

IMPORTÂNCIA DA NATAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA E SEUS BENEFÍCIOS.

Larice Ravágia de Oliveira
Cláudia Christina Mendes Rocha
Fernando Afonso Mendes Junior
Aline Oliveira Menezes
Faculdade Sudamérica

RESUMO

É reconhecido que a natação é um dos desportos mais praticados no mundo desde tempos remotos, sendo um dos mais completos e que mais desenvolve capacidades físicas e movimenta todo o corpo de forma harmônica oferecendo também uma série de benefícios. Há vários motivos que levam à prática da natação, de maneira geral os praticantes buscam não só a aprendizagem dos nados como também a melhoria de qualidade de vida. Academias, clubes e áreas de lazer que oferecem esta prática, possuem um público amplo e variado, alcançando desde bebês a idosos. O objetivo deste trabalho foi analisar os benefícios advindos com a prática regular da natação por crianças. Foi analisada a melhoria no desenvolvimento motor e sua influencia no desenvolvimento dos aspectos, psicológico, social e fisiológico. Pôde-se constatar que prática da natação traz vários benefícios como: contribui de forma significativa para a aprendizagem organizada, melhoria da coordenação motora geral, desenvolvimento físico, eleva a auto estima, diminui o stress, melhora a relação interpessoal. Os pais/responsáveis buscam a natação para que as crianças aumentem seu círculo de amizades, para a prevenção de doenças e melhoria da saúde.

Palavras-chaves: Natação, benefícios, crianças.

INTRODUÇÃO

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

A natação é um dos desportos mais praticado no mundo, sendo realizada desde o ventre da mãe, por isso a relação das crianças com a água, meio líquido se dá de maneira mais fácil, diferenciando-se dos demais desportos. O meio líquido estimula 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, possibilitando a interação com o meio que vive. (SOUZA, 2004).

A água é o maior brinquedo existente na terra, então a água faz com que a criança aprenda brincando, e de forma lúdica e clara (VELASCO, 1994).

A natação é a múltipla relação, pura e simples, com a água e o próprio corpo. Vários autores afirmam que a natação é o esporte mais completo, que desenvolvem capacidades físicas como flexibilidade, força, resistência (SENRA, 2005 apud DIECKERT, 1993).

Movimenta todos os músculos e articulações do corpo, e proporciona benefícios físicos, orgânicos, sociais, terapêuticos e recreativos. Como os exercícios respiratórios, traz diversos benefícios, pois aumenta o débito cardíaco em relação ao nível basal; aumenta o fluxo sanguíneo através dos músculos ativos, eleva-se a pressão arterial e venosa; assim estimula-se o metabolismo geral do organismo. Ocorre um aumento imediato da frequência respiratória ao se iniciar um exercício, com estimulação do metabolismo geral do corpo.

Outros benefícios da natação podem ser mencionados: aprimoramento da coordenação motora e das noções de espaço e tempo, preparo psicológico e neurológico, melhoria da qualidade do sono, do apetite e da memória (CANOSSA et al, 2007).

Há vários motivos que levam à prática da natação. As academias e clubes que dispõem deste esporte estão cheias e com um público amplo e variado como bebês, crianças, jovens, adultos, idosos, não há distinção. É reconhecido como o esporte completo e, quando bem praticada, traz uma série de benefícios para o corpo humano.

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

Os pais que colocam seus filhos nas aulas de natação buscam muitas vezes por orientação médica e outros simplesmente para que seus filhos aprendam a nadar, mas na verdade muitos ou uma boa parte não sabem de todos esses benefícios 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 influência no aspecto físico, psicológico, social (CARVALHO E COELHO, 2011).

As atividades psicomotoras na água para crianças constitui um dos principais objetivos para que consiga um desenvolvimento em busca da saúde e equilíbrio e desenvolver o gosto por atividades lúdicas que tragam prazer, dentro de suas capacidades psicomotoras fazendo com que continue praticando. (SENRA, 2005).

Então os benefícios são inúmeros, fazendo com que qualquer pessoa possa praticar independente da idade, fazendo muito bem para crianças, que desde que geradas, tem facilidade ao convívio com o meio líquido.

Esse trabalho busca analisar os benefícios que a natação pode trazer para as crianças que praticam regularmente, analisando sua vivência motora, a importância e quais as influências que exercem sobre o aspecto físico, psicológico e social.

METODOLOGIA

1.1 Tipo de pesquisa

A pesquisa foi feita pelo método quântico-qualitativo

As pesquisas quantitativa e qualitativa representam o método obtido para checar as causas do problema.

De acordo com Gunther(2006):

“são características da pesquisa qualitativa sua grande flexibilidade e adaptabilidade. Ao invés de utilizar instrumentos e procedimentos padronizados, a pesquisa qualitativa considera cada problema objeto de uma pesquisa específica para a qual são necessários instrumentos e

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

procedimentos específicos. Tal postura requer, portanto, maior cuidado na descrição de todos os passos da pesquisa: a) delineamento, b) “coleta de dados, c) transcrição e d) preparação dos mesmos para sua análise específica.”.

“Para organizar as diferenças e similaridades entre a pesquisa qualitativa e a pesquisa quantitativa, consideramos: a) características da pesquisa qualitativa; b) postura do pesquisador; c) estratégias de coleta de dados; d) estudo de caso; e) papel do sujeito e f) aplicabilidade e uso dos resultados da pesquisa”.

As pesquisas qualitativas são identificadas como investigação, onde utiliza diferentes técnicas que visam descrever e decodificar significados e objetiva em traduzir e expressar fenômenos do mundo, reduzindo a distância entre identificador e identificado, entre teoria e dados e contexto e ação (NEVES, 1996 apud MAANEN, 1979).

As pesquisas quantitativas procuram seguir um plano previamente estabelecido, essa pesquisa é constituída por exame de matérias que podem ser reexaminados para interpretação nova ou complementar (NEVES, 1996).

Então as pesquisas quâli-quânti não se excluem, pode-se distinguir o enfoque qualitativo e quantitativo, mas não tem relação ou oposição, podendo estar juntas nas pesquisas.

1.2 Local de realização da pesquisa

O local de realização da pesquisa foi no Clube COLINAS, onde acontece os Projetos da ONG EVOLUIR no município de Itamarati de Minas e a revisão de literatura foi feita através dos bancos de dados de pesquisa da internet como Portal periódicos Capes que “é uma das maiores bibliotecas virtuais do mundo, reunindo conteúdos científicos de alto nível disponível à comunidade acadêmico-científica brasileira” e Scielo que “é uma biblioteca eletrônica que abrange uma coleção selecionada de periódicos científicos brasileiros”.

1.3 Amostra

A pesquisa foi feita com crianças participantes de um dos Projetos da ONG EVOLUIR.

1.4 Tipo de amostragem

A pesquisa foi feita com crianças de ambos os sexos e de idade de 6 a 12 anos, sendo essa idade escolhida pelo motivo de ser a idade das crianças do projeto.

1.5 Variáveis de estudo

A variável de estudo é de natureza qualitativa, sendo os tipos nominais e ordinais. Foi realizada uma pesquisa de campo utilizando-se observação que é uma fonte subsidiária de dados, onde o observador irá chegar a um resultado preciso dos fatos analisados, busca premeditada, ou seja, marcada via atenção simples direcionada aos participantes, de forma a responder os objetivos do trabalho e um questionário que será respondido pelos pais dos alunos, por serem crianças de 6 a 12 anos e por esse motivo pode não ser válido.

1.6 Material e equipamento

Para realização desta pesquisa foram utilizados computador, acesso à internet, papel, caneta, recursos financeiros, para impressão, e xerox.

1.7 Técnicas e métodos

A pesquisa foi realizada através de pesquisa em bancos de dados: Portal periódico Capes que “é uma das maiores bibliotecas virtuais do mundo, reunindo conteúdos científicos de alto nível disponível à comunidade acadêmico-científica brasileira” e Scielo “é uma biblioteca eletrônica que abrange uma coleção

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

selecionada de periódicos científicos brasileiros” e também foi usado o método qualitativo e quantitativo, utilizando pesquisa de campo que incluíram: termo de concordância, consentimento livre e esclarecido e aplicação do questionário, onde os pais dos participantes do projeto responderam a um questionário proposto. O questionário utilizado foi adaptado e teve 8 questões sendo 2 dissertativas e 6 de múltipla escolha, onde após a pesquisa foi realizada uma análise dos dados obtidos, através de gráficos e tabelas para representar os resultados obtidos e que se chegue ao objetivo da pesquisa. Por questões éticas, os entrevistados aceitaram participar da pesquisa após conhecerem os objetivos da mesma e assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Ainda por questões éticas, o responsável da ONG EVOLUIR aceitou que a pesquisa fosse realizada com as crianças do projeto através dos objetivos do estudo e assinando assim a Solicitação de Autorização para Pesquisa Acadêmico-Científica.

1.8 Critérios de inclusão e exclusão

A população do estudo foi composta por 55 crianças, e como critério de inclusão estabeleceu-se: a) Participar do projeto de natação da ONG EVOLUIR; b) Consentimento dos pais e responsáveis; c) Frequência nas aulas; d) Assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; e) Disponibilidade no dia de aplicação dos questionários.

1.9 NATAÇÃO

1.10

De acordo com o Dicionário do Aurélio a palavra natação significa “ação de nadar, considerada como um exercício, um esporte” e o significado de nadar é manter-se e avançar sobre a água, seja pelos movimentos dos membros, flutuar, boiar; estar num líquido qualquer concordando com REAL ACADEMIA ESPANHOLA

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

que traz também o significado de natação como ação e efeito de nadar, prática e esporte que consiste em nadar.

Segundo Saavera, et al (2003) natação é:

"a habilidade que permite ao ser humano deslocar-se num meio líquido, normalmente a água, graças às forças propulsivas que gera com os movimentos dos membros superiores, inferiores e corpo, que lhe permitem vencer as resistências que se opõem ao avanço".

Natação é uma atividade fascinante e aparentemente complicada para quem não a domina, porém muito simples para os que nela promovem as suas praxes. Nadar significa deslocar-se equilibradamente no meio aquático. Dizer que uma pessoa não sabe nadar quando ela consegue flutuar e locomover-se sem os pés no chão, está errado(GOMES, 1995).

Segundo Rodrigues et al(2007) Natação é importante como exercício de desenvolvimento do corpo, como meio de defesa como por exemplo não afogar-se, respeitando às experiências significativas individuais dos mesmos pode ser um excepcional mecanismo de promoção de saúde. A prática esportiva deve ser pautada por preceitos éticos e sociais.

Para Canossa, et al(2007) trata-se de uma área extraordinariamente rica, onde as possibilidades de desenvolvimento de competências motoras são imensas. Na natação, a aprendizagem deve estar fundamentada em objetivos gerais e específicos que considerem as habilidades motoras específicas necessárias à execução de determinado movimento de acordo com o nível de desenvolvimento maturacional e repertório motor do indivíduo (MACHADO,2006)

Fernandes & Costa (2006) ressalta que o ensino da natação tem se caracterizado pela sistematização de rotinas das chamadas "sequências pedagógicas" compostas por conteúdos pré-determinados para o aprendizado técnico dos quatro estilos da natação competitiva.

De acordo com Canossa et al(2007):

"A natação, nas suas vertentes de ensino, recreação e lazer, reabilitação e competição, parece estar a registar uma crescente adesão praticantes. As atividades aquáticas têm sido largamente difundidas, não só nos clubes, como noutras instituições e agentes sociais, percorrendo todas as faixas etárias, desde os bebés aos adultos e idosos."

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

A natação, através dos tempos, vem evoluindo de maneira satisfatória de acordo com as exigências da sociedade e do próprio ser humano (TAHARA,2007).

1.11

1.12 NATAÇÃO INFANTIL

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

Segundo Zuleti & Sousa(2002):

“A criança bem encaminhada desde os primeiros passos nos facilitará o trabalho e constituirá o elemento mais elevado de aptidão psicomotora, necessários para as grandes performances. A natação age como um pré-estímulo motor, pois, antes mesmo de a criança tentar deslocar-se fora da água, já o consegue dentro da água, porque ela fica muito leve, conseguindo, assim, executar movimentos que muitas vezes não consegue fora da água. A criança realiza os movimentos de acordo com sua idade e seu nível de desenvolvimento.”

“Respeitando-se o desenvolvimento da criança pode-se fazer com que ela tenha uma longa vida útil na natação, ou seja, atinja a idade adulta nadando, e que se torne um multiplicador dos futuros nadadores, das novas gerações.”

Existe relação entre o lazer e à participação humana nas práticas físicas inseridas em meio líquido, como no caso das atividades aquáticas representadas pela natação, onde há uma constantemente procura dos pais por essas atividades, as quais podem ser relevantes para o processo de desenvolvimento físico e psicológico das crianças e alguns pais têm essa conscientização sobre a importância da natação para seus filhos por isso, aderem aos programas que incentivam tal prática como forma de concorrer para o pleno desenvolvimento de suas crianças. Convém ressaltar que, nesse contato criança-piscina, há a necessidade de a criança integrar-se com o meio em que se encontra, a fim de

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

evitar possíveis problemas com as propriedades e particularidades da água, como o afogamento(TAHARA,2007).

Segundo Tahara et al(2006) o meio líquido, é um espaço educativo, onde o papel do professor nesse processo é muito importante, porque deve acontecer de forma gradual e evolutiva, não pilando etapas e sem atropelar as expectativas da criança. Assim, cria-se um espaço pedagógico e inclusivo, no sentido de facilitar aos alunos a vivência de experiências perceptivas e sensíveis, bem como um ensino-aprendizagem cada vez mais recorrentes.

De acordo com Rodrigues et al (2007):

“A natação infantil não se detém somente ao fato de que a criança aprenda a nadar, mas sim, que contribua para ativar o processo evolutivo psicomorfológico da criança, auxiliando o desenvolvimento de sua psicomotricidade. Sem via de dúvida, a natação infantil é o primeiro e mais eficaz instrumento de aplicação da Educação Física no ser humano, assim como excelente elemento para iniciar a criança na aprendizagem organizada. Similarmente, é possível afirmar na ótica de Valdevez (2006), ao desenvolvimento psicomotor e sua decisiva participação na construção do esquema corporal e no seu papel integrador do processo de maturação. Dessa forma, o fim que persegue em um método de natação não deve ser unicamente levar o aluno a converter-se em um bom nadador. O aluno deve também receber um acumular de experiências que, através das suas vivências lhe enriqueçam e contribuam à sua melhor personalidade.”

Ainda de acordo com Rodrigues et al (2007) a prática da natação escolar não contribui apenas para a melhoria da saúde física e mental, mas também para a socialização infantil, melhorando a integração entre os alunos, os professores e a família.

1.13

1.14 BENEFICOS DA NATAÇÃO PARA A CRIANÇA

De acordo com Gama et al(2009):

“Analisando de modo particular a natação, observam-se adaptações pronunciadas no aparelho locomotor e sistema respiratório. Os membros superiores, que desempenham função de equilíbrio no meio terrestre, passam a desenvolver a propulsão no meio líquido. Já os membros inferiores atuam na propulsão no solo e no meio líquido servem para o equilíbrio. Todo o sistema vestibular se adapta à posição horizontal ao invés da posição vertical. Com relação à respiração o nadador tem que dominar a respiração

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

bucal e a expiração ativa, diferentemente do meio terrestre, onde a respiração é nasal e a expiração é passiva”.

A importância da natação não é apenas para o desenvolvimento físico da criança, mas também para a formação de personalidade e inteligência, é algo que não se pode negar. Crianças que aderem a um programa de adaptação ao meio líquido em idade pré-escolar têm um rendimento mais satisfatório em seu processo de alfabetização (MOREIRA, 2009).

Ainda segundo Moreira (2009), há vários benefícios através da prática da natação como: A aquisição do sentimento de confiança, eixo da personalidade e matriz da socialização, respostas adaptativas mais adequadas e hierarquicamente úteis para a transferência da aprendizagem, a adequação aos estímulos perceptivo motores no preciso momento evolutivo, a utilização da base reflexa antes de sua extinção, para a construção de sistemas funcionais econômicos através de propostas sistemáticas de aprendizagem, o conhecimento e domínio progressivo do corpo, que facilitam a formação de uma imagem corporal integrada e rica através da sensório – percepção, a formação de base da inteligência, a partir das oportunidades oferecidas, em quantidade e qualidade adequadas, de exercitar sua vontade em realizar experiências, a comunicação entre a criança e o professor (adulto) através do gesto e da ação, filogeneticamente mais antigos, como medida prévia para uma comunicação simbólica e integrada, a instauração de um vínculo pedagógico personalizado e cooperativo, aberto a mutualidade família - escola de natação, a fim de formar um arquétipo educativo social prospectivamente válido.

Segundo Arriba(2002):

“As atividades aquáticas proporcionam à criança: o prazer de mover-se e brincar dentro da água; uma autonomia no meio aquático; a possibilidade de experimentar movimentos diferentes; uma melhoria do desenvolvimento físico e uma forma diferente de relacionar-se e cooperar.”

A natação é um tipo de atividade física que vem sendo muito utilizada também como manutenção do condicionamento físico (SILVA, 2012).

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

Há inúmeros benefícios que a natação proporciona, no que diz respeito aos aspectos físico, há mais facilidade em realizar os movimentos porque não há impacto nas articulações e tendões, estimulando toda musculatura, com benefícios no sistema respiratório e cardiovascular, recuperando e prevenindo doenças, nos aspectos psicológicos há uma elevação da auto estima, diminuindo o stress, disposição para demais atividades, no aspecto social melhora a relação interpessoal e aumento dos círculos de amizade, compartilhando experiências e ideias (TAHARA et al, 2006).

A natação é uma atividade motora que contribui de várias formas para o desenvolvimento e evolução da criança e seus praticantes. Há um fortalecimento da musculatura, colabora para a aprendizagem da lateralidade, equilíbrio, orientação espacial e coordenação motora. A diversidade de movimentos na água, faz com que as crianças explorem seu corpo e o espaço a sua volta. Aumenta a capacidade cardiovascular, aumenta o apetite devido o gasto calórico, além de proporcionar um sono mais tranquilo. Favorece o equilíbrio emocional, favorece a socialização, favorece a autoestima, favorece a prevenção de doenças respiratórias, e oferece descontração e ludicidade através das orientações e descontrações dinâmicas do professor (SILVA, 2012 apud AZEVEDO et al, 2008).

ANÁLISE DOS DADOS

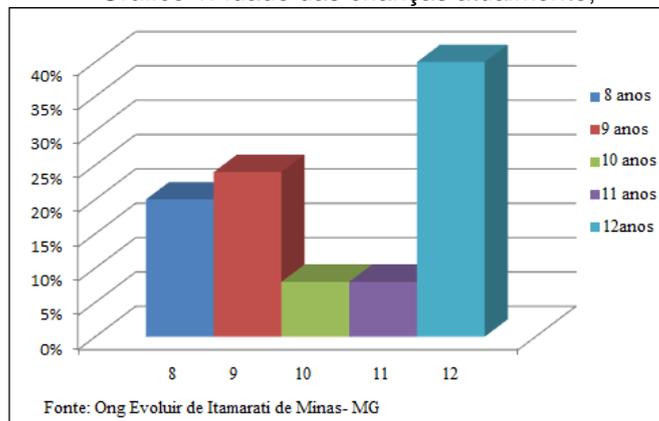
Este estudo objetiva investigar e analisar os benefícios que a natação pode trazer para as crianças que praticam regularmente, analisando a vivência motora, e a importância da natação para elas e quais as influências da natação nos aspectos físico, psicológico, social.

Para isto, utilizou-se um questionário adaptado composto por oito questões, sendo duas dissertativas e seis de múltipla escolha. A amostra foi composta por 25 crianças na faixa etária de 06 a 12 anos, conforme gráfico 1, sendo predominante crianças com 12 anos de idade.

@RGUMENTANDUM

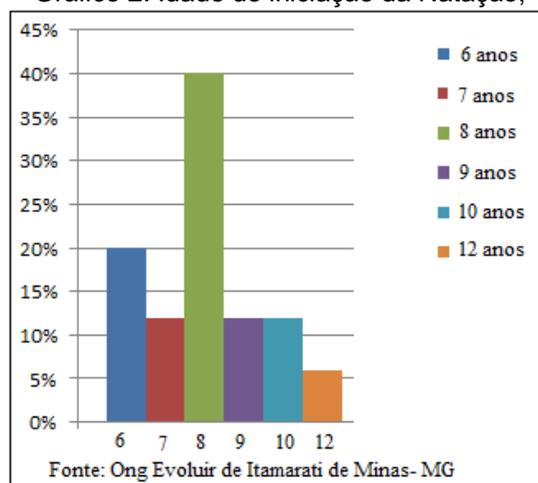
REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

Gráfico 1: Idade das crianças atualmente;



Através do gráfico é possível inferir que a maioria da amostra começaram a praticar a natação com 8 anos (40%). As elaborações das categorias desta questão foram de acordo com o Estatuto da Criança e Adolescente (1990), que considera “criança a pessoa com idade inferior ou até doze anos.”

Gráfico 2: Idade de iniciação da Natação;

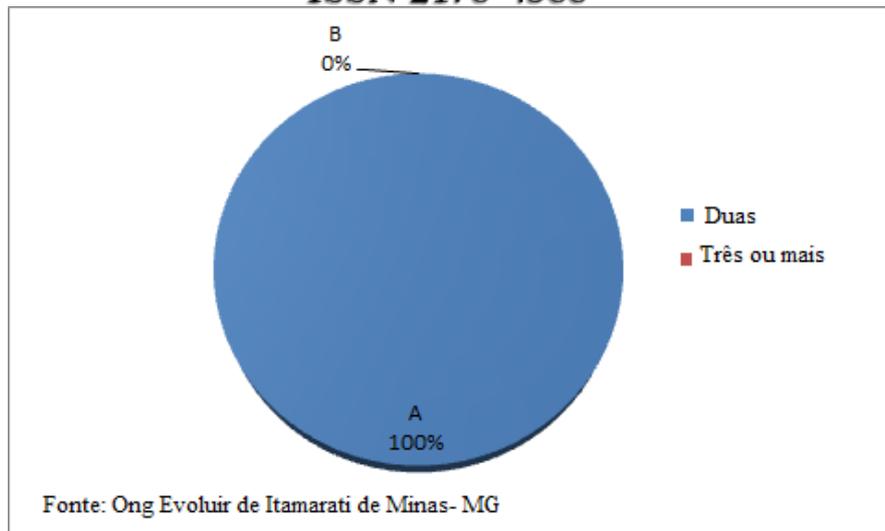


Através do gráfico abaixo é possível mostrar que os pais/responsáveis entrevistados responderam que as crianças frequentam as aulas de natação duas vezes na semana.

Gráfico 3: Frequência nas aulas de natação por semana.

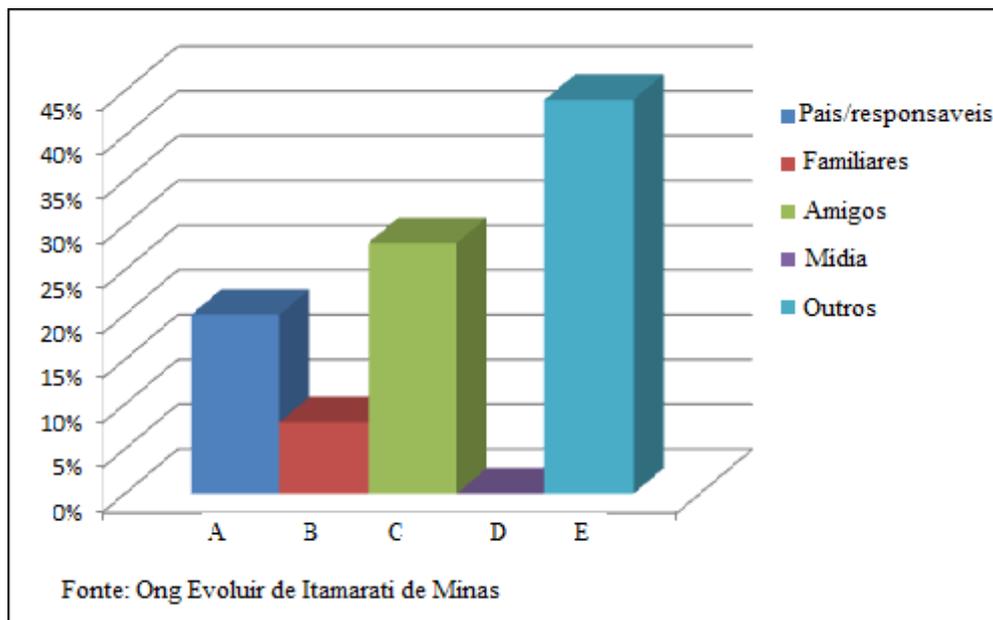
@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388



O gráfico abaixo apresenta que a maior parte da amostra entrevistada conheceram a natação através da ONG EVOLUIR (onde acontece o projeto de natação) sendo 44%.

Gráfico 4: Como a criança conheceu a natação.

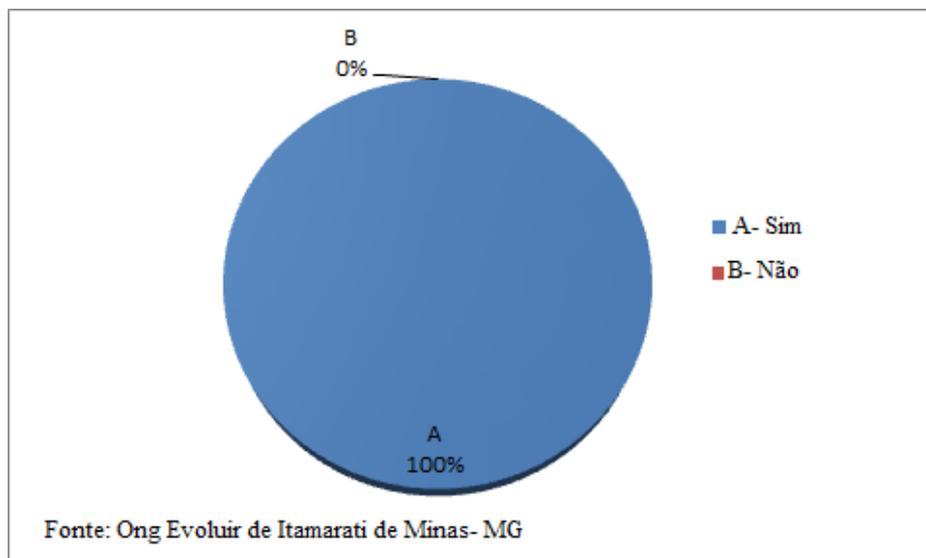


@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

O gráfico mostra que todas as crianças participantes do projeto praticam a natação de forma prazerosa.

Gráfico 5: Prazer em praticar a natação.

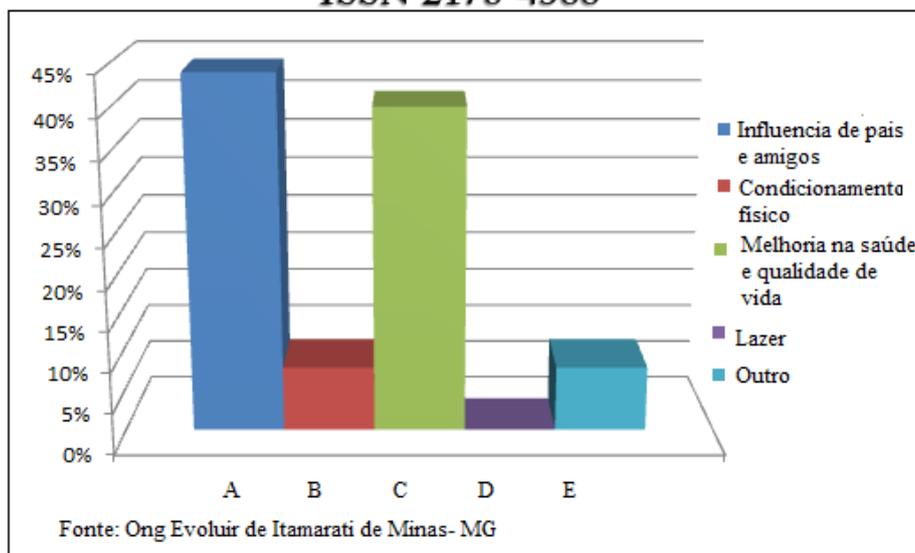


Há vários motivos que levam as crianças a praticarem a natação, mas através da pesquisa, como demonstra no gráfico abaixo a maioria dos entrevistados responderam que foi através da influência dos pais e amigos (44%), mas houve também uma grande parte que respondeu que estavam buscando a melhoria da saúde (40%).

Gráfico 6: Motivo pelo qual a criança pratica natação.

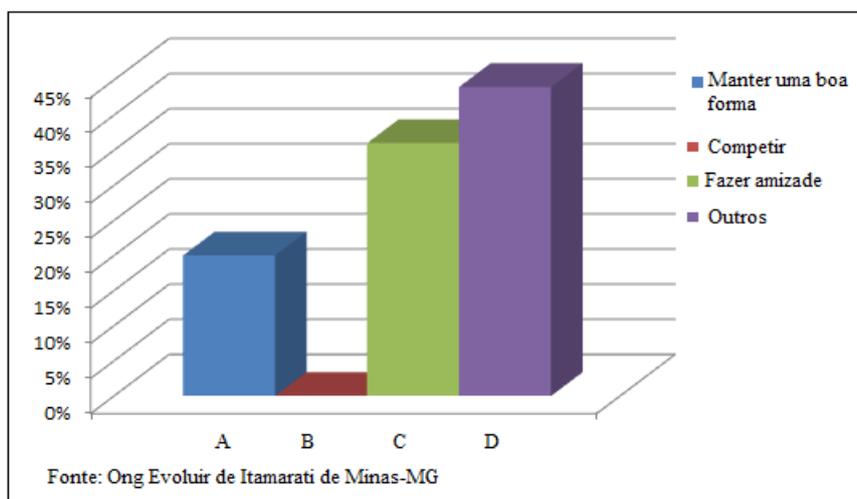
@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388



Através do gráfico é possível inferir que a maioria dos pais/responsáveis, escolheu a opção (44%), e perguntados o que esperavam ao matricular as crianças na natação, responderam que procuravam a melhoria da saúde e para que as crianças praticassem alguma atividade física, e não ficassem sedentárias.

Gráfico 7: O que os responsáveis esperavam ao matricular a criança na natação.



A questão representada no gráfico abaixo mostra que não houve nenhuma resposta negativa quanto aos benefícios da prática da natação pelas crianças,

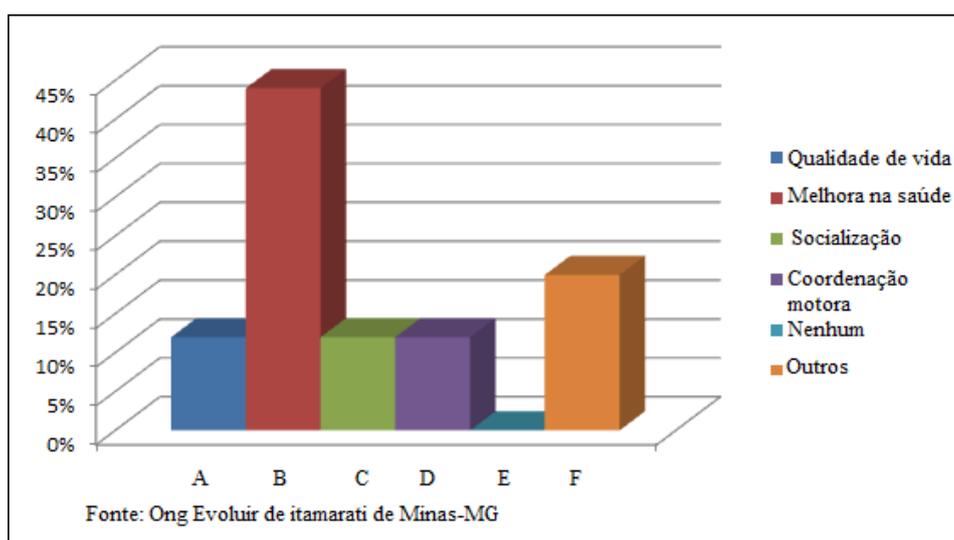
@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

sendo que 44% da amostra respondeu que a natação trouxe uma melhoria na saúde.

Tahara et al, 2006 declara que a natação recupera e previne doenças, eleva a auto estima e dá disposição para demais atividades e no aspecto social melhora a relação interpessoal e aumenta o círculo de amizade.

Gráfico 8: Benefícios da natação para a criança.



CONCLUSÃO

De acordo com o estudo, foi constatado que a prática da natação traz vários benefícios como contribuição para aprendizagem organizada, coordenação motora, desenvolvimento, oferece descontração e ludicidade, e nos aspectos físico, traz mais facilidade para realiza, com benefícios no sistema respiratório e cardiovascular, recuperando e prevenindo doenças; nos aspectos psicológicos eleva a auto estima, diminuindo o stress, disposição para demais atividades, no aspecto social melhora a relação interpessoal e aumento dos círculos de amizade, compartilhando experiências e ideias e os pais/responsáveis buscaram a natação para que as

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

crianças aumentassem seus círculos de amizades, para a prevenção das doenças e aumento da saúde e ajuda na socialização das criança. As crianças participam das aulas de natação de forma prazerosa.

Com base na pesquisa realizada, foi comprovado que os resultados condizem com o que foi mostrado na revisão de literatura, através dos artigos lidos.

Pôde-se verificar que as crianças participam das aulas de natação de forma prazerosa. Isso contribui em muito para uma maior eficácia na aprendizagem dos nados, no relacionamento com os pares e na melhoria da saúde.

De acordo com os resultados obtidos, pôde-se constatar que os resultados condizem com os apresentados na revisão de literatura.

Neste sentido pode-se concluir que é de grande importância a prática da natação para as crianças e que os benefícios advindos com a prática sistemática da mesma são de grande valia para o desenvolvimento integral dos mesmos, contribuindo também para uma melhor qualidade de vida dos pequenos praticantes.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRAFICAS

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

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

FERNANDES, Josiane Regina Pejon; LOBO DA COSTA, Paula Hentschel. Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos. **Revista Brasileira Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 5-14, 2006.

FERREIRA, Aurélio Buarque de Holanda. **Dicionário Aurélio Básico da Língua Portuguesa.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1988.

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

GUNTHER, Hartmut; Pesquisa Qualitativa *Versus* Pesquisa Quantitativa: Esta É a Questão? **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. Mai-Ago 2006, Vol. 22 n. 2, pp. 201-210.

GOMES, Wagner Domingos F.. **Natação**: uma alternativa metodológica. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.

GAMA, Eliane Florencio et al. Influência da natação na percepção corporal. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 17, n. 2, 2009.

JACQUES, Gisele e SILVA, Osnir. Influencia da natação como coadjuvante terapêutico no tratamento de crianças asmáticas. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. 1997.

LIMA, William Urizzi de; BORGES, Gustavo; RASO, Vagner. Idade cronológica de acordo com o nível de aprendizagem em natação. **Revista Brasileira de Ciência e Movimentos**, São Paulo, v. 2, n. 16, p.67-73, 2008.

MACHADO, D.C. **Natação: iniciação ao treinamento**. São Paulo: Editora Pedagógica e Universitária Ltda, 2006.

MOREIRA, Linda. **Os Benefícios da Natação Infantil no Processo de Alfabetização**. Minas Gerais, 2009.

NEVES, José. **Pesquisa Qualitativa**: características, usos e possibilidades. Caderno de Pesquisas em Administração. São Paulo. v. 1, n. 3, 1996.

RIERA, Carme. **Dicionário Real Academia Espanhola**. 1996.

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

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

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

SCHNEIDER, Patricia e MAYER, Flavia. Avaliação antropométrica e da força muscular em nadadores pré-púberes e púberes. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. 2005.

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

SILVA, Diogo. **Relato de experiências de atividade do segmento não-formal**. Trabalho de conclusão de curso de graduação em Educação Física. Universidade Estadual da Paraíba. Campina Grande. 2012.

SOARES, Priscila; JUVÊNCIO, José. Natação enquanto forma de fisioterapia respiratória. **Revista Instrumento**. V.12, n.1. 2010.

SOUZA, Geane. **Benefícios da utilização de materiais para o desenvolvimento psicomotor dentro do ensino da natação em crianças até 6 anos**. Conclusão de Curso de Pós-Graduação “Lato Sensu”. Universidades Candido Mendes. Rio de Janeiro. 2004.

TEIXEIRA, Claudia e OLIVEIRA, Regina. Atividade aquática e psicomotricidade de crianças com paralisia cerebral. **Revista Motriz**. 2007.

TAHARA, Alexander Klein. O elemento lúdico presente em escolas de natação para crianças. **Revista Fafib On Line**, n. 3, 2007.

@RGUMENTANDUM

REVISTA ELETRÔNICA DAS FACULDADES SUDAMÉRICA
ISSN 2178-4388

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

VELASCO, C. G. **Natação segundo a psicomotricidade**. Rio de Janeiro, RJ: Editora Sprint, 1994.

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