

OS BENEFÍCIOS DAS ATIVIDADES LÚDICAS NO MEIO LÍQUIDO PARA O DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR DE CRIANÇAS DE 6 MESES A 3 ANOS.

GUIDOTTI, Fernanda Elisa Faria¹

ALVES JUNIOR, Luiz Carlos²

RESUMO: Desde o nascimento o bebê tem seus reflexos e comportamentos no meio líquido por lembrar sua existência durante a gestação; a partir do 6º ao 8º mês, começa a deixar de ter comportamentos involuntários para ter comportamentos voluntários. A partir dessa fase, a criança se desenvolve na natação conforme sua maturidade e capacidade, assim acelerando o processo de desenvolvimento motor. Este estudo teve como objetivo identificar na literatura a importância do desenvolvimento psicomotor no meio líquido através das atividades aquáticas lúdicas. Foi realizada uma revisão narrativa de literatura na base de busca Google Acadêmico, com artigos publicados nos anos de 2001 a 2017 da língua portuguesa, dos quais estivessem diretamente relacionados com o objetivo deste trabalho. No decorrer do estudo foi visto que a natação vai além de uma simples atividade física, pois ela proporciona às crianças desenvolvimento dos aspectos motor, afetivo e cognitivo. As atividades aquáticas para bebês tem sido uma das práticas que mais vem crescendo e sendo procurada pelos inúmeros benefícios que contribui para a saúde como: melhora na coordenação motora, proporcionando noções de espaço e tempo, prepara a criança psicológica e neurologicamente para o auto salvamento, aumenta o condicionamento cardiorrespiratório, estimula o apetite e tranquiliza o sono, além de proporcionar a potencialização do desenvolvimento motor.

Palavras-chave: Desenvolvimento psicomotor, crianças, atividades lúdicas, meio líquido

1 INTRODUÇÃO

A natação é um dos exercícios mais praticado no mundo, dando início desde o ventre materno, com isso a relação das crianças com o meio líquido se dá de maneira mais fácil. O meio líquido incentiva a participação e as novas experiências, porque ao brincar com a água a criança encontra prazer buscando a variação de movimentos por iniciativa própria, tornando possíveis suas noções corporais (OLIVEIRA et al., 2013).

Segundo o mesmo autor a água é o maior brinquedo existente na terra, sendo assim a criança aprende brincando, e de forma lúdica e clara .

¹Graduada em Licenciatura em Educação Física pela Universidade Regional de Avaré - 18700-902 - Avaré - SP - E-mail - fernanda@uniravare.edu.br

²Orientador Professor Titular da FIRA-Faculdades Integradas Regionais de Avaré - 18700-902 - Avaré - SP - E-mail - luizcarlos@uniravare.edu.br - Licenciado e Bacharelado em Educação Física pela FIRA - Avaré

Segundo SILVA (2009) Acredita que o meio aquático possa criar oportunidades para a criança explorar o ambiente, assim adquirindo novas habilidades e desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social.

Embasado neste contexto, levantou-se a seguinte indagação: Qual a importância da prática da natação para o desenvolvimento psicomotor no crescimento da criança?

Segundo estudos a procura pelas atividades aquáticas vem crescendo abundantemente pelos seus inúmeros benefícios que contribui para a saúde como: melhora na coordenação motora, proporcionando noções de espaço e tempo, prepara a criança psicológica e neurologicamente para o auto salvamento, aumenta o condicionamento cardiorrespiratório, estimula o apetite e tranquiliza o sono, além de proporcionar a potencialização do desenvolvimento motor. Este estudo teve como objetivo identificar na literatura a importância do desenvolvimento psicomotor no meio líquido através das atividades aquáticas lúdicas.

A atividade no meio líquido para os bebês é uma das maneiras de aceleração do desenvolvimento psicomotor nessa fase de crescimento, contribuindo dentro e fora da piscina, buscando através da natação um carinho entre professor e aluno, tornando um aprendizado mais agradável e facilitando o interesse nas aulas. Assim sem que eles percebam, automaticamente estarão desenvolvendo suas capacidades motoras através das aulas divertidas incluindo brincadeiras lúdicas.

A fundamentação teórica deste artigo estrutura-se da seguinte maneira: no primeiro capítulo será apresentado a importância da natação para bebês em seguida abordaremos os objetivos psicomotores. Posteriormente iremos relacionar os objetivos sócio- afetivos. O segundo capítulo abordará a estimulação aquática, dando-se uma forma de estimular as primeiras sensações e proporcionando momentos de prazer com jogos e brincadeiras, sendo que nessa fase a criança deve praticar a natação de forma lúdica e divertida.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 A IMPORTÂNCIA DA NATAÇÃO PARA BEBÊS

A natação é um dos exercícios mais praticado no mundo, dando início desde o ventre materno, com isso a relação das crianças com o meio líquido se dá de maneira mais fácil. O meio líquido incentiva a participação e as novas experiências, porque ao brincar com a água a criança encontra prazer buscando a variação de

movimentos por iniciativa própria, tornando possíveis suas noções corporais (OLIVEIRA et al., 2013).

Segundo o mesmo autor a natação vem abrindo espaço nas áreas de recreação e lazer, reabilitação e competição. As atividades aquáticas e têm sido muito procurada não só nos clubes, mas em outras instituições e agentes sociais, percorrendo todas as faixas etárias, desde os bebês aos adultos e idosos.

Ensinar o bebê a gostar da água deverá ser o objetivo principal de todos os programas de natação para bebês. Sendo assim, as aulas deverão permitir ao bebê uma liberdade no meio líquido, através da sua adaptação desde muito cedo (CARVALHO 2016).

A importância da natação não é apenas para o desenvolvimento físico da criança, mas também para a formação de personalidade e inteligência. Crianças que praticam desde bebês a um programa de adaptação ao meio líquido têm um rendimento mais satisfatório em seu processo de alfabetização (PEREIRA e ALMEIDA 2017).

A natação assim como qualquer outra atividade física, apresenta algumas contra-indicações, como alergias, gripes e inflamações. Quanto às maiores contra-indicações, elas geralmente estão relacionadas à alergia ao cloro. Essas alergias podem ser dermatológicas ou ligadas ao aparelho respiratório, como rinite que é a reação inflamatória da membrana mucosa nasal, e que se manifesta por edema, aumenta de secreção mucosa, etc., e que é devida a reação alérgica a antígeno específico, no caso do cloro. Há algumas divergências entre os pediatras, uns aconselham que se insista com a natação, a fim de provocar uma reação do organismo, e outros, sugerem que o bebê seja afastado das aulas (SANTOS 2011).

2.1.1 Objetivos didáticos

A água é o maior brinquedo existente na terra, sendo assim a criança aprende brincando, e de forma lúdica e clara (OLIVEIRA et al., 2013).

O uso de grandes equipamentos aquático, que garantem a eficácia sobre o interesse e a motivação das crianças para a exploração ao meio líquido. Consideram também importante o uso de equipamentos específicos (instrumentos de flutuação, de ajuda ao deslocamento na água, brinquedos que distraiam e motivem os bebês, etc.), que devem ter cores e tamanhos atrativos e serem adequados em termos de segurança para os bebês (CARVALHO 2016).

Nas aulas de natação, têm surgido propostas motivadoras de ensinar a natação, incluindo músicas durante as aulas, onde a criança pode expressar-se e participar espontaneamente das atividades dentro d'água, de maneira criativa, contribuindo para um nadar consciente, podendo mais tarde, optar ou não por esportes aquáticos de competição (CAVALCANTI 2016).

2.1.2 Objetivos Psicomotores

Desenvolvimento motor é a interação entre as características biológicas individuais (crescimento e maturação) com o meio ambiente ao qual a pessoa é exposta durante a vida toda, podendo ser muito os benefícios do desenvolvimento motor independente da faixa etária, sendo um processo que dura a vida toda (SILVA et al.,2016).

Durante a infância surgem fatos que afetam a psicomotricidade da criança (separações, perdas de entes, nascimento de um irmão, etc.). Este desequilíbrio surge muitas vezes através de uma instabilidade corporal, pois esta é, na primeira infância, a principal forma de comunicação da criança com o mundo. Neste momento os pais, tem um papel muito importante na recuperação do equilíbrio e superação dessas dificuldades. . Fatores externos influenciam o desenvolvimento psicomotor da criança e os pais devem estar sempre atentos a isso, proporcionando aos seus filhos um ambiente que favoreça um desenvolvimento saudável. Em alguns casos é necessário que se faça um acompanhamento profissional, em outros, uma dose de atenção, carinho e acompanhamento são suficientes (ROSA e CONRADO 2012).

2.1.3 Objetivo Sócio- afetivos

Pais que colocam seus filhos em aulas de natação muitas das vezes buscam por orientações médicas e pelo motivo para que seus filhos aprendam a nadar, mas na verdade muitos ou uma boa parte dos pais não sabem de todos os benéficos da natação e que a criança deve também receber um acúmulo de experiências através das suas vivências, e contribui para sua melhor educação integral e é um excelente elemento para iniciar a criança na aprendizagem organizada. Tendo influencia no aspecto físico, psicológico, social (CARVALHO e COELHO 2011)

A presença da mãe/pai/alguém que lhe é familiar, na água conjuntamente com a criança, garante uma segurança física e afetiva, além de serem importantes

como auxiliares do seu desempenho na água. Sendo de grande importância o acompanhamento entre pais e filhos como forma de promover novas experiências (SANTOS 2001).

2.2 ESTIMULAÇÃO AQUÁTICA PARA BEBÊS

Os professores de natação primeiramente deverão ensinar os pais antes mesmo dos bebês. Ensinam-lhes, fundamentalmente, a estimular as habilidades motoras aquáticas básicas que estão de acordo com o nível de adaptação e desenvolvimento dos seus filhos e a forma como devem pegar nos bebês para que eles realizem as mesmas habilidades (SARMENTO 2001).

A sequência metodológica a respeitar deve iniciar-se com a adaptação do bebê ao local da aula. Se alguns bebês parecem já nascer adaptados ao meio aquático e reagem positivamente a ambientes novos, outros rejeitam violentamente a ideia de entrar e permanecer num local que lhes parece tão agressivo. Se a continuidade dos primeiros na natação para bebês não levanta qualquer problema, o mesmo não acontece com os segundos. O primeiro impulso dos pais é adiar as visitas à piscina para quando os filhos forem mais crescidos. O papel do professor, nestas situações, é determinante. Deve explicar aos pais que muitos bebês têm primeiras reações muito negativas, mas que se modificam ao fim de muito pouco tempo de frequência da piscina. Um bebê que chora também não precisa cumprir um tempo total de aula de 30 a 40 minutos. Nas primeiras aulas os bebês poderão permanecer na água por períodos de tempo muito pequenos (5 a 10 min), os quais vão sendo alargados em função das novas respostas de aceitabilidade do meio. É fundamental alertar os pais para que tentem relacionar o choro do bebê com algo que está no ambiente e que o perturba. Por exemplo, muitos bebês reagem mal às vulgares toucas de natação, que alteram o aspecto habitual da face (SOARES e BARBOSA 2002, p. 03).

A entrada na água deve se feita de uma forma delicada e cuidadosa, dependendo da idade da criança e do adulto que a acompanha, antes da primeira aula de natação os pais devem acostumar seu filho à água enquanto toma banho na banheira. Na primeira aula o pai ou a mãe deve conceder ao bebê tempo para que este se habitue ao novo local, à nova situação e a uma nova rotina, interagindo mostrando-lhe a água, os brinquedos e os locais de passagem. Considerando que

os pais devem praticar uma entrada segura na piscina para que ambos se sintam felizes e à vontade na entrada e saída da água (CARVALHO 2016).

2.3 ATIVIDADES LÚDICAS NO MEIO LÍQUIDO

As aulas de natação que utilizam materiais criativos acabam aumentando a sensação de segurança da criança, o aluno fatiga-se menos, logo, a densidade motora ou a duração da aula poderá ser superior, o ensino é mais atrativo para o aluno, os alunos aprendem a realizar um maior número de habilidades num menor período de tempo. A utilização dos materiais auxiliares enriquece o desenvolvimento físico e perceptivo-motor das crianças. Depois, também permite diversificar as vivências e as experiências no meio aquático, permitindo adquirir importantes habilidades motoras e experiências no meio aquático. Todavia, revelam-se bastante cépticos no que concerne à escolha de materiais mais convencionais, como as placas ou os pull-buoys, estes materiais, interferem com os objetivos pedagógicos. O uso de materiais recreativos, como os arcos, as bolas, os tapetes flutuantes ou os escorregas, entre outros (BARBOSA 2004).

A cultura lúdica é antes de tudo um grupo de procedimentos que proporcionam tornar o jogo possível. Jogo este que não se determina regras concretas, mas a regras vagas, de estruturas gerais, imprecisas que possibilita aos sujeitos do processo organizar jogos de imitação ou de ficção (CHICON e SÁ, 2013).

3 METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão narrativa de literatura na base de busca Google Acadêmico utilizando as palavras-chave: Desenvolvimento psicomotor, criança, atividades lúdicas, meio líquido. Como critério de inclusão para a busca dos artigos foram selecionados materiais publicados em periódicos nacionais que respeitassem o período de publicação de 2001 a 2017, bem como artigos publicados na língua portuguesa, dos quais estivessem diretamente relacionados com o objetivo deste trabalho. Foram excluídos os artigos que estivessem fora do período escolhido, em outros idiomas e que não se relacionassem o tema da pesquisa (RICHARDSON 2007).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Todo trabalho realizado no meio líquido é necessário um sistema de adaptação, constatando que a natação é fundamental e de extrema importância na disciplina e no desenvolvimento das habilidades psicomotoras, fundamentada em brincadeiras lúdicas que levam ao incentivo da criança proporcionando uma aula mais divertida e agradável.

Através da revisão de literatura foi possível constatar que a metodologia adotada pelo professor pode ter seus resultados positivos, pois as aulas lúdicas contribuem para um maior interesse de participação e atenção dos alunos, contribuindo com a saúde tais como: melhora na coordenação motora, proporcionando noções de espaço e tempo, preparando a criança psicologicamente e neurologicamente para o auto salvamento, aumentando o condicionamento cardiorrespiratório, estimulando o apetite e tranquilizando o sono, além de proporcionar a potencialização do desenvolvimento motor.

A prática dessa atividade deve ser orientada numa perspectiva educativa, em função do prazer que a água proporciona a criança, onde se deve unir o útil ao agradável, fazendo com que as aulas sejam muito estimulantes, para assim, proporcionar um aprendizado divertido. Sendo que para se fazer uma perfeita adaptação, sem traumas e experiências negativas, é necessário uma disponibilidade total do professor, pois a aprendizagem nessa idade, tem como objetivo principal, fazer com que a criança sinta prazer e alegria no desenvolvimento das aulas. Os objetivos lúdicos trabalhados nas aulas de natação para bebês tem contribuído no desenvolvimento da coordenação motora dos alunos, através das atividades aquáticas também contribuindo com o aumento do desenvolvimento da criança.

A posição diante do tema é que a prática da natação infantil desenvolve os movimentos psicomotores, neuromotores, e sua habilidade motora fortalecerá a musculatura, colaborará com a lateralidade, equilíbrio, orientação espacial e coordenação motora ampla liberando sua capacidade de movimentar-se e de criar, explorando seu corpo e o espaço à sua volta.

Através deste estudo sugere-se uma pesquisa de campo, que possa inserir conteúdos voltados para as aulas de educação física escolar, como jogos e brincadeiras, proporcionando um desenvolvimento nas aulas e comparando as influências da intervenção com a prática da natação nos componentes psicomotores das crianças. E assim fazer a inclusão de aulas lúdicas para proporcionar um melhor aprendizado e interesse tanto na educação física escolar quanto nas aulas de natação infantil.

Os estudos propostos por Carvalho (2016) mostrou que ensinar o bebê a gostar da água deverá ser o objetivo principal de todos os programas de natação para bebês. Sendo assim, as aulas deverão permitir ao bebê uma liberdade no meio líquido, através da sua adaptação desde muito cedo. Sendo assim é um autor de grande importância para o trabalho, pois apresentou estudos sobre a liberdade do bebê ao meio líquido e sua evolução.

5 REFERÊNCIAS

BARBOSA, T. Ensino da Natação - **Vantagens e desvantagens da utilização dos materiais auxiliares na adaptação ao meio aquático**. Conferência apresentada no 27º Congresso Técnico-Científico da Associação Portuguesa de Técnicos de Natação. Lisboa, P. 01, 2004.

CARVALHO, Ana; COELHO, Diana. **Natação para crianças: o que motiva os pais a escolherem esta modalidade esportiva para seus filhos**. 2011. P. 2 e 3, 2011.

CARVALHO Filipa Alexandra de Bessa Pacheco Leite de, **Importância da natação para bebês: dificuldades e estratégias** Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro p.7, 22, 39, 2016.

CAVALCANTI Isabella Braga da Silva, **A Cantiga como instrumento facilitador no processo de ensino aprendizagem de crianças de 3 a 6 anos em aulas de natação infantil**. Universidade Federal do Rio Grande do Norte Centro de Ciências da Saúde – CCS Departamento de Educação Física – DEF Curso de Educação Física – Licenciatura, p. 23, 2016.

CHICON José Francisco, SÁ Maria das Graças Carvalho Silva de, FONTES Alayne Silva, **Atividades lúdicas no meio aquático: possibilidades para a inclusão** revista movimento, Porto Alegre, v. 19, n. 02, p. 103-122, abr/jun de 2013. P. 105, 2013.

OLIVEIRA Larice Raváglio de, ROCHA Cláudia Christina, MENDES JUNIOR Fernando Afonso, MENEZES Aline Oliveira. **Importância da natação para o desenvolvimento da criança e seus benefícios** Faculdade Sudamérica p. 112, 114, 117, 2013.

PEREIRA D. A., ALMEIDA Angélica Leal de **Processos de adaptação de crianças com transtornos do espectro autista à natação: um estudo comparativo** Revista Educação Especial em Debate | v. 2 | n. 04 p. 88, 2017.

ROSA, Leonardo Alkmim da, CONRADO Stéfano Oliveira, **O Trabalho Sócio e Psicomotor na Natação em Crianças entre 5 E 10 anos**. Universidade do Vale do Paraíba Faculdade de Educação e Artes Curso de Educação Física p. 08, 2012.

SANTOS, Sandra Sofia Martins Castro dos, **Adaptação ao meio aquático** Universidade do Porto Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, p.119, 2001.

SANTOS, Técia Teixeira Mesquita, **Importância do processo de ensino e aprendizagem da natação para os bebês de zero a dois anos**. P. 19, 20, 2011.

SARMENTO, P. **A experiência motora no meio aquático**. P. 3, 2001.

SILVA J. O., MARTINS Júlia Caetano ,MORAIS Rosane Luzia de Souza , GOMES Wellington Fabiano, **Influência da estimulação aquática no desenvolvimento de crianças de 0 a 18 meses**, Fisioterapia e Pesquisa, São Paulo, v.16, n.4, p.2, 2009.

SILVA Luana Priscila da, Leticia Regina Dias, Mabile Taize B. F. Caetano, Anderson Martelli1, Renata Camargo Frezzato, Lucas Rissette Delbim
Desenvolvimento motor em crianças praticantes e não praticantes de atividades lúdicas aquáticas, Faculdade Mogiana do Estado de São Paulo;2. Universidade Estadual de Campinas, p.17, 2016.

SOARES Susana e BARBOSA Tiago, **Natação para bebês**. A necessidade de uma ação conscientemente dirigida Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto p. 03, 2002.