimentos contrários (bloqueio afetivo, abstração etc...). Muito rapidamente este nível é seguido da possibilidade de percorrer seis a doze metros dentro da água.

2.6 ASPECTOS SÓCIO-AFETIVOS

Fontanelli (1986 p.18), diz que o bebê tem dentro de si o registro de todas as vivências seja antes do parto, seja durante o processo de nascer, e é cada vez mais usual ouvirmos falar de pesquisas sobre a vida intra-uterina, o trauma do desligamento através do parto e as transformações bruscas que todo o ser humano enfrenta nos primeiros momentos de vida extra-uterina. Fruto desses conhecimentos, e da observação da vida dos bebês,

está surgindo uma preocupação, cada vez maior, de criarmos uma situação harmoniosa entre o bebê e o mundo que o recebe, para que a vivência frustradora e ameaçadora da perda do corpo da mãe seja compensada e substituída, ajudando o recém-nascido a rapidamente sentir-se de novo protegido, aquecido e alimentado.

Colocamos entre a busca de respostas mais amorosas e respeitadoras ao novo ser humano as seguintes abordagens:

a) O parto aquático e o banho aquecido logo após o nascimento, ou seja, o bebê sairá de um mundo aquático e seria recebido num ambiente semelhante, havendo uma transformação gradual do meio líquido para o sólido.

b) A amamentação logo após o nascimento, ou seja, o bebê imediatamente após o desligamento da mãe encontrará uma outra forma de recuperar sua ligação, através do contato, boca-seio, de ser protegida através do contato íntimo de pele, e de reconhecer os batimentos cardíacos da mãe, que ouvia incessantemente dentro do útero.

c) Finalmente, a natação para bebês que inicia, através de sua metodologia, a recuperação do primitivo sentimento oceânico e da vivência aquática intra-uterina; desenvolvendo as sensações tão prazerosas de estar harmoniosamente contido e protegido dentro do meio líquido, satisfazendo todas as necessidades de alimento e calor.

d) Reconhecimento e recuperações dessas sensações harmoniosas são propícias através do carinho e aconchego com que o bebê é introduzido na água aquecida, com movimentos suaves e seguros, sempre próximos a pele da mãe, e tendo esta sempre o papel de matriz, de continente, para que qualquer ansiedade ou tensão do bebê seja recebida e, com sua ajuda, ultrapassada. Dentro desse universo tão conhecido do bebê, a amamentação é incluída como um processo intrínseco ao estar

aconchegado e em paz com o "mundo-mãe" e portanto, como "mundo amplo-social".

A amamentação, principalmente dentro do meio líquido, propicia a sensação de recuperação do universo intra-uterino; da forma mais ampla que poderíamos pensar, e sendo esse o modelo mais primitivo que os seres humanos tem de perfeição e harmonia absoluta, propiciando ao bebê e as mães uma vivência extremamente pacificadora e relaxante.

Esses aspectos que descrevemos é para enfatizar o processo de separação e perda, as experiências gratificantes que os bebês e as mães tem de enfrentar como o nascimento, e a uma das respostas para que tudo isso ocorra da melhor forma possível é a natação para bebês, que favorece a recuperação e realimentação dessas perdas e encontros de substitutos igualmente apaziguadores e gratificantes, que vão permitir e facilitar o caminhar progressivo pela vida.

Enfatiza-se os benefícios progressivos dessa metodologia ao observarmos que o contato íntimo e afetivo que se estabelece entre a mãe, o bebê e o professor, leva a um alimento estimulante do desenvolvimento psicomotor do bebê e, portanto, a um enriquecimento das relações do bebê com o mundo.

Fontanelli (1984 p.18) continua afirmando que todo desenvolvimento ocorre de forma progressiva se as etapas anteriores estiverem bem fundamentadas Dessa forma, a natação para bebês, ao estimular o contato primitivo do bebê com seu mundo fetal e com a recuperação da segurança materna, acha caminho para novas etapas do desenvolvimento. Pois surge um elemento novo no relacionamento afetivo do bebê, o professor, o qual o estimula afetivamente e motoramente, propiciando e facilitando sua relação com o meio social, motivando-o no amadurecimento afetivo, social e psicomotor.

Para o aspecto psicológico e social, a natação para bebês tem dois momentos complementares:

- * Facilita situações de regressão e padrões primitivos de relacionamento com o mundo.

- * Estimula o movimento de sociabilização progressiva através da aquisição de recursos de desenvolvimento (comunicação e integração com o mundo).

A natação para bebês estimula os instrumentos com os quais o bebê é dotado para se relacionar com o mundo (aspectos neurológicos e psicomotores), e ao mesmo tempo favorece e propicia todo alimento afetivo da relação mãe-filho.

2.7 ASPECTOS DO COMPORTAMENTO AQUÁTICO DO BEBÊ

O ensino da natação vem sendo estudada por alguns pesquisadores, devido a grande adaptação que o bebe tem ao meio líquido.

Segundo Mc.Graw citado por Fontanelli (1986 p.32), o comportamento aquático do recém-nascido tem três fases: Movimentos reflexos de natação, comportamento desorganizado e movimento voluntário ou deliberados.

Os autores e pesquisadores citados anteriormente, observaram que a criança de 02 dias, quando submersa, esboçam movimentos rítmicos de natação. Observou-se 42 crianças de onze dias a dois anos e meio, e fez-se um total de 445 observações. O ápice do reflexo da natação notou-se aos 250 dias. No início os reflexos são desorganizados, e só a partir dos 100 dias começam a se organizar, atingindo o ápice aos 175 dias, decaindo em seguida até os 02 anos e meio, idade limite para a seu desenvolvimento, os movimentos voluntários começam aos 200 dias e atingem a ápice com 300 dias, permanecendo constante durante o prosseguimento da pesquisa.

A conclusão a que se chegou foi a seguinte: se os pais quiserem desenvolver os reflexos naturais em seus filhos através da natação, é preciso que o façam o mais cedo possível, senão esses reflexos desaparecem.

Há evidências que as crianças que tiverem experiências com a natação reflexa, farão uma transmissão mais suave para a natação voluntária.

Há três fases do desenvolvimento aquático do bebê:

- a) Movimento reflexos de natação.
- b) Comportamento desorganizado.
- c) Movimento voluntário ou deliberados.

(curso de técnica desportiva natação 1).

Natação do triciclo → se assemelha a uma pessoa num triciclo, é o modo mais natural de aprender a nadar; pois é a posição que mais se assemelha a posição fetal. Com o trabalho que será desenvolvido, se chega a maturidade na natação, como é o caso da criança de menos de dois anos que aprende a flutuar. E essa maneira de ensinar, através da posição do triciclo, dependerá da capacidade mental, da habilidade física, pois dependendo da posição fetal, a criança nunca chegará a flutuar.

O melhor período para se trabalhar com as crianças é antes do estágio pré-escolar, quanto mais estímulos elas tiverem, maior quociente de assimilação e percepção elas vão alcançar, seja qual for o modo dos estímulos.

A criança precisa ganhar auto-suficiência tanto em terra como na água. Piaget (1975) reforça a teoria do triciclo (nado cachorrinho) e diz que os reflexos infantis são "os tijolos de uma construção para futuros tipos de comportamentos". Se a criança é forçada a ficar na posição horizontal dentro da água, o ensino não terá sucesso, pois não se sentirão reflexos e confortáveis na

água, é preciso voltar a posição natural, primitiva (isso é usado inclusive com os adultos).

Para crianças e bebês que tem dificuldades para virar a cabeça para o lado, a posição do triciclo pode ajuda-lo a aprender a respirar mais cedo e melhorar, muito eficientemente quando aplicada a pessoas com deficiência física. Esse tipo posição natural conquista a confiança da criança.

2.8 TERMO-REGULAÇÃO

Segundo Fontanelli (1986 p.28), a função do termo-regulação é manter a temperatura interna o mais constante possível, uma variação de mais de dois graus já tem grande influência sobre a capacidade física e psíquica. Assim sendo, a atividade esportiva sob a variação aguda pode produzir acidentes devido a adaptação insuficiente do corpo.

O primeiro sistema de regulagem da temperatura é a corrente sangüínea que traz sangue que tem no interior do organismo à flor da pele, distribuindo-o conforme a necessidade. O hipotálamo funciona como um termostato que acelera ou diminui a velocidade da corrente sangüínea para produzir calor ou conservá-lo.

Na água a temperatura dicipasse numa velocidade 250 vezes mais rápida. O corpo perde de duas a três vezes mais calor, apesar de todas as medidas reguladoras. Ao contrário do frio, o calor aumenta o rendimento físico com menor sobrecarga do sistema cardio-circulatário e do equilíbrio hidroelétrico.

O bebê não se movimenta suficientemente e seu mecanismo de regulagem ainda é precário, aconselha-se o uso da água em torno de 34°C. Ele também tem maior superfície externa que o adulto, comparando com seu volume perde calorias com maior rapidez, quando menor o organismo, menos células possui que

possam produzir calor e quanto maior a superfície externa, maior também a perda de calor.

2.9 ADAPTAÇÃO AO MEIO LÍQUIDO

Segundo Nascimento (1984 p.89), a adaptação é um processo de conhecimento e de aceitações de valores, onde a resultado se manifesta pela satisfação em praticá-lo. Condição esta demonstrada através de sinais de expressão, principalmente os ligados a área emocional.

Quando analisarmos a adaptação em criança, devemos observar vários, aspectos interligados, fatores que compõem uma adaptação global, fatores tais como: professor, mãe; coleirinhas, fatores físicos, espaço físico no qual está inserido, piscina, temperatura da água e estado emocional.

A adaptação do bebê de seis meses a dois anos estará mais ligada aos fatores emocionais e afetivos. Pois nessa fase a criança já tem o seu próprio corpo, mas as emoções pertencem a mãe, por isso, a importância da participação da mãe nesse processo.

Quando uma criança é colocada na piscina pela primeira vez, fica levemente excitada, batendo suas perninhas, sentindo a diferença de temperatura em relação a água do banho; por isso, é bom diminuir a temperatura do banho do bebê quando colocado em aulas de natação.

Segundo Damasceno (1994 p.58), a taxa metabólica basal do bebê é cerca de duas vezes maior que a do adulto em relação o seu peso corporal. Por esta razão, deve-se considerar o paralelismo pertinente entre a adaptação ao meio líquido e as condições do esforço durante a atividade na piscina para que a criança não venha a sofrer alterações dramáticas em suas respostas fisiológicas.

Segundo Nascimento (1984 p.19), no processo inicial da aprendizagem até dois anos de idade, vamos procurar ter um relacionamento com a criança, criando sempre artifícios para despertar seu interesse. Pois sabemos que a maior parte de nossa estrutura emocional é formada até aos primeiros dois anos de vida, proporcionando as mais variadas experiências com objetos e situações que despertem sua necessidade de explorar, objetos, cores, formas, texturas e tamanhos.

A criança nessa faixa etária não possui coordenação motora suficiente para realizar os exercícios de estilo da natação, porém ele irá adquirir maior resistência física, além de aumentar sua capacidade respiratória e toda sua motricidade será estimulada.

Para Damasceno (1994 p.35) é preciso muita segurança ao lidar com bebês, pois ao primeiro sinal de insegurança reage com medo. Não se deve mantê-la na água contra a sua vontade. Ao primeiro sinal de desconforto é preciso tirá-la da água, sem hesitar.

Klemm (1982 p.52) diz que, é preciso agir com paciência e progredir passo a passo a fim de garantir o êxito na aquisição da confiança necessária para a perfeita integração na água.

A adaptação deve ser progressiva, respeitando as condições de aprendizagem, ambiente e grau de maturidade.

2.10 MEDO

Segundo Damasceno (1994 p.06) a criança nasce com a capacidade de "saber fazer", ela nasce com o potencial para "aprender fazer". Do mesmo modo a criança não nasce com medo.

O medo é adquirido no transcorrer do seu desenvolvimento, durante duas diversificadas formas e relações com o meio ambiente, e em alguns casos na natação, diretamente

relacionados com a dependência que o bebê estabelece com seus pais, como sugere Navarro e Tarrago (1980) citado por Damasceno (1994).

Damasceno afirma, que esta total e exagerada dependência do bebê, principalmente no que diz respeito a figura materna, faz com que se inicie na criança a medo a todas as coisas que desconhece.

Na criança o medo comumente ou lhe é transmitido por alguns adultos ou adquiridos por algumas experiências negativas (trauma). As experiências a que se faz alusão são todas relacionadas ao meio líquido, o que inclui no caso, situações do próprio banho em casa.

Por outro lado, o chamado medo simples ou momentâneo é na verdade alterações de fundo tônico-emocional; devendo ser entendidas como um estado de ansiedade, caracterizado por Faw citado por Damasceno (1994 p.23) como ansiedade de estranheza. Neste caso, o objeto estanho ao bebê é a água.

Piaget (1982) diz que, a primeira infância se caracteriza principalmente pela curiosidade, pelo desejo de explorar o mundo, pela necessidade de movimentar-se, pelo egocentrismo e pelo concretismo exagerado ou seja, a criança vê o mundo como uma entidade tangível onde tudo lhe é possível.

Portanto, o estranho, o desconhecido é diferente do medo, uma (nova) experiência muito interessante. Por outra lado as excessivas preocupações e cuidados que os pais tem quando seu filho está em contato com a água ou perto dela; originam no subconsciente do bebê uma predisposição negativa à água.

Navarro e Tarrogo citado por Damasceno (1994 p.49) acentuam que, "a criança medrosa não é nada mais que a consequência da insegurança que lhe oferecem seus pais.

Damasceno ainda denota que, a maioria das vezes para não dizer todas, os bebês em suas primeiras aulas apresentam choro que tendem a sumir na decorrer do processo de aprendizagem.

Faw citado por Damasceno (1994 p.26) destaca como importante algumas características de interação com o ambiente que são diferentes de bebês para bebês:

a) Nível de atividade → alguns bebês são mais ativos que outros.

b) Regularidade → alguns bebês são mais regulares do que outros em seus padrões de sono, alimentação e eliminação de resíduos.

c) Responsabilidade a nova estimulação → alguns bebês se afastam ou ignoram novas fontes de estimulação ao passo que outros respondem rapidamente a elas e se adaptam.

d) Atenção, persistência e susceptibilidade a distração → algumas crianças se distraem facilmente em suas atividades, tem curtas amplitudes de atenção e em geral não persistem em uma atividade depois que ela foi iniciada. Em contraste, outras são difíceis de distraírem-se uma vez que tenham estabelecido um determinado padrão de comportamento, nele persistem.

e) Irritabilidade → alguns bebês tem mais probabilidades de chorar e de se irritarem do que outros.

f) Aconchego → alguns bebês são mais receptivos ao serem seguros mais de perto e aconchegados do que outros. É interessante notar que os que gostam de aconchego desenvolvem vínculos mais fortes com os professores, e conseqüentemente desenvolvem bem mais rápido as habilidades motoras e perceptivas.

g) Qualidade de animo → alguns bebês são mais amigáveis, agradáveis e alegres do que outros.

Segundo Nascimento (1984 p.73) a partir dos 03 anos a criança passa por maior reflexão, com isso, aumentando seu sentimento de solidão, necessitando estar em relação com o mundo.

Na piscina, este sentimento de medo vem demonstrar mais insegurança em vencer "os desafios que apresentam", e esses desafios em forma de medo, consideramos:

a) Medo simples → é o medo momentâneo criado por insegurança objetiva, como por exemplo, entrar na água pela primeira vez e não se equilibrar, este medo é facilmente superado se deixarmos a criança acostumar-se lentamente com a piscina até esquecer e se sentir a vontade.

b) Medo transferido → é um medo mais profundo, é aquele que passamos aos nossos filhos e não gostamos de adquirir: a mãe que não sabe nadar e sente muita insegurança em deixar seu filho na beira da piscina, ela vai incutindo na mente da criança que a piscina é um lugar perigoso. Como parte do processo para vencer o medo a mãe pode, inicialmente, aceitar isso e falar ao filho da sua dificuldade. Na aula, devemos conversar com a criança e, fazer com que vivencie situações que demonstrem o contrário.

c) Trauma → é o medo mais castrador da água e pode ser causado por uma experiência negativa de aprendizado ou por uma experiência negativa de aprendizado ou por acidente de afogamento, etc...

No trauma existe uma lesão psicológica que bloqueia a vontade da criança de entrar em contato com a água e para superá-lo, devemos agir como no caso do medo transferido, tentando fazer com que experiências seguras possam apagar a experiência passada, que vem a tona quando a criança revive a situação. É um processo bem mais demorado, porém devemos observar que sua importância é muito significativa para o desenvolvimento da criança nas etapas futuras.

d) Ansiedade ou angústia → é um sentimento de divisão interna da vontade da criança. Se um pai, para um filho aprender a nadar, promete a ele um brinquedo, a criança que não entende as etapas do aprendizado, virá a escola com a esperança de sair nadando rapidamente. Como isso dificilmente acontecerá, pois ela aprenderá a nadar por etapas, será criado um sentimento de perda do brinquedo, gerando uma ansiedade. Tal fato poderá ser resolvido com o esclarecimento para o pai, do processo do aprendizado. A recompensa da criança será diária e simples para ela.

Devemos sempre respeitar o medo da criança sob qualquer forma que ele se apresente.

A partir dos 04 anos o amor pelos pais atinge um ápice sem repressão e a criança sente muito a separação deles, em situações particulares que a deixam sozinha. Ela tenta, com suas novidades, atrair a atenção dos pais que se encontram isolados. Surge um estado de angústia que a faz voltar a se sentir como uma criança mais dependente, sem a necessidade de enfrentar sua própria imaginação que agora aparece com muito força e controle total.

O ambiente livre da piscina, quando a criança passa por um período difícil, transforma-se em seu problema de vida de forma menor e mais simplificada, como uma “maquete”, e sua atitude pode denunciar para nós, que mantemos contato com ela, o problema que tentaremos solucionar junto com os pais. Nossa atitude deverá ser bem passiva, demonstrando que não somos “os bruxos” (fantasia infantil), apenas queremos ter certeza da sua confiança para que possa renovar sua segurança e continuar a crescer.

2.11 MOTIVAÇÃO

Segundo Mazzei e Teixeira (1990 p.44) "a motivação é a causa que afeta o início, manutenção e intensidade do comportamento" A relação entre motivação e aprendizagem é bem compreendida como sendo de reciprocidade.

Damasceno (1994 p.07) coloca que, a criança de 0 a 06 anos tem um alto nível de fantasia, e o brinquedo é básico para suas relações.

Fantasia muito sobre super-heróis, super-stars (grande capacidade de imaginação e incorporação de personagens).

Deve-se trabalhar o espírito de grupo, trocas e situações do seu cotidiano.

A motivação principal, nessa faixa-etária, é oportunizar aspectos ligados a identificação familiar, porque é uma identificação que trás a eles um ar de auto-proteção.

Os meninos gostam de fantasias de coragem e força, já as meninas são motivadas pela fantasia do belo e da bondade.

Todos os exercícios nessa idade devem iniciar com brincadeiras, encaixando-se nos objetivos pré-estabelecidos.

O reconhecimento da mãe pelas realizações da criança, em sua forma afetiva, é de grande estímulo quando ela deixa a piscina.

Cada atividade deve ser considerada dentro das suas limitações para que o trabalho não perca os reais objetivos.

A maior motivação é dada por parte dos professores, dar elogios, fazer comentários, mudar a rotina da aula, transferir à criança segurança e afetividade. Esses caminhos levam tanto a criança (aluno) como o professor a atingirem os objetivos propostos.

2.12 QUANDO E COMO COMEÇAR

Andries (1957 p.202) afirma que a natação é um dos recursos ambientais que muito pode ajudar no desenvolvimento de uma criança. Pois ela possibilita uma vasta estimulação, que facilitará o aperfeiçoamento dos órgãos dos sentidos, da coordenação motora e linguagem.

Para Damasceno (1994 p.47) quanto antes se iniciar a natação para a criança melhor é, pois as mesmas possuem reflexos que podem ser utilizados na natação e que desaparecem gradativamente até os doze meses de idade.

Mas há muitas polêmicas e discussões sobre a melhor idade para se iniciar a aprendizagem na natação.

Navarro e Tarrago citado por Damasceno (1994 p.48) sugerem que somente deve-se iniciar as experiências aquáticas em piscinas para bebês a partir da segunda semana de vida, quando o umbigo já está perfeitamente cicatrizado.

Rebellato e Conceição citado por Damasceno (1994 p.61) por sua vez, consideram que o mais conveniente e adequado seria a partir do terceiro mês, justificando esta posição em um consenso de dados observacionais da clínica pediátrica e naqueles relativos ao desenvolvimento motor.

Estes mesmos autores enumeram algumas vantagens de começar a natação no terceiro mês: A primeira delas é o fato de que a partir deste período o bebê começa a possuir um razoável grau de sustentação do corpo, decorrente da eliminação de certos reflexos primários como a tônico-cervical assimétrico e o tônico-labiríntico, iniciado a partir da extinção deles, o processo de desenvolvimento da sua imagem corporal. A segunda, que no terceiro mês o bebê já é capaz de, na posição sentada, sustentar com firmeza a cabeça na linha média do corpo (simetria corporal). Embora a sustentação da posição hiperestendida do

pescoço pelo bebê no terceiro mês seja ainda precária, o equilíbrio presente é suficiente para permitir fixar o olhar em objetos, observar as mãos a sua frente e olhar aspectos do ambiente a sua volta.

Bresges (1980 p.18) acredita que a natação para lactentes (bebê), abrange os primeiros 18 meses de vida, mas como a natação propriamente dita deve ser iniciada somente em torno dos 04 a 05 anos. A natação para bebês abrange todo esse período até os 05 anos. A criança nessa idade (04 a 05 anos) já possui um desenvolvimento motor suficiente para se iniciar os exercícios, de forma global, dos estilos existente.

A partir dos 03 anos é conveniente que as aulas sejam individuais, podendo ser formados até pequenos grupos.

Miller (1992 p.22) diz que, é conveniente, antes de começar as aulas de natação, levar a criança a um pediatra para assegurar seu estado geral (ouvidos, coração, pulmão e sistema circulatório). Não há idade certa para se começar a exercitar o bebê dentro da água.

Klaus (1977 p.29) diz que as aulas devem ser iniciadas aos 2 meses, sob forma de condicionamento bem adaptado.

2.13 A NATAÇÃO COMO AGENTE EDUCATIVO

Segundo Cirigliano citado por Damasceno (1994 p.26) cita a natação como "agente educativo" para a primeira infância, devido o seu papel formativo e totalizador, deverá propiciar e permitir:

- A aquisição de sentimento de "confiança básica", eixo da personalidade e matriz da confiança social.
- A seleção e graduação dos estímulos sensório-motores para obtenção de respostas adaptativas mais adequadas e hierarquicamente úteis para a transferência de aprendizagem.

- A adequação dos estímulos perceptivo-motores no preciso momento evolutivo, tornando irreprodutíveis se oferecido mais tarde com as mesmas características naturais e nas mesmas condições.
- A utilização da base reflexa antes de sua extinção, para a construção de sistemas funcionais econômicos através de respostas sistemáticas de aprendizagem.
- A exercitação das destrezas motoras respeitando as qualidades naturais do "rendimento infantil", curiosamente de acordo com os fundamentos científicos do treino intervalado (interval-training) isto é, esforços breves e intensos, progressivos, alternados com períodos de repouso (descanso ativo).
- O conhecimento do domínio progressivo do corpo é que facilita a formação de uma imagem corporal integrada e rica através da sensório percepção.
- A possibilidade de fornecer a criança "modelos de ação" satisfatórios, numa etapa evolutiva em que a observação atua com, privilegiado agente de aprendizagem.
- A formação "de base" (constructos) da inteligência, a partir das oportunidades oferecidas em quantidade e qualidade adequadas, através da exitabilidade da vontade própria de realizar experiências.
- A utilização de elementos rítmicos para garantir as noções de tensão, força e relaxamento, relacionando-os com as noções de espaço e tempo de causa e efeito, com recursos didático-afetivos.
- A comunicação entre a criança e o professor (adulto) através do gesto e da ação, canais onto e filogeneticamente mais antigos, como medida prévia para uma comunicação simbólica e integrada em seus três níveis de expressão: pré-verbal, para-verbal e verbal.
- A instauração de um vínculo pedagógico personalizado e cooperativo, aberta a mutuabilidade família-escola de natação, a fim de formar um arquétipo educativo-social prospectivamente válido.
- Estimular a capacidade da criança para enfrentar o risco e tolerar o fracasso, como elementos comuns a toda aprendizagem. Bem como sua disponibilidade em conviver com o medo, como um sentimento não envergonhante do erro, e sim como um fato previsível, corrigível e estimulador do progresso.

3.0 CONCLUSÃO

Ao finalizar esta revisão bibliográfica ficam claros e indiscutíveis os benefícios que a natação proporciona para o crescimento e desenvolvimento de crianças de 0-6 anos.

Segundo Damasceno (sprint n 05 1986 p.233) os principais benefícios da natação infantil são:

- Promover condições fisiológicas, educativas e recreativas desde o seu nascimento, favorecendo a seu crescimento e desenvolvimento integral.
- Proporcionar os instrumentos básicos que estimulam os processos de maturação e de aprendizagem nos aspectos cognitivo, afetivo, psicomotor da criança de tal maneira que favoreçam seu crescimento e desenvolvimento.
- Orientar o espírito de curiosidade e observação da criança para iniciá-la na compreensão e interpretação do mundo que a rodeia.

Segundo Barbosa (1985 p.08), a natação infantil pode trazer os seguintes benefícios:

- Para o desenvolvimento da personalidade social, do cognitivo, do aspecto motor e afetivo.
- Relação enriquecida entre pais e crianças.
- Libera a agressividade.
- Melhoras no sono, na alimentação e postura.
- Fortalece o tônus muscular.
- Aumenta a capacidade cárdio-respiratória.

Muitos são os benefícios que essa prática pode proporcionar as crianças, desde a estimulação motora, cognitiva, afetiva, social, educacional, terapêutica, compensatória, e reabilitadora. Isto sem negar que o contato com a água é muito prazeroso, refletindo a criança a um habitat do qual veio, e que nele descobre e são descobertas as suas capacidades e limitações.

A participação dos pais no aprendizado da natação para as crianças é de total importância e deve ser inteligente e motivador. O progresso da criança é gradativo e limitado as suas possibilidades. O professor de Educação Física domina a técnica

de natação e a psicologia de aprendizado. Os pais devem procurar não adotar atitudes autoritárias exigindo progresso ou opinando sobre os métodos a serem utilizados pelo professor.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANDRIES, Orival J. Natação para Bebê. Sprint, ano VI, n.4, p.202, jul/ago, 1987.
- BILIBIO, Everli Benefícios da natação infantil. Trabalho acadêmico, 1995.
- BRESGES, Lothar. Natação para o Meu Nenen. Apresentação Lisolott Dien, Tradução de Maria Lenk. Rio de Janeiro, Ao Livro Técnico, 1980.
- DAMASCENO, Leonardo G. A Natação para Crianças de 2 a 4 anos. Sprint, ano V, n.5, p.232, set/out. 1986.
- DAMASCENO, Leonardo G. Natação, Psicomotricidade e Desenvolvimento. Sprint, ano XI, n.62, set/out. 1992.
- DAMASCENO, Leonardo G. Natação Para Bebês: Dos Conceitos Fundamentais à Prática Sistemática. Rio de Janeiro. Ed. Sprint, 1994.
- FONTANELI, Marília. FONTANELI, José. Natação Para Bebês. São Paulo. 2ª Edição. Ed. Ground, 1986.
- GESEL, Arnold. A Criança de 0 a 05 anos. Tradução Cardiqo de Reis. São Paulo, Martins Fontes, 1985.
- KLAUS, Daniel. Problemas Didáticos e Metodológicos da Natação. Revista Brasileira de Educação Física e Desporto, Ano IX, n.03, Jan/Mar. 1977.

- KLEMM, Franz. Ensino de Natação Para Principiantes. São Paulo, Ed. Tecnoprint, 1982.
- MAZZEI, Julio. TEIXEIRA, Mauro. O Jogo Como Motivação na Aprendizagem em Natação. Revista Sprint, ano IX, n.51, nov/dez. 1990.
- MILLER, Lisa. Compreendendo Seu Bebe. Rio de Janeiro, Ed. Imago; Série Mini Imago, 1982.
- NASCIMENTO, Rodrigo. Nosso Esporte Arte. Belo Horizonte, Ed. Centro Gráfico Ltda., 1984.
- PAPPAIA, Diane E. O Mundo da Criança: Infância e Adolescência. São Paulo, Mc.Graw-Hill do Brasil, 1981.
- PIAGET, J. A. A Psicologia do Desenvolvimento. São Paulo, Ed. Pioneira, 1975.
- REID, Susan. Compreendendo Seu Filho de 02 Anos. Tradução Claudia Gerpe Duarte. Rio de Janeiro, Ed. Imago, Série Mini Imago, 1992.
- STEINER, Delarah. Compreendendo Seu Filho de 01 ano. Tradução Maria Cecilia Pereira Reis. Rio de Janeiro, Ed. Imago, 1992.
- TANI, Go et Alli. Educação Física Escolar. São Paulo, EPU. 1988.

VALESCO, Cacildo Gonçalves. Natação Segundo a Psicomotricidade. Rio de Janeiro, Ed. Sprint. 1994.

WILKE, Kurt, Natação Para Principiantes. São Paulo, Ed. Casa do Livro, 1982.