

## A Relevância da Natação no desenvolvimento psicomotor em crianças de 3 a 6 anos

### *The relevance of swimming in the psicomotor development in children of 3 the 6 years old*

Hilda Torres Falcão<sup>1</sup>

Christiane Guimarães Pançardes da Silva<sup>2</sup>

Artigo  
Original

Original  
Paper

#### Palavras-chave:

Natação

Criança

Desenvolvimento motor

#### Resumo

O objetivo do atual estudo concede em verificar qual a importância e influência da prática da natação em crianças de 3 a 6 anos em relação ao desenvolvimento psicomotor destas, pois sabe-se que este é o resultado da maturação de certos tecidos nervosos, aumento em tamanho e complexidade do sistema nervoso central, crescimento dos ossos e músculos, portanto, são comportamentos não-aprendidos que surgem espontaneamente, desde que a criança tenha condições adequadas para exercitar-se. O contexto-metodológico será através de revisões bibliográficas baseadas nos pressupostos teóricos de Damasceno (1992); Vitor da Fonseca (2004); Gallahue (2005); Santos (2008).

#### Abstract

*The objective of the current study grants in verifying which the importance and influence of the practical one of swimming in children of 3 the 6 years in relation to the psicomotor development of these, therefore it is known that this is the result of the maturation of certain nervous fabrics, increase in size and complexity of the central nervous system, growth of the bones and muscles, therefore, are behaviors not-learned that appear spontaneously, since that the child have adequate conditions for exercising if. The context-methodological approach will be through literature reviews based on theoretical assumptions of Damasceno (1992), Vitor da Fonseca (2004); Gallahue (2005), Santos (2008).*

#### Key words:

Swimming

Child

Motor development

<sup>1</sup> Mestrado Profissional em Ensino em Ciências da Saúde e do Meio Ambiente – UniFOA.

<sup>2</sup> Especialista em Profissionais da Escola e Práticas Curriculares – UFF

## 1. Introdução

Sabendo-se a necessidade da constituição de uma pesquisa na área da ciência biológica, este estudo procura demonstrar a importância da natação, em crianças de 3 a 6 anos, dentro do comportamento humano, especificamente o desenvolvimento psicomotor compreendendo os aspectos mental ou cognitivo na maioria dos movimentos, que são divididos em três tipos básicos de comportamento: contactar, manipular, mover um objeto; mover ou controlar o corpo ou parte dele no espaço e num tempo de seqüência breve ou longa sob situações previsíveis ou imprevisíveis; e controlar o corpo ou objetos quando em equilíbrio.

Segundo Lapiere e Le Boulch (OLIVEIRA, 2001) “a psicomotricidade deve ser uma formação de base indispensável para toda cada criança, pois oferece uma melhor capacitação a criança para uma maior assimilação das aprendizagens da natação”. Um bom desenvolvimento psicomotor proporciona a criança capacidades básicas para um bom desempenho da natação. LE BOULCH enfatiza a necessidade da “educação psicomotora baseada no movimento, pois leva a criança a tomar consciência do seu corpo da lateralidade, a situar-se no espaço, a dominar seu tempo, a adquirir habilmente coordenação dos seus gestos e movimentos”.

O presente estudo teve como objetivo principal compreender quais os benefícios da natação no desenvolvimento psicomotor das crianças na faixa etária de 3 a 6 anos de idade. Foi utilizado como metodologia revisões bibliográficas baseadas nos pressupostos teóricos de Damasceno (1992); Vitor da Fonseca (2004); Gallahue (2005); Santos (2008).

## 2. Psicomotricidade E Sua Importância

Psicomotricidade é a relação entre o pensamento e a ação, envolvendo a emoção. Como ciência da educação, procura educar o movimento, ao mesmo tempo em que envolve as funções da inteligência. Portanto, o intelecto se constrói a partir do exercício físico, que tem uma importância fundamental no

desenvolvimento não só do corpo, mas também da mente e da emotividade. Sem o suporte psicomotor, o pensamento não poderá ter acesso aos símbolos e à abstração (SANTOS, 2008, p 09).

A estimulação do desenvolvimento psicomotor é fundamental para que haja consciência dos movimentos corporais integrados com a emoção e expressados pelo movimento, o que proporciona ao ser uma consciência de indivíduo integral (SANTOS, 2008).

A intervenção em psicomotricidade, portanto, deve ser normalmente precedida de uma observação psicomotora, com base na aplicação de uma bateria psicomotora (BPM), na qual o reeducador ou terapeuta deve apurar dinamicamente e prospectivamente um perfil psicomotor intra-individual (PPI) ou um inventário das possibilidades, dificuldades psicomotoras nos seguintes fatores: tonicidade, equilíbrio, lateralidade, noção de corpo (somatognosia), estruturação espaço-temporal, praxia global e praxia fina (micromotricidade), que no seu conjunto de fatores e subfatores constituem o sistema psicomotor humano (FONSECA, 2004. p. 13).

Dentro do desenvolvimento psicomotor é necessário ter como base a corporeidade, vivência do corpo na relação com o outro e com o mundo, condição básica para a qualidade de vida do indivíduo.

Para que a criança utilize da natação em seu desenvolvimento psicomotor, é necessário o resultado da maturação de certos tecidos nervosos, aumento do tamanho e complexidade do sistema nervoso central, crescimento dos ossos e dos músculos (SANTOS, 2008).

Um desenvolvimento psicomotor adequado proporciona uma boa organização espaço-temporal, esquema, imagem e conceito corporal estruturados, facilitando a coordenação óculo manual e coordenação motora fina (FONSECA, 2004).

### 3. Características Do Desenvolvimento Na Primeira Infância

Para Santos (2008) a criança com três anos tem a noção de sua identidade (nome, imagem no espelho, fotos); fase de oposição; desenvolvimento considerável da linguagem; início da socialização; disciplina esfinteriana. Até os 03 anos de idade, para que as crianças tenham condições de aprender o ato de nadar, é necessário transformar o medo em segurança.

Assim, aos quatro anos ocorre a fase contraditória e de interesse pelos outros. Com isso aos cinco e seis anos começa a ser trabalhada a cooperação e disciplinas sociais. A criança principalmente em seus primeiros anos de vida, passa por um processo intenso de desenvolvimento e maturação (SANTOS, 2008).

Na primeira infância as características do desenvolvimento físico e motor tais como habilidades perceptivo-motoras estão desenvolvendo-se rápido, mas frequentemente existe confusão na consciência corporal, direcional, temporal e espacial, visto que, começam utilizar movimentos bilaterais, como pular, saltitar, entretanto, apresentam mais dificuldades do que nos movimentos unilaterais.

Neta fase as crianças são mais ativas e energéticas e preferem correr a andar, mas ainda precisam de períodos de descanso. Ocorre o desenvolvimento das habilidades motoras, funções e os processos corporais regulam-se bem, há um estado de homeostasia fisiológica (estabilidade). As estruturas corporais são notáveis em ambos os sexos e ocorre um controle motor refinado, que ainda não está totalmente estabelecido, embora o controle motor rudimentar esteja desenvolvendo-se rapidamente (GALLAHUE, 2005).

Também ocorre o desenvolvimento das características cognitivas como habilidade crescente de expressar pensamentos e idéias verbalmente, imaginação, levando tanto à imitação de ações quanto de símbolos, com pouca preocupação pela precisão ou pela seqüência lógica os eventos, ocorre uma contínua pesquisa e descoberta de novos símbolos que têm, basicamente, referência pessoal, o “com” e o “porque” das ações da criança são aprendidos pelas quase constantes brincadeiras. É a fase

de desenvolvimento do raciocínio pré-operacional, resultando em um período de transição de um comportamento de auto-satisfação para comportamentos socializados fundamentais (TAILLE, 1992).

O desenvolvimento afetivo tem características do como as crianças são egocêntricas e supõe que todas as pessoas raciocinam da mesma maneira que elas estão aprendendo a distinguir o certo do errado e começando a desenvolver suas consciências. Crianças de 2 a 4 anos têm comportamento incomum e irregular, enquanto as de 3 a 5 anos de idade são estáveis e bem-adaptadas, o auto-conceito está rapidamente desenvolvendo-se, apresentam uma orientação sábia, experiências bem-orientadas (SANTOS, 2008).

Na medida em que as crianças tornam-se “aptas”, atividades específicas para melhorar o funcionamento perceptivo-motor, ajustar as experiências motoras aos seus níveis de maturação, incorporar atividades bilaterais e transversais, depois que movimentos unilaterais, tenham sido bem estabelecidos, fazer o encorajamento das crianças a superar a timidez e a introspecção, incentivando-as a tomar parte ativa no programa de educação motora “demonstrando” e “contando” aos outros os que consegue fazer. A realização da correta execução de movimentos fundamentais, sem esforços mecânicos desnecessários, é o objeto básico, em termos dos padrões de desempenho, não utilizando a coordenação em conjunto com a velocidade e com a agilidade. Neste momento, a criança está pronta para um programa motor desenvolvimentista de natação.

### 4. Desenvolvimento Psicomotor Da Criança

Durante o desenvolvimento do esquema corporal, na idade de 3 a 6 anos, ocorre uma etapa do corpo descoberto, assim a criança vai descobrindo seu corpo, começando a estruturar seu esquema corporal (OLIVEIRA, 2001).

O esquema corporal é experiência corporal e se organiza pela experientiação do corpo da criança, relacionam-se às informações proprioceptivas que dão informações sobre a posição do corpo no espaço e sobre as posturas garantindo a regulação os movimen-

tos, estando ligados aos receptores periféricos – músculos e articulações, canais semicirculares que informam as mudanças da posição da cabeça no espaço; interoceptivas (que são aquelas vindas do interior do próprio organismo, ou seja, dão aos sinais dos meios internos do organismo e asseguram a regulação de necessidades elementares expressando a fome, bem e mal estar, bem como estados de tensão, satisfação etc.) e exteroceptivas (que dão os sinais vindos do mundo exterior, criando as bases para nosso comportamento consciente, usando para isso os nossos cinco sentidos olfato, visão, audição, tato e paladar, sendo que o tato e o gosto percebem por um contato direto enquanto que a visão, o olfato e a audição se dão à distância, com certo intervalo de tempo) (OLIVEIRA, 2001).

Segundo Le Boulch (1998), a construção do esquema corporal se dá progressivamente com o desenvolvimento e amadurecimento do sistema nervoso sendo paralela à evolução sensório-motor.

#### **4.1 Corpo Vivido (Até 3 Anos)**

Segundo Santos (2008) tal etapa corresponde à fase da inteligência sensório-motora que se dá pela exploração do meio. Nesta fase o bebê sente o meio ambiente como fazendo parte dele mesmo. No entanto, à medida que cresce vai amadurecendo o seu sistema nervoso ampliando suas experiências e começando do eu e se confunde com o diferenciar o meio ambiente. Não tem consciência do eu e se confunde com o espaço em que vive. Ele se vê fazendo parte deste espaço. Tem grande necessidade e movimentar-se, mas suas atividades são espontâneas e instintivas. Desenvolve as “funções do ajustamento”, adquire a verdadeira memória do corpo que é responsável pelos ajustamentos posteriores. Através das atividades livres a criança vai tomando consciência do seu próprio corpo.

#### **4.2 Corpo percebido ou “descoberto” (de 3 a 7 anos)**

Corresponde a organização do esquema corporal à medida que vai experimentando

ações específicas do corpo e enfrentando estímulos do meio. A maturação da função de “interiorização” irá possibilitar a criança deslocar sua atenção do meio ambiente para seu próprio corpo a fim de levar a uma tomada de consciência do mesmo. Maior domínio do corpo gera maior dissociação dos movimentos voluntários, logo, maior coordenação de um espaço e tempo (SANTOS, 2008).

A criança passa a ver seu corpo como ponto de referência para se situar e situar os objetos um em espaço e tempo. Mais tarde chega a estruturação espaço-temporal a partir de seu próprio corpo. Descobre sua dominância lateral e com ela seu eixo corporal. Assimila conceitos como embaixo/em cima/dentro/ fora/ antes/ depois.

Aprender, subentende a tomada de consciência do corpo na sua totalidade, vivida e convvida com a realidade envolvente. Dados proprioceptivos e exteroceptivos, ações, representações, praxias e gnosias, componentes motores e psíquicos entrelaçam-se dialética e neurofuncionalmente, para traduzirem exteriormente a mudança de comportamento, ao passo que, interiormente, se estrutura uma somatognosia específica da atividade aprendida, assim a aprendizagem subdivide em três níveis de corticalização somatognósica: corpo agido, corpo atuante e corpo transformador (FONSECA, 2004).

#### **4.3 Corpo agido**

Assim, Fonseca (2004) diz que a criança experimenta e apropria-se do meio envolvente como espaço subjetivo, por meio da interação intencional e recíproca com o “outro”. É um período de dependência que antevê a independência desejável, em que a criança assume um papel de receptor, decorrendo daí um diálogo corporal de sincronização recíproca entre si, o outro e o meio. É o momento crucial em que se opera a organização do alicerce motor de qualquer aprendizagem, quando os aspectos tônico-emocionais e posturais desempenham o primeiro degrau integrado da somatognosia a ela inerente.

#### **4.4 Corpo atuante**

A criança aperfeiçoa os vários graus de liberdade diante do “outro” e ao meio exterior como espaço pré-representado, assumindo um papel de espectador, no qual o diálogo corporal com o meio e os objetos adquire um autodomínio mais diversificado e adaptável. E o momento da organização do plano motor da aprendizagem, que consubstancia a expressão de uma melodia quinética que a materializa; é quando, de forma harmoniosa, o corpo lateralizado explora espaço-temporalmente o meio e a lógica das operações do corpo se integra somatognosicamente (FONSECA, 2004).

#### 4.5 Corpo transformador

O papel é de ser práxico. É o momento em que meio emerge como espaço objetivo, quando a integração do meio que induz a sua transformação, pela qual se opera um diálogo consigo mesmo, dando lugar ao domínio do meio e dos objetos, incorporando-o e incorporando-os na sua somatognosia, atingindo, conseqüentemente, a autonomia e a independência practognósica na aprendizagem.

Nessa dimensão do desenvolvimento psicomotor oferece, efetivamente, alguns fundamentos metodológicos de qualquer tipo de aprendizagem. Segundo Ajuriaguerra apud Fonseca (2004), para aprender, o corpo evidencia várias metamorfoses, desde o corpo vivido até o corpo representado, passando pelo corpo percebido e pelo corpo conhecido, tal síntese evolutiva parece ser essencial para colocar em perspectiva o ensino da natação em crianças.

### 5. Desenvolvimento motor na aprendizagem da natação

A motricidade é o total de todas as possibilidades de movimento do homem. As possibilidades do sistema neuromuscular delimitam a capacidade motora de rendimento. A motricidade individual depende da constituição física, do sexo, do tipo morfológico, da idade, do temperamento e da velocidade de reação.

No âmbito da motricidade desportiva e da motricidade comum, o aprendizado de novos movimentos rudimentares será processado. A mesma forma rudimentar corresponde à estrutura

básica do movimento ordenado do ponto de vista técnico-mecânico, sendo, no entanto, incompletas na qualidade do movimento e na quantidade de rendimento (GALLAHUE, 2005).

Nadar significa a técnica de deslocar-se na água por intermédio da coordenação metódica de certos movimentos (REIS, 1982, p.07).

A aprendizagem da natação faz com que a criança adquira o domínio cinestésico, a consciência do movimento que executa e das atitudes do corpo e de seus segmentos, a fim de tornar-se um nadador. Quando isso for alcançado, ou seja, o total domínio neuromuscular, pode obter-se qualquer característica de nado. Esta aprendizagem também se caracteriza por uma variedade de possibilidades de movimentação na água. Devido às várias mudanças existentes da posição do corpo na água, a aprendizagem da habilidade técnico-motora da natação apresenta diferenças fundamentais em relação à movimentação diária do ser humano (FONSECA, 2004).

Na aquisição da forma rudimentar, é de suma importância a aprendizagem do movimento que leva à coordenação ou movimentos parciais natatórios que são inicialmente coordenados num movimento total, sem respiração, antes de serem trabalhados. O movimento rudimentar aperfeiçoa-se e vai firmando-se na segunda fase da aprendizagem motora.

Para uma melhor implicação do programa motor desenvolvimentista na natação é necessária à abundância de oportunidades para atividades motoras rudimentares, experiências motoras devem favorecer a exploração motora e atividades de resolução de problemas para maximizar a criatividade da criança e o desejo desta de explorar, encorajamento positivo para promover o estabelecimento de um auto-conceito saudável e reduzir o medo do fracasso, desenvolvimento das várias habilidades fundamentais locomotoras, manipulativas e estabilizadoras, das mais simples para as mais complexas (GALLAHUE, 2005).

Com a repetição em treinamentos de pequenos percursos, o movimento assimilado transforma-se em movimento mais correto. Desta forma, vamos conseguindo o máximo de rendimento com um mínimo de esforço. A capacidade de aprender as habilidades técnico-motoras é bastante influenciada pelo estado de

desenvolvimento físico-emocional da criança (SANTOS, 2008).

Aceleração ou retardamento da aprendizagem depende da constituição do grupo de crianças, conforme suas capacidades de rendimento e a experiência adquirida anteriormente.

A natação contribui de forma significativa para que o indivíduo seja conduzido ao alcance do último dos períodos de desenvolvimento da inteligência (lógico-hipotético-dedutivo), nesta faixa etária (TAILLE, 1992).

## 6. Etapas de desenvolvimento

I – A função de interiorização - uma forma de atenção perceptiva centralizada sobre o próprio corpo, que permite à criança tomar consciência de suas características corporais e verbalizá-las;

II - Interiorização e localização – tomada de consciência do próprio corpo e sua localização no espaço.

III - Interiorização e controle do desenvolvimento temporal do movimento (SANTOS, 2008).

### 6.1 Fase de movimentos fundamentais

Para FREUDENHEIM (Org.) (2003), esse processo de aprendizagem, visa-se à conquista da autonomia no meio líquido, relacionada, principalmente, ao controle respiratório e ao equilíbrio no meio líquido. Para isso, aspectos como confiança no professor, autoconfiança e inter-relacionamento com o grupo devem ser enfatizados.

- Aspectos motores

Dentre os objetivos da natação nessa faixa etária adquirir adaptação dos órgãos sensoriais e da respiração, de forma diversificada, controlar as posturas estática e dinâmica nas posições vertical e horizontal, de diferentes formas, com e sem auxílio, realizar deslocamentos e deslizamentos, com e sem auxílio: variando os movimentos de cabeça, tronco, braços, mãos, pernas e pés, separadamente e em combinação, em diferentes velocidades, direções e posições do corpo, na superfície e submerso e desenvolver entradas e saltos: com apoios va-

riados e sem apoio, a partir de diferentes posições iniciais, com movimentos variados de pernas e braços e giros no eixo longitudinal, na fase aérea, em diferentes locais (borda, baliza, trampolim) e profundidades.

- Aspectos cognitivos

Deve-se desenvolver: conhecimento das regras básicas de segurança, percepção corporal dos movimentos, percepção de objetos e sons, quando submerso, e noções de hidrodinâmica.

### 6.2 Fase de combinação de movimentos fundamentais

Nessa fase objetiva-se o aperfeiçoamento dos movimentos fundamentais, enfocados na fase anterior e o desenvolvimento de combinações em nível de complexidade progressivamente maior.

Têm-se como objetivo primordial desde combinações intra-tarefas, como por exemplo, combinar movimentos de equilíbrio estático e dinâmico com controle respiratório em diferentes posições de braços e pernas, para chegar à flutuação, até combinações inter-tarefas, como realizar salto combinado com deslocamento submerso, passando, em decúbito dorsal, dentro de um arco. O controle dessa e de várias outras formas de combinações, sem que haja quebra de continuidade do movimento, é a essência dessa fase. Para que esse objetivo seja alcançado, deve-se enfatizar a percepção corporal, sua verbalização, a relação com o grupo e a iniciativa para resolver problemas (FREUDENHEIM (Org.), 2003).

- Aspectos motores

Utilizar flutuadores com diferenciação de controle em relação à submersão, em diferentes posições, modificando o decúbito nos dois eixos do corpo, controlar a respiração: nos deslocamentos, com ritmo respiratório, no mergulho em profundidade e em maiores distâncias, submerso, deslocar-se: a partir de movimentos de braços e mãos, e de pernas e pés (de diferentes formas, amplitudes e velocidades, em combinação com a respiração), em diferentes posições, submerso e na superfície, em diferentes profundidades, combinações e sincroni-

zações de braços, pernas e respiração, deslizar: partindo das posições horizontal e vertical, em diferentes posições do corpo, velocidades e direções, na superfície e submerso, realizarem a imersão: com controle de apnéia e expiração, em diferentes posições, em parada de mãos e cambalhotas, com gradativo aumento de profundidade de imersão, combinando com salto de cabeça, executar saltos verticais (de formas e locais variados) e de cabeça (da borda, combinados com corrida, deslizos e propulsão), em diferentes profundidades.

- Aspectos cognitivos  
Em relação às atividades dessa fase, desenvolver: conhecimento das regras de segurança, percepção corporal dos movimentos, com verbalização e conhecimentos de hidrodinâmica e fisiológicos.

### 6.3 Fase de movimentos culturalmente determinados

Assim, Freudenheim(Org.) (2003), diz que nesta fase o objetivo do desenvolvimento de combinações mais complexas e específicas. Aqui, como nas demais fases, a prática deve ser de um tipo particular de repetição sem repetição, em outras palavras, a prática consiste em repetir o processo de solução dos problemas motores, e não os meios para solucioná-los, e, se esta posição for ignorada, se tornará meramente mecânica.

- Aspectos motores  
Proporcionar de acordo com cada estilo, a realização das respectivas saídas, atendendo aos critérios técnicos, saltar em crescentes distâncias, de formas variadas, de diferentes locais, mergulharem em crescentes profundidades, combinando com saltos de cabeça, de diferentes locais.
- Aspectos cognitivos  
Deve-se desenvolver percepção, com verbalização, dos movimentos: dos quatro estilos, de saídas e viradas de cada estilo, do mergulho, relativos ao jogo de pólo aquático, do nado sincronizado, de saltos, conhecimento das regras de segurança, conhecimentos de hidrodinâmica e de aspectos fisiológicos.

Portanto, o ensino do nadar deve ser visto como um processo em que padrões típicos do desenvolvimento normal devem ser respeitados. O nadar como uma habilidade organizada hierarquicamente, com componentes dispostos horizontal e verticalmente no sentido de uma interação e não de uma soma. Esse referencial complementa os anteriores, pois permite especificarem objetivos e conteúdos adequados a cada fase de aprendizagem.

Com isso, Freudenheim(Org.) (2003), afirma que para um programa ser desenvolvido tem que ter pelo menos três fases como referência, ou seja, que ao final da fase I, a criança domine os movimentos fundamentais relacionados ao nadar. Já na fase II, a ênfase está no deslocamento mediante combinações variadas de movimentos. Os movimentos culturalmente determinados são abordados somente na fase III. Nessa fase, as habilidades específicas a serem ensinadas não se limitam aos estilos e podem abranger habilidades de outras modalidades. Portanto, ao contrário do tradicionalmente proposto, a partir deste referencial teórico, deve haver uma fase intermediária com objetivos específicos entre a “adaptação” e os movimentos culturalmente determinados; os objetivos na última fase extrapolam o ensino dos estilos.

### 6.4 Equilíbrio

Na natação é fundamental que a criança apresente um equilíbrio, assim ter uma resposta motora de adequação corporal frente a constante ação da gravidade, é automática e involuntária. Para o desenvolvimento da equilíbrio é necessário que já tenha sido desenvolvido certo tônus muscular, o que permite ao corpo se reajustar as diferentes posturas, jogando com o peso corporal. Outro fator importante no desenvolvimento do equilíbrio é possuir a noção de eixo corporal. O peso corporal e a ação da gravidade exercida na criança leva ao amadurecimento do equilíbrio na criança (SANTOS, 2008).

### 6.5 Respiração

A natação apresenta uma respiração contrária do ser fora do meio líquido, mas para que o mesmo consiga realizá-la é neces-

sário que a respiração seja constituída de dois momentos: inspiração e expiração. Quanto mais calmos estivermos mais lenta e regular será nossa respiração, quanto mais agitado ou ansioso mais rápido será. No ato de respirar enviamos oxigênio para nosso organismo. O ideal seria mantermos uma respiração num ritmo regular e tranquilo (SANTOS, 2008).

## 7. Natação na primeira infância (3 a 6 anos)

Em termos neurofuncionais, a aprendizagem da natação deve reger-se pelos mesmos processos cerebrais que gerenciam qualquer tipo de aprendizagem (FONSECA, 2004). Primeiro as emoções e depois as adaptações, o que, por analogia, pressupõe a maturação das estruturas límbicas (arqui e paleo motoras), e, posteriormente, a maturação das estruturas neuromotoras.

Nessa faixa etária a natação por dirigir-se ao estabelecimento do movimento, não inibindo a criatividade, permite à criança a exploração e manejo do meio, através de atividades motoras, que contribuem para a estruturação do seu esquema corporal. Por sua vez, o esquema corporal, pela prática da natação, como um dos elementos de ação que traduz a psicomotricidade, converte-se desta maneira em um elemento indispensável na construção da personalidade da criança.

A criança já é adaptada ao meio líquido desde a gestação e por esta razão, são capazes de executar diversos movimentos nata-tórios, demonstrando uma série de reflexos, comuns na primeira infância. Tudo através de estímulos estereceptivos, ou seja, atividades que busquem facilitar o desenvolvimento dos órgãos sensoriais das crianças, como o tato, a audição, o olfato, e a visão. A natação além de melhorar a coordenação motora, proporciona noções de espaço e tempo, prepara a criança psicologicamente e neurologicamente para o auto-salvamento, estimula o apetite, aumenta a resistência cardio-respiratória e muscular, tranquiliza o sono e também previne várias doenças respiratórias, estimula atenção e a concentração (FREUDENHEIM (Org.), 2003).

A estabilidade do corpo na água, unidos a uma exercitação variada de posições provo-

ca respostas psicomotoras globais, a natação realiza o enriquecimento da imagem corporal, durante as primeiras etapas do desenvolvimento infantil possibilita ainda diversas associações importante ao posterior desenvolvimento da habilidade sensório-motora, favorecendo como conseqüência a estruturação de comportamentos inteligentes na criança (SANTOS, 2008).

A natação numa estimulação precoce como processo holístico facilitador do desenvolvimento neuropsicomotor da criança, exige que o mediatizador (mãe, pai, monitor, professor, *helper*, etc.) perceba que a natação é um pretexto para atingir encorajamento e adaptá-lo às necessidades específicas de desenvolvimento da criança. A natação para criança aprender a nadar organiza-se em termos neuropsicomotores, isto é, obtém significações das sensações proporcionadas pela motricidade aquática. Inicialmente, a criança não possui pensamentos ou idéias sobre a experiência na água. Ela está mais centrada em sentir a água e o movimento do seu corpo neste meio. Sua resposta adaptativa é mais motora que mental, mais emocional que cortical.

Segundo Fonseca (2004) os deslocamentos exógenos, proporcionados e mediatizados pelos outros, enriquecem a vivência do corpo agido na água. Dessa forma, os deslocamentos autógenos e o corpo atuante serão explorados posteriormente com mais prazer e alegria. Nessa fase crucial de aprendizagem da natação, a alegria, e conforto, a segurança, a confiança e a satisfação na água devem ser persistentemente alcançados em termos objetivo-pedagógicos. Desfrutar dessa experiência sensorial hedônica é, nem mais nem menos, promover o desenvolvimento psicomotor da criança.

Com isso a segunda fase de aprendizagem da natação, deve promover o enriquecimento adaptativo às sensações provenientes meio aquático. Antes que os deslocamentos ativos e autônomos na criança nadadora sejam observados, o corpo atuante pode produzir respostas adaptativas, que organize as sensações proprioceptivas intra-somáticas e as sensação exteroceptivas do desenvolvimento aquático (FREUDENHEIM (Org.), 2003).

## 8. Considerações finais

O aprendizado da natação entende ser uma função do sistema nervoso, desde que se considere os pressupostos do desenvolvimento psicomotor da criança anteriormente abordados, promove e maximiza a capacidade de seu cérebro para aprender a aprender.

A estimulação psicomotora parece exercer uma ação que propicia a criança desenvolver suas capacidades básicas, sensoriais, perceptivas e motoras levando a uma organização neurológica mais adequada para o desenvolvimento da aprendizagem. Isso ocorre através de jogos e brincadeiras, que servem como meios para o desenvolvimento psicomotor “normal”, utilizando a estimulação essencial do aspecto psicomotor, o que facilitará o aprendizado geral.

Assim sendo, a adaptação ao meio líquido em idade pré-escolar é de extrema importância pois é nesta fase que realizam-se todas as possibilidades de aquisição das habilidades complementares e básicas indispensáveis para o desenvolvimento global em natação. A natação não deverá ser vista somente como um desenvolvimento físico da criança, mas também fundamental a formação da personalidade e inteligência.

## 9. Referências bibliográficas

1. DAMASCENO, Leonardo. **Natação psicomotricidade e desenvolvimento**. 1. Brasília: Secretária do desporto, 1992.
2. FONSECA, Vitor da. **Psicomotricidade: filogênese, ontogênese e retrogênese**. 2. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
3. \_\_\_\_\_. **Psicomotricidade: perspectivas multidisciplinares**. Porto Alegre: Artmed, 2004.
4. FREUDENHEIM, Andréa. (Org). **Fundamentos para elaboração de programas de ensino do nadar para crianças**. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, 2003.
5. GALLAHUE, David; OZMUN, John. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Phorte, 2005.
6. LE BOULCH, Jean. **O desenvolvimento psicomotor: Do nascimento aos 6 anos**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1986.
7. LE BOULCH. **Educação psicomotora**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.
8. OLIVEIRA, Gislene de Campos. **Psicomotricidade: Educação e educação num enfoque psicopedagógico**. 9ª ed. Petrópolis: Vozes, 2001.
9. REIS, Jayme. **A natação na sua expressão psicomotriz**. Porto Alegre: UFRGS, 1982.
10. SANTOS, Rafael. **Psicomotricidade**. São Paulo: scribd, 2008.
11. TAILLE, Yves; OLIVEIRA, Marta; DANTAS, Heloísa. **Piaget, Vygotsky, Wallon: teorias psicogenéticas em discussão**. São Paulo: Summus, 1992.
12. TANI, GO (Org.). **Educação Física escolar: fundamentos para uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: EPU/EDUSP, 1988.
13. TANI, GO. **Aprendizagem motora como processo de problemas**. IN: FREUDENHEIM A.M. (Org) O nadar: uma habilidade motora revistada. São Paulo: CESPEUSP, 1995.
14. VELASCO, Cacilda. **Natação segundo a psicomotricidade**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

---

### Endereço para Correspondência:

Hilda Torres Falcão  
hilda.falcao@yahoo.com.br

Rua 19D, nº 70, apto. 704 - Bairro Bela Vista –  
Volta Redonda – RJ.