

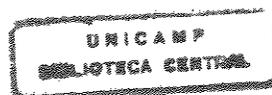
JOSLEI VIANA DE SOUZA

**ATIVIDADES AQUÁTICAS PARA CRIANÇAS
PORTADORAS DE DEFICIÊNCIAS: UMA PROPOSTA
DE ADAPTAÇÃO AO MEIO-LÍQUIDO.**

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

CAMPINAS-1999



JOSLEI VIANA DE SOUZA

**ATIVIDADES AQUÁTICAS PARA CRIANÇAS
PORTADORAS DE DEFICIÊNCIAS: UMA PROPOSTA
DE ADAPTAÇÃO AO MEIO-LÍQUIDO.**

Dissertação apresentada à Faculdade de
Educação Física, da Universidade Estadual
de Campinas, para obtenção do título de
Mestre em Educação Física, Área de
Concentração em Atividade Física e
Adaptação.

Orientador: Prof. Dr. EDISON DUARTE

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

CAMPINAS-1999

UNIDADE	BC		
N.º CHAMADA:	T/UNI CAMP		
	So 89a		
V.	Ex.		
TOMBO BC/	41952		
PROC.	278/00		
C	<input type="checkbox"/>	D	<input checked="" type="checkbox"/>
PREÇO	R\$ 11,00		
DATA	30-03-00		
V. CPD			

CM-00142858-4

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA- FEF – UNICAMP

Souza, Joslei Viana de
So89a Atividades aquáticas para crianças portadoras de deficiência: uma proposta de adaptação ao meio líquido / Joslei Viana de Souza. – Campinas, SP : [s. n.], 1999.

Orientador: Edison Duarte
Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física.

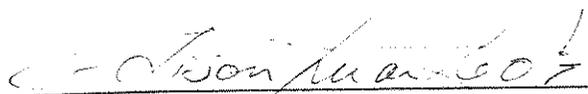
1. Deficientes. 2. Natação para deficientes. 3. Educação especial. 4. Educação Física para deficientes I. Duarte, Edison. II. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. III. Título.

JOSLEI VIANA DE SOUZA

**ATIVIDADES AQUÁTICAS PARA CRIANÇAS
PORTADORAS DE DEFICIÊNCIAS: UMA PROPOSTA
DE ADAPTAÇÃO AO MEIO-LIQUÍDO**

Este exemplar corresponde à redação final da Dissertação de Mestrado defendida por Joslei Viana de Souza e aprovada pela Comissão Julgadora em 10/08/1999.

Data: 29 de Junho de 2000



Orientador: Prof. Dr. EDISON DUARTE

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE



AGRADECIMENTOS

Quando eu soube do resultado da seleção do mestrado, no qual eu havia passado, foi uma felicidade só, mas também quando soube que você seria o meu orientador, me sentia nas nuvens, pois o meu sonho estava se realizando, Edison Duarte seria meu orientador. Em todas nossas reuniões você sempre tão positivo, sempre encorajador, mesmo nos momentos difíceis, a paciência não te faltou. Só tenho que agradecer, obrigada por tudo.

Agradeço a minha família pela força, pela compreensão, pela participação deste processo todo.

Ao meu tio Flávio, tia Haidee e seus filhos por terem me “aguentado” em sua casa durante todo esse período, pela cooperação em todos os momentos.

Aos meus anjinhos da guarda, Graciele e Mey, minhas amigas de mestrado, pelos momentos em nós passamos juntas nos trabalhos acadêmicos, em congressos, enfim, em nossas vidas sempre uma dando força para outra.

Aos funcionários da Universidade Estadual de Campinas, pelo atendimento, esclarecimentos e dedicação.

A Márcia e Regina por deixarem usar sua academia na realização desta pesquisa.

Ao meu amigo Chiquinho pela força e motivação em fazer com que eu tentasse fazer o mestrado.

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

Aos professores Zé Luiz, Bil, Gavião, Paulinho e Júlio por serem sempre prestativos, compreensivos e encorajadores na realização deste trabalho.

A Tânia e Simone, na ajuda para resolver todo o processo burocrático da pesquisa, sempre prestativas.

A Dulce, pelo seu conhecimento nos aspectos técnicos da pesquisa.

SUMÁRIO

RESUMO.....	vi
SUMMARY.....	viii
INTRODUÇÃO.....	1
1- QUADRO TEÓRICO.....	5
2- REVISÃO DE LITERATURA.....	8
3- PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	29
4- PROCEDIMENTOS TÉCNICOS DA PROPOSTA DESTE ESTUDO	39
5- RESULTADOS.....	78
6- DISCUSSÃO.....	103
7- CONCLUSÃO.....	121
8- REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	123
APÊNDICE.....	128
ANEXO I.....	131
ANEXO II.....	132
ANEXO III.....	134
ANEXO IV.....	135



RESUMO

A presente pesquisa, fundada nos pressupostos teóricos existentes e em nossa prática, teve como objetivo elaborar uma proposta de atividades aquáticas para crianças portadoras de deficiências com crianças normais, propiciando a adaptação ao meio-líquido.

Para a realização deste estudo selecionamos 4 crianças portadoras de deficiência: 1 menino e 1 menina portadores da síndrome de Down, 2 meninos com paralisia cerebral e 3 meninos normais. Este estudo apresentou como característica a inclusão social do portador de deficiência, por meio da participação das crianças portadoras de deficiência juntamente com crianças normais.

Como pré-requisitos, exigiram-se tivemos a participação dos pais (PM) das crianças e o fato de nenhuma delas ter participado anteriormente de programa de atividades aquáticas.

As aulas foram realizadas durante oito meses e observaram os resultados através de vídeos e anotações em fichas. Utilizamos a pesquisa qualitativa através de um estudo de caso, como abordagem metodológica.

Os resultados mostraram a participação de crianças normais com crianças portadoras de deficiência e respectivos pais (PM), numa dinâmica interpessoal que acreditamos ser importante no processo de inclusão social de crianças portadoras

de deficiência. Como resultado ainda destacou-se a passagem pelas várias etapas propostas tanto pelas crianças normais como pelas portadoras de deficiência, demonstrando a viabilidade do método proposto.

Concluimos que é possível elaborar um programa de atividades aquáticas para crianças portadoras de deficiência juntamente com crianças normais, desde que respeitemos a individualidade de cada um.

SUMMARY

This search aims at elaborating a proposal of aquatic activities for children with disabilities along with normal children, propitiating the adaptation to the water basead on existent smooth theoretical and on our practice. In order to do the accomplishment of this research we select four children with disabilities: one boy and one girl along Down's syndrome; two boys along with cerebral palsy and three normal boys. This study presented as one of its characteristics the social inclusion of disabilitie personal by the participation of disabilitie children with the normal children. As pre-requisites we had the children' parents (FM) participation and no previores participation in a program of aquatic activities. The classes were given in eighth months and the results were observed through video and annotations in cards . We use the qualitative search through a case study , as the methodological approach. The results showed that the participation of normal children along with disabilities and their respective parents (FM) is na interpersonal dynamics that we believe to be important to process of the social inclusion of the disabilitie children. As result it's possible to mention the crossing by the proposed steps by normal children as well as by the

disabilitie children, showing the viability of the proposed method. We conclude that it was possible to elaborate a program of aquatic activities for disabilitie children along with normal children since that we respect the individuality of every one.

INTRODUÇÃO



INTRODUÇÃO

Há dez anos atuamos na área de natação para crianças, assim como para alunos portadores de deficiências. Durante esse tempo fomos em busca de subsídios que nos auxiliassem a construir uma proposta de atividades aquáticas para aplicar às aulas de natação. Baseando-se nestes conhecimentos, adaptamos alguns exercícios durante a realização das aulas, adotamos outros e excluimos aqueles que não eram pertinentes às nossas atividades.

Para este estudo, agrupamos nossos alunos por faixa etária em turmas separadas. Escolhemos trabalhar com crianças entre 10 meses e 2 anos. Ao desenvolver o presente trabalho, foi escolhida a natação não só por ser área de nossa atuação, mas por ser uma atividade que pode ser realizada com crianças em qualquer faixa etária desde recém-nascidos.

Ao analisarmos o trabalho de natação baseado na estimulação de crianças, podemos observar os grandes benefícios (fisiológicos-neuromotores, afetivos e

sociais) desta atividade, como também constatam diversos autores entre os quais FONTANELLI e FONTANELLI (1986) e DAMASCENO (1994). Optamos por trabalhar com crianças, já que acreditamos ser a água um forte estímulo aos nossos alunos, sejam normais ou portadores de deficiências. Analisando as aulas, observamos que o desenvolvimento das habilidades aquáticas destas crianças eram quase as mesmas. As “diferenças” do desenvolvimento no meio líquido das crianças do nosso grupo não eram tão distantes dos alunos “normais”. Acreditando que cada pessoa possui sua individualidade, sendo ou não portadora de deficiência, nesta pesquisa trabalhamos os alunos com alunos portadores de deficiência.

Nosso trabalho pode caracterizar-se como um trabalho de inclusão, isto é, ao oportunizarmos às crianças portadoras de deficiência atividades aquáticas com outras crianças, proporcionamos o início de um processo de inclusão social. As Nações Unidas (1996) afirmam que:

Os países membros devem garantir que as pessoas com deficiência tenham as mesmas oportunidades nas atividades recreativas que têm outros cidadãos. Isto envolve a possibilidade de freqüentar restaurantes, cinemas, teatros, bibliotecas etc., assim como locais de lazer, estádios, hotéis, praias e outros lugares de recreação.

Outra característica da inclusão é a participação dos pais de crianças portadoras de deficiência com pais de crianças normais, o que consistiu um dos pré-requisitos de nossa pesquisa.

À medida que as aulas foram sendo realizadas através de um programa sistematizado de natação para bebês e crianças, percebemos que os pais (PM)* começaram a demonstrar a satisfação em ver seus filhos freqüentando as sessões de natação, especialmente quando estes realizavam os exercícios propostos. Considerando a presença dos pais (PM) durante as aulas, decidimos que tanto o pai (P) quanto a mãe (M) deveriam participar.

Nossa pesquisa teve como objetivo construir um procedimento de atividades aquáticas para crianças com crianças portadoras de deficiência, propiciando a adaptação ao meio líquido, subsidiada por metodologias já existentes e pela nossa prática com a participação dos pais.

Este trabalho apresenta inicialmente uma revisão de literatura sobre inclusão e natação, considerando os vários conceitos, os benefícios desta sobre os seres humanos, sua divisão por etapas de ensino e o local para sua prática. A seguir, relatamos os procedimentos metodológicos (sujeitos, local das aulas, materiais e equipamentos), completando o estudo com uma proposta de procedimentos técnicos onde estão descritas as etapas por nós sugeridas e a aplicação da proposta e seus resultados, finalizando com a discussão dos aspectos observados durante a pesquisa e conclusão.

QUADRO TEÓRICO



INCLUSÃO

A inclusão social dos portadores de deficiência foi uma característica de nosso estudo, portanto, fomos em busca de uma abordagem teórica a respeito do assunto.

Segundo a Organização das Nações Unidas , ONU, (1996) :

Os países membros devem garantir que as pessoas com deficiência tenham as mesmas oportunidades nas atividades recreativas que restaurantes, cinemas, teatros, bibliotecas etc., assim como locais de lazer, estádios esportivos, hotéis, praias e outros lugares de recreação.

Quanto ao aspecto de suporte técnico, devem-se assegurar condições propícias a equipe técnica para desenvolver seu trabalho.

A respeito da inclusão social especificamente, JOVER (1999) afirma que “A prática da inclusão social se baseia em princípios diferentes do convencional: aceitação das diferenças individuais, valorização de cada pessoa, convivência dentro da diversidade humana, aprendizagem por meio da cooperação.”

SASSAKI (1997) conceitua, “... a inclusão social como o processo pelo qual a sociedade se adapta para poder incluir, em seus sistemas sociais gerais, pessoas com necessidades especiais e, simultaneamente, estas se preparam para assumir seus papéis na sociedade.”

Em relação à prática de atividades físicas, o mesmo autor destaca: “... o importante é que haja primeiro um contato direto dos profissionais de educação física com pessoas deficientes e a partir daí buscar soluções para cada dificuldade que surgir, respeitando as necessidades e possibilidades individuais.”

Para ocorrer a inclusão existem alguns aspectos a serem destacados, como parceria com os pais; cooperação da comunidade; acessibilidade e infraestrutura técnica de serviços.

A parceria com os pais é ressaltada na Declaração de Salamanca (1994),

A educação de crianças com necessidades educacionais especiais é uma tarefa a ser dividida entre pais e profissionais... Pais necessitam de apoio para que possam assumir seus papéis de pais de uma criança com necessidades especiais.

A cooperação da comunidade seria a colaboração e cooperação nas relações sociais entre todos que fazem parte do contexto social do indivíduo portador de deficiência.

Quanto às questões da acessibilidade, STEINFELD (1994) ensina que:

Os produtos e ambientes feitos com desenho universal ou inclusivo não parecem ser especialmente destinados a pessoas com deficiência. Eles podem ser utilizados por qualquer pessoa, deficiente ou não. É até possível que pessoas não deficientes nem percebam, nesses produtos ou ambientes, certas especificidades que atendem às necessidades de pessoas com deficiência..

A infraestrutura de serviços consiste na criação de uma rede de suporte para superação da maioria das dificuldades do portador de deficiência, como a capacitação dos profissionais envolvidos e materiais necessários para a realização das atividades.



REVISÃO DE LITERATURA



II-REVISÃO DE LITERATURA

Com o objetivo de tornar mais didática nossa revisão de literatura, o presente capítulo será constituído pelos seguintes itens: 1. Natação; 2. Divisão metodológica da natação e 3. Piscina.

1. NATAÇÃO

Para a realização deste estudo buscamos referenciais teóricos que permeiam a natação desde seus conceitos; benefícios; etapas a serem cumpridas e metodologias usadas por alguns autores.

1.1. Conceitos de Natação

Segundo autores como REIS (1982); FARIAS (1994); VELASCO (1994), nadar é considerado como um meio de locomoção dentro da água, onde o indivíduo pode se movimentar para frente, para trás, para os lados, enfim em todas as direções, como também pode submergir, emergir, utilizar só os membros superiores, membros inferiores ou movimentos combinados dos membros inferiores e superiores.

ESCOBAR & BURKHARDT (1985) corroboram esse conceito, definindo nadar como

... a habilidade de manter-se na água e locomover-se pela mesma sem tocar no fundo, podendo ser esta habilidade de nadar, executada sem preencher os requisitos dos quatro tipos de nados, mas sempre comprovando a completa ambientação do indivíduo ao meio aquático.

VELASCO (1994) acrescenta “ Nadar é uma atividade que deve proporcionar em primeiro lugar o prazer; ajudar o desenvolvimento integral do aluno e produzir experiências boas e não frustrantes.”

Para nós, nadar é locomover-se na água sob todas as formas. É o que qualquer indivíduo pode desenvolver dentro da piscina para seu bem estar. Consideramos que um indivíduo nada, quando este entra na piscina, movimenta-se e sai da água sem auxílio. Para nadar não é necessário executar os quatro estilos, basta movimentar-se na água.

Autores como ARAÚJO Jr. (1990), CATTEAU E GAROFF (1990) e a FINA (Federação Internacional de Natação) consideram natação como meio de deslocamento, auto-propulsão, auto-sustentação, mergulho, enfim nadar (até quem sabe) os quatro estilos.

DAMASCENO (1994) afirma que

Todavia, não é mais admissível à natação permanecer reduzida a um conceito puramente mecanicista a partir do qual sua prática só busque exclusivamente e de forma incessante, desempenhos imediatos. Se faz necessário e urgente sugerir um conceito mais amplo sobre as atividades aquáticas...

FARIAS (1994) define que a

Natação identifica a disciplina integrante dos currículos dos cursos na área da educação, objetivando preparar os alunos a ensinarem ou ministrarem atividades nas aulas para nadar, em diversas faixas etárias, ao sexo masculino e feminino.

O nadar está inserido na natação, pois esta engloba desde da simples locomoção dentro do meio líquido, até os quatro estilos. Portanto a natação inicia-se desde o nadar com qualquer movimento dentro d'água até realizarmos os quatro estilos.

1.2. Benefícios da Natação

Quanto à faixa etária, a natação é uma atividade física que pode ser praticada desde bebê, conforme se lê em FONTANELLI & FONTANELLI (1986), para

quem a natação para bebês é relevante por ser um meio de desenvolvimento da motricidade, podendo, pois, ser realizada a partir do nascimento.

DAMASCENO (1994) salienta que “Parece ponto pacífico, que a natação não só é considerada como a atividade mais completa, como também a única que pode ser praticada, sem restrições, desde o nascimento. Neste caso, a natação para bebês...”

A respeito dos benefícios da natação nos aspectos de desenvolvimento motor, fisiológicos e psicológicos, FONTANELLI & FONTANELLI (1986) afirma que:

Em alguns casos a natação pode se tornar importante coadjuvante do acompanhamento médico-psicológico, como por exemplo: em vários distúrbios do comportamento e do sono, anorexia, déficits do desenvolvimento pondero- estatural e neuropsicomotor, hipotonias, alguns distúrbios ortopédicos, neurológicos e respiratórios, e, nesse grupo etário, principalmente a asma brônquica..

MANSOLDO (1996) acrescenta:

... podemos destacar o aumento da capacidade respiratória, com consequente aumento da sua resistência (fôlego), prevenindo e atuando em problemas de asma ; uma maior eficiência na correção e manutenção da postura, visto que na posição horizontal nossa coluna está praticamente isenta da ação da gravidade; e um maior condicionamento físico e autoconfiança, (...)Também ocorre um maior desenvolvimento

motor, pois o praticante passa também a ter um maior e melhor domínio sobre o seu corpo, acarretando assim maior fluência em todos os seus movimentos; além de uma melhor integração entre crescimento e desenvolvimento em crianças, pois a natação processa, em seu conteúdo, um aumento e aprimoramento do acervo motor, e um desenvolvimento físico e fisiológico de maneira integrada, sem o comprometimento da constituição física ou organismo do aluno.

A A.S.T. (Association of Swimming Therapy, (1986) cita que o meio-líquido explorado adequadamente pode estimular ou relaxar o nadador portador de deficiência.

ARAÚJO Jr. (1990) e DAMASCENO (1992) observam que a natação, dependendo da forma como for praticada pode ser voltada ao aspecto socializante, como processo de educação integral, graças a seu valor formativo e totalizador. GLASER (1983) salienta que

A natação em particular, vem recebendo ênfase especial, por ser 'recreação', educação, saúde, segurança, satisfação, competição, terapia. Nada mais necessário do que estudar adequadamente esta atividade... É um dos exercícios físicos mais completos, a ponto de exceder o simples divertimento ou a prática desportiva, para ser utilizado com finalidades terapêuticas na recuperação e atrofia musculares.

Enfim, para nós a natação pode desenvolver os aspectos psicológicos; fisiológicos e sociais.

2. DIVISÃO METODOLÓGICA DA NATAÇÃO

2.1. Divisão da Natação na Literatura

A natação é dividida em etapas para um melhor desenvolvimento técnico.

Selecionamos alguns autores que apresentam a divisão da natação conforme seus procedimentos.

MACHADO (1986) divide a natação em:

a) Adaptação ao Meio Líquido

“ Esta fase é necessária para a iniciação, podendo ocupar aulas inteiras, para estarmos certos de que todos os alunos se tornaram amigos da água, com vontade de vê-la e senti-la por gostarem dela.”

Consiste na entrada na piscina; ambientação ao meio líquido e à piscina.

b) Flutuação

“ É a capacidade que tem um corpo de se manter à superfície de um líquido, sem nenhum auxílio.”

Faz parte desta fase a imersão; abrir os olhos embaixo d'água; flutuação em agrupamento em decúbito ventral; flutuação em decúbito ventral; flutuação em decúbito dorsal.

c) Respiração

Inicia-se com a imersão em apnéia; em seguida com a imersão trabalhando a inspiração e expiração e por fim a respiração frontal, lateral e bilateral utilizadas nos quatro nados.

d) Propulsão

“É a capacidade que tem um corpo de se locomover dentro da água com os próprios recursos.”

Propulsão de pernas e propulsão dos braços.

e) Mergulho

“...entrada na água de diversas maneiras.”

f) Nado Crawl**g) Nado Costas****h) Nado Peito****i) Nado Borboleta****PALMER (1990) divide a natação:****a) Introdução à Natação**

A aula de natação mais importante que a criança sempre recebe pode ser justamente a primeira. As primeiras incursões em um mundo novo e excitante devem ter um efeito duradouro. O professor deve ter o papel supremo de estar seguro que este ‘batismo’ inicial seja agradável assim como paulatinamente instrutivo... A profundidade e a temperatura da água, o tamanho da piscina, o número e as idades dos participantes e a duração da aula são os principais fatores a serem considerados.

b) Ambientação

O autor acrescenta, quanto à ambientação do local, as instruções que o professor dará sobre o vestiário, duchas, lavapés; sobre a piscina, a parte rasa, parte funda; sobre a entrada na água, que pode ser pela escada ou borda da piscina. Dentro da piscina, inicia-se a ambientação da água com o corpo, molhando o rosto, realizando a imersão com apnéia ou assoprando a água. A imersão passa também a ser realizada na posição horizontal em decúbito ventral, com ou sem movimento das pernas, deslizando sobre a superfície da água.

c) Flutuação

A flutuação é dividida em flutuação em cogumelo (posição agrupada com a cabeça para baixo) e flutuação pronada (em decúbito ventral e a flutuação supina: em decúbito dorsal).

d) Sobrevivência

O ensino do nado ‘cachorrinho’ tem como objetivo a sobrevivência na água. Para a realização dos movimentos pertinentes a esse tipo de nado, é necessário estar em decúbito ventral: movimentos de membros superiores e

inferiores com a cabeça fora d'água, ou em decúbito dorsal: movimentando de membros superiores e inferiores embaixo d'água com a cabeça fora d'água.

Após o cumprimento das etapas acima iniciam-se os nados crawl, costas, estilo peito e borboleta.

CATTEAU E GAROFF (1990) dividem a natação em:

a) Equilíbrio: entrada na água; imersão completa; abandono do equilíbrio terrestre; equilíbrio horizontal estático; equilíbrio horizontal dinâmico; reequilibração.

“ Como o equilíbrio do homem dentro d'água se torna específico, os indivíduos só construirão seu nado nas melhores condições, quando sentirem por experiência vivida o efeito dessas diferentes forças.”

b) Entrada na Água: a entrada na água deve ser por rampa suave, degraus, bordas abruptas ou escada. Acrescentam “ O equilíbrio de entrada na água será

diferente num caso ou no outro, havendo ou não a necessidade da utilização dos membros superiores para assegurar uma pegada ou um apoio.”

c) Imersão Completa:

Para o principiante, a construção do espaço a partir da experiência vivida implica em entrar em contacto com o fundo através dos pés, dos joelhos, sentado e em seguida, se houver um local em que a profundidade seja relativamente pequena (cerca de cinquenta centímetros), através de todo o corpo, de costas e de frente.

d) Respiração: apnéia; abertura da boca; abertura da glote; expiração completa; expiração intensa; ritmo respiratório; aumento da resistência.

“A respiração do nadador é específica. Ela difere, nas suas características, da respiração do homem em terra.”

e) Apnéia: “ O homem, graças ao duplo comando automático e voluntário de suas trocas respiratórias, tem a capacidade de interromper momentaneamente a troca , seja durante a inspiração, seja durante a expiração (menos frequente); isto é a apnéia.”

f) Propulsão: criação e procura de apoios; propulsão pelos membros inferiores; substituição da reequilibração pelos membros superiores pela reequilibração dos membros inferiores; construção do espaço. São os movimentos dos membros superiores, movimento dos membros inferiores isoladamente ou em conjunto.

MAZARINI (1992) obedece a seguinte sequência nas etapas da natação:

a) Adaptação ao Meio Líquido

“...é considerada como preparação para o aprendizado”.

Inicia-se pela recepção do aluno pelo professor que está dentro da piscina, seguida da entrada do aluno na piscina.

Trabalho das empunhaduras (ato de apoiar e sustentar o aluno na água) axilar, tóroco-lombar em decúbito dorsal, com apoio de pélvis em decúbito ventral e empunhadura de mãos dadas.

Ambientação ao meio líquido e à piscina.

b) Imersão e Domínio Respiratório

“ ... se define como o ato de mergulhar parte do corpo ou corpo inteiro na água. Para que a criança possa mergulhar, ela necessita da aprendizagem dos movimentos voluntários de inspiração fora da água, apnéia e a expiração dentro da água,...”

c) Flutuação

“ A flutuação é a propriedade que tem um corpo de manter-se à superfície de um líquido, sem auxílio.”

Flutuação em decúbito ventral e flutuação em decúbito dorsal.

d) Propulsão

“... é a força que impele o nadador para frente, criada pelo trabalho dos membros superiores e inferiores.”

e) Nado Crawl

f) Nado Costas

g) Mergulho: É uma forma de se entrar na água. É precedido de saltos da borda.

VELASCO (1994) apresenta uma proposta de natação para bebês dividindo-a em três momentos através da faixa etária: Bebê I, Bebê II e Bebê III.

a) BEBÊ I (de 3 meses a aproximadamente 1 ano)

A aula será realizada com a mãe/pai/alguém que lhe é familiar. “A primeira meta será sua socialização.”

É realizada a estimulação dos órgãos sensoriais, a imersão com bloqueio respiratório (inato), fortalecimento muscular e amplitude articular.

b) BEBÊ II (de 1 ano a aproximadamente 2 anos)

“ O bebê realizará ‘aula’ com a mãe até que seja feita sua socialização com o grupo e professor. Assim que pudermos, afastaremos, gradativamente a mãe, sem causar nenhum tipo de frustração.”

Nesta fase, a imersão é trabalhada com maior intensidade e com propulsão.

c) BEBÊ III (de 2anos a aproximadamente 3 anos)

“Nesta fase a criança já realizará ‘aula’ com o professor e o grupo, não sendo mais necessária a presença da mãe na água, devido a sua socialização e adaptação ao meio líquido terem sido vencidas.”

Os bebês serão preparados para o trabalho de sobrevivência na água.

DAMASCENO (1994) divide a natação em:

a) Adaptação ao Meio Líquido

A necessidade de uma prévia adaptação à água, prende-se também às novas sensações próprio e interoceptivas transmitidas ao bebê, que deverá adequar seu próprio corpo e suas forças às leis e princípios que regem a aquadinâmica (diferentes pressões, resistência ao avanço, empuxo etc.) bem como às propriedades físicas inerentes à água (tensão superficial, refração, viscosidade, temperatura, densidade etc.). A segunda razão está relacionada à fatores de fundo tônico-emocional envolvendo o medo e a ansiedade, principalmente..

b) Flutuação

Indubitavelmente para o bebê aprender a flutuar com autonomia (sozinho), deve conseguir equilibrar todo seu corpo já que a água torna propício, por sua maior densidade que o ar e pela posição de horizontalidade em que se encontra (o corpo), associadas à insignificante ação da gravidade, obter e manter-se nesta posição isto é, flutuando.

c) Respiração e Imersão

Inicia-se com a imersão em apnéia.

d) Saltos (Mergulho) e Deslocamentos (Propulsão)

Saltos: entrada na água.

Deslocamentos: propulsão de membros inferiores e superiores.

e) Trocas Autônomas de Decúbitos: os Giros

Trocar a posição de decúbito ventral para decúbito dorsal e vice-versa.

TURCHIARI (1996) divide a natação em:

a) Trabalho de Adaptação

Reconhecimento do ambiente externo e interno da piscina.

Apresentação da piscina: sentar os alunos na borda da piscina e conversar com eles.

Entrada na piscina: pela borda e pela escada.

Reconhecimento da piscina: andar dentro da piscina, conhecendo toda sua extensão.

Controle respiratório: através de materiais pedagógicos, trabalha-se a respiração (inspiração e expiração).

Contato com a água: molhar o rosto, a cabeça; submergir a cabeça; abrir os olhos embaixo d'água.

Melodias adaptadas para aulas: são músicas para cada objetivo proposto facilitando a memorização da criança para a atividade.

b) Flutuação

“ Manter-se na superfície sem apoio.”

Flutuação em decúbito ventral

Flutuação em decúbito dorsal

c) Domínio Total do Corpo na Água

É a ampliação das fases anteriores.

d) Deslocamento Sem Auxílio de Apoio dos Pés no Fundo

São movimentos que serão úteis não só para completar a adaptação, mas também para auxiliar a criança em piscinas de maior profundidade. Ex: nado cachorrinho.

e) Adaptação e Deslocamento em Piscinas com Maior Profundidade

Adaptar os alunos a piscinas com maior profundidade.

Abordamos nesta revisão os autores que consideramos fundamentais para o suporte teórico de nosso trabalho. Há outros conceitos sobre os itens abordados, de diferentes autores, porém subsidiamos nossa referência a partir dos conceitos da FINA.

Para podermos apreciar as várias terminologias e propostas utilizadas pelos diversos autores, apresentamos a seguir um quadro que mostra a divisão da natação.

DIVISÃO DA NATAÇÃO

Machado 1986	Palmer 1990	Catteau & Garoff 1990	Mazarini 1992	Velasco 1994	Damasce-no 1994	Turchiari 1996
Adaptação : Ambientação ao local, pessoas e meio-líquido Imersão	Ambientação: local e meio- líquido. Imersão Respiração	Equilíbrio: Entrada na água e imersão	Adaptação: ambientação ao local; ao meio- líquido	Ambientação: socialização	Ambientação: ao meio-líquido	Ambientação: local e Imersão
Flutuação	Flutuação	Respiração: Apnéia e expiração	Imersão e domínio respiratório	Imersão	Flutuação	Respiração
Respiração	Propulsão	Propulsão	Flutuação	Propulsão	Respiração e imersão	Flutuação
Propulsão	Sobrevivência		Propulsão	Sobrevivência	Saltos	Propulsão
Mergulho					Propulsão	Sobrevivência
					Giros	

3. PISCINA

Em relação à temperatura da água, VELASCO (1994) considera que

A temperatura da água exerce muita interferência em vários aspectos, como interesse de participação a nível motivacional, trabalho de musculatura, mais quente para os hipertônicos, menos quente para os hipotônicos, relaxamento e fluuabilidade. De nossa experiência acreditamos que essa é uma questão bastante individual. Há pessoas que possuem muito desempenho em água mais quente, outras preferem água mais fria. Devemos atender essas necessidades individuais, principalmente com os bebês e os deficientes, pois estes são mais perceptíveis e sensíveis a nível tátil-bárico com a água e o seu desempenho motor é quase que relacionado, diretamente a esse fator.

Para ARCHER (1996)

Definir uma temperatura ideal, para nós, é utópico, por ser cada piscina um ambiente físico próprio, refletindo uma realidade.” Acrescenta “ É necessário que a temperatura da água seja confortável ao aluno pois senti-la fria ou excessivamente quente implicaria aspectos fisiológicos e comprometeriam o aspecto psicológico do aluno e, conseqüentemente o aprendizado.



**PROCEDIMENTOS
METODOLÓGICOS**



PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Neste capítulo serão descritos os procedimentos e etapas de nossa pesquisa, bem como sujeitos, local, materiais e procedimentos de aula.

Para desenvolvermos o trabalho dirigimo-nos à APAE (Associação de Pais e Amigos do Excepcional) da cidade de Três Lagoas-MS, por ser a única instituição que atua nesta cidade com crianças portadoras de deficiências, alia apresentamos nossa proposta de trabalho, nossos objetivos e entramos em contato com os profissionais que atuam na instituição: diretor, assistente social, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional e professores . Através destes profissionais, pudemos encontrar com pais que poderiam participar deste trabalho, preenchendo os requisitos necessários para a realização das aulas de natação. Dois requisitos foram considerados: a participação dos pais (PM), nas aulas, junto com seus filhos e a exigência de que ambos nunca tivessem participado de nenhum programa de natação. Num primeiro momento, elegemos 10 crianças portadoras de deficiências, dentre as quais, posteriormente, selecionamos 4 .

As aulas foram realizadas em uma academia da cidade, visto que esta apresentava instalações adequadas para o desenvolvimento do trabalho (requisito de que não dispunha a APAE).

Para estes pais, explicamos como seriam as aulas de natação, pois é muito comum a confusão entre hidroterapia e natação. Orientamos sobre o regulamento da academia (anexo IV) onde foram realizadas as aulas e apresentamos algumas recomendações quanto a higiene e condições fisiológicas (ver apêndice). Como norma da academia, foi pedido um atestado médico (anexo III) para cada aluno.

Após as explicações, selecionamos os alunos e pais que participariam das aulas. A partir daí fomos em busca do conhecimento do diagnóstico dos alunos selecionados. Após o conhecimento do diagnóstico, marcamos entrevista com os respectivos pais (PM), oportunidade em que, mais uma vez, esclarecemos sobre as aulas e nossos objetivos, além de realizarmos a anamnese a respeito de seus filhos e solicitarmos o consentimento de participação na pesquisa (Anexo I). Esta entrevista foi realizada no local onde foram realizadas as aulas de natação.

Quanto aos outros alunos e seus pais (PM) , participaram aqueles que procuraram as aulas de natação para crianças e se interessaram especialmente pelo horário, já que os pais trabalhavam durante o dia. Os pré-requisitos foram mantidos, isto é, só foram aceitas aquelas crianças cujos pais (PM) poderiam participar das aulas e que nunca tivessem participado de programas de atividades aquáticas. Fizemos a entrevista antes de iniciarmos o programa, a fim de esclarecer os

objetivos e os procedimentos de nosso trabalho, e depois da realização deste, para sabermos se houve ou não mudança na compreensão dos pais das crianças normais, a respeito das crianças portadoras de deficiência e seus pais.

Foi marcada uma aula inicial, onde só puderam participar os pais dos alunos portadores de deficiência e os pais das crianças normais. Somente a partir da segunda aula foi iniciada a natação propriamente dita para nossa clientela.

SUJEITOS DA PESQUISA

Participaram nesta pesquisa 4 crianças portadoras de deficiências e 3 crianças normais:

1 menina portadora da síndrome de Down, com 1 ano e 2 meses;

1 menino com paralisia cerebral (tetraparesia com maior evidência hemiparética à direita; sincinesias; hipereflexia); com 2 anos;

1 menino com paralisia cerebral (hipotonia muscular) com 9 meses;

1 menino portador da síndrome de Down, 2 anos e 1 mês;

3 meninos com as seguintes idades: 1 ano e 8 meses; 1 ano e 9 meses e 1 ano e 10 meses.

Os pais (PM) das crianças formaram um grupo de 7 casais. As crianças portadoras de deficiências foram avaliadas na APAE e já possuíam diagnóstico. Tomamos conhecimento da avaliação através da assistente social, que permitiu análise documental da ficha de cada aluno, oportunizando-nos um conhecimento do diagnóstico feito pela equipe da própria instituição. Além destas informações, tivemos encontro com os pais de nossos alunos, para melhor esclarecimento sobre o trabalho e para conhecer melhor nossos alunos. Foram dadas explicações sobre a parte técnica das aulas e também sobre o local onde estas seriam realizadas .

LOCAL DAS AULAS

As aulas foram realizadas em uma academia de ginástica e natação. Foram utilizadas duas piscinas azulejadas com as seguintes dimensões: uma, com 4 metros de largura por 8 metros de comprimento, 0,50cm de profundidade, com uma escada de alvenaria com dois degraus em toda a extensão de seu comprimento; a outra, com 12 metros e 0,50 centímetros de comprimento por 8 metros de largura, 1m e 0,50cm de profundidade na parte mais rasa e 1m e 80cm na parte mais funda, com uma escada de alumínio com três degraus e uma barra de alumínio em toda a extensão de seu comprimento. Manteve-se a cloração de 7 a 10, o PH de 7.4, em

nível ideal para a realização das aulas; a temperatura variou de 28°C à 32° C, dependendo do clima. O local dispunha de três vestiários: um masculino, outro feminino e um só de crianças (adaptado com chuveiros específicos para crianças, bancos e trocadores de roupas).

MATERIAL

Durante as aulas foram usados os seguintes materiais:

.Brinquedos: foram utilizados, no início, como material de suporte para ambientação ao local e às pessoas; posteriormente, como recurso pedagógico. Neste caso, estimulando a propulsão, imersão, flutuação e saltos. Foram utilizados: bolas de várias cores e tamanhos; bichinhos e bonecos emborrachados e plásticos; brinquedos de afundar (discos e argolas), livros específicos para água; copinhos plásticos; canudinhos de mangueira transparentes; garrafinhas plásticas (garrafas de mostarda, catchup e molhador de roupas) e carrinhos de plásticos.

.Colchonetes: Foram usados como recursos técnicos para flutuação, subir na borda, saltos, imersão, propulsão de pernas, socialização e recreação. Foram utilizados três tipos: um de 1 metro de comprimento por 50 centímetros de largura e o outro de 2 metros de comprimento por 1 metro de largura.

. Spaguettis: Foram utilizados como apoio para flutuação e propulsão e também como brinquedo e de várias cores (amarelo, verde, laranja, azul, lilás e vermelho).

. Arcos : Foram usados, principalmente para imersão, dois tipos de arcos, um que submerge e o outro que não submerge e necessita de auxílio do professor para ser utilizado.

AULAS

Duração de no máximo 45 minutos. Iniciamos com 10 minutos e depois aumentamos progressivamente o tempo de acordo com o cansaço e as necessidades de cada aluno . A frequência foi de duas vezes por semana, durante oito meses.

TEMPERATURA

Para a determinação da temperatura da água, levamos em consideração as características específicas dos nossos alunos quanto à faixa etária e ao tipo de deficiência.

Quanto à faixa etária, escolhemos desde bebês até crianças de dois anos, de modo que nos preocupamos em variar a temperatura no mínimo de 30° C e no máximo 32° C, no inverno, e 28° C à 30° C no verão.

Quanto ao tipo de deficiência, já que tínhamos alunos tanto com hipotonia quanto com hipertonia muscular e, portanto, com necessidades de temperaturas diferentes, a solução foi manter as temperaturas citadas anteriormente, de modo que a água ficava em uma temperatura compatível com as exigências de toda nossa clientela.

EQUIPAMENTOS:

Para a presente pesquisa utilizamos os seguintes equipamentos: uma filmadora JVC; uma máquina fotográfica Kodak; fichas individuais, de cada aluno, para anotar as observações. Esses equipamentos foram usados para a coleta de dados das aulas, em todos os aspectos.

COLETA DE DADOS:

Os instrumentos utilizados para a coleta de dados serão descritos no **Apêndice**, onde se encontraram as caracterizações das crianças, dos pais (PM) e do desempenho dos alunos .

Nos anexos deste trabalho encontramos documentos necessários às informações complementares (Consentimento formal; Autorização médica; Regulamento da escola).

Pela relevância e particularidade dos problemas que envolvem bebês e crianças portadoras de deficiências e pela importância da descrição do fenômeno observado, este estudo apresenta características de uma pesquisa qualitativa do tipo estudo de caso.

A pesquisa qualitativa caracteriza-se pelo contato direto do pesquisador com o ambiente que está sendo investigado, através do trabalho de campo.

“O estudo de caso é um estudo de um caso, seja ele simples e específico, ou complexo e abstrato...O caso pode ser similar a outros, mas é ao mesmo tempo distinto, pois tem um interesse próprio, singular.” LUDKE & ANDRÉ (1986):

O estudo de caso visa a descoberta, preocupando-se com novos elementos que podem surgir durante o estudo. Por meio deste tipo de investigação, observa-se

o contexto onde se realiza a pesquisa; retrata a realidade de forma completa e profunda; utiliza variedades de informações de coleta de dados; além de que se relata as experiências do pesquisador, oportunizando o leitor a fazer generalizações do trabalho. Destaque-se que o pesquisador procura trazer para o estudo as opiniões de outros autores, revelando também a sua própria opinião sobre a pesquisa, por meio de relatos realizados de uma forma mais acessível, apresentados numa variedade de formas, demonstrando um estilo informal, narrativo, além de citações e descrições.

Para a realização do estudo fizemos uma pesquisa de campo, com levantamento bibliográfico. Desenvolvemos o estudo de caso seguindo as fases previstas na bibliografia pertinente: delimitação do caso; o trabalho de campo e a organização e redação do relatório. A observação foi realizada como observação participante, que consiste na participação real do pesquisador com o grupo. As entrevistas foram caracterizadas como padronizadas ou estruturadas, com um roteiro previamente estabelecido. Para a realização das entrevistas seguimos os seguintes caminhos: 1. Preparação da entrevista, (consiste em planejamento, conhecimento prévio do entrevistado, marcação da hora e local, garantia ao entrevistado o segredo de suas confidências e identidade e organização do roteiro da entrevista).

2. Diretrizes da entrevista: contato inicial (o pesquisador deve entrar em contato com o informante e estabelecer, desde o primeiro momento, uma conversação amistosa, explicando a finalidade da pesquisa, seu objeto, relevância e ressaltando a necessidade de sua colaboração) formulação de perguntas de acordo com o roteiro (padronizada); registro de respostas (o uso de gravador é o ideal, se o informante aceitar a sua utilização), o término (deve ser como se iniciou, isto é, em ambiente de cordialidade e requisitos importantes: validade, relevância, especificidade, clareza, profundidade e extensão).

3. Perguntas: . Quanto à forma: perguntas abertas são as que permitem ao informante responder livremente.

. Quanto aos objetivos: perguntas de fatos que dizem respeito a questões concretas, referem-se a dados objetivos: idade, sexo, profissão, estado civil ou conjugal, religião, etc.

PROPOSTA DE TRABALHO



PROPOSTA DE TRABALHO

Neste capítulo abordaremos nossa proposta de atividades aquáticas para a adaptação ao meio-líquido de crianças com crianças portadoras de deficiências, com base na divisão da natação proposta na bibliografia de autores e segundo as características da deficiência. Antes de iniciarmos as aulas propriamente ditas, marcamos um encontro com os pais (PM) de nossos alunos para o conhecimento do espaço físico onde seria realizada a parte prática de nossa pesquisa. Após este conhecimento passamos para as aulas do nosso programa.

AULA PARA OS PAIS

Esta aula foi programada para atender num primeiro momento só aos pais (PM), visando ao conhecimento do local onde seriam realizadas as aulas, à ambientação entre os pais (PM), à ambientação com alguns exercícios que foram utilizados durante as aulas e à ambientação com o meio-líquido.

Utilizamos somente uma aula para este momento, com 1 hora de duração, atingindo, assim, nossos objetivos citados anteriormente.

Após fazermos toda a ambientação desde o local da recepção (secretaria), até aos vestiários, piscinas e sala de materiais, realizamos a apresentação entre os pais (PM) e iniciamos a aula propriamente dita.

O conhecimento da piscina foi gradativo, isto é, por onde entrar, qual é a parte rasa e a funda, a temperatura da água. Outra necessidade foi a de oportunizar um contato prévio destas pessoas com o meio-líquido, já que, em alguns casos, os pais nunca tinham entrado em uma piscina ou mesmo outro lugar que possibilitasse o nadar. Fizemos ainda algumas atividades que foram utilizadas durante a realização do programa. Num primeiro momento utilizamos os exercícios de respiração até a imersão completa vertical e horizontal, posteriormente flutuação, propulsão e saltos.

Demos mais ênfase nas etapas de imersão, em virtude da necessidade de ser muito utilizada durante as aulas, porque alguns exercícios de imersão são realizados juntamente com a criança. Estes procedimentos são utilizados desde o início das aulas até o momento em que as crianças ficam independentes na água. Adotamos em nosso trabalho as empunhaduras (como segurar as crianças durante as aulas) utilizadas por MAZARINI (1992), que são: Empunhadura básica

axilar: segurando a criança pela axila na vertical, na horizontal em decúbito ventral e dorsal, e Empunhadura básica tóraco-lombar: segurando a criança entre a região torácica e lombar na horizontal em decúbito dorsal. Acrescentamos Empunhadura tóraco-axilar: segurando a criança pela axila e região torácica em decúbito ventral, além da Empunhadura básica tóraco-cervical: segurando a criança na região torácica e cervical em decúbito dorsal

Após estas aulas iniciamos o programa propriamente dito, que dividimos em etapas:

- . Ambientação
- . Respiração
- . Imersão
- . Propulsão
- . Saltos
- . Flutuação
- . Giros

Apesar da divisão, deixamos claro que essas fases não acontecem separadamente uma após a outra, mas concomitantemente, em todas as aulas, de maneira geral.

As etapas deste trabalho seguiram esta sequência:

.Ambientação

Local: Iniciamos a ambientação das crianças a partir do vestiário adaptado para crianças, onde existem dois chuveiros dentro de tanques com trocador de roupa ao lado, e posteriormente a ambientação na piscina.

Nesse momento, em volta da piscina, orientamos os pais a mostrar todo o espaço ao redor da piscina, descrevendo cada lugar (piscina pequena, piscina grande, a escada, a ducha para os pais) para as crianças. Em seguida, pedimos aos pais para colocarem seus filhos sentados na borda da piscina grande, no colo de um dos dois, enquanto o outro entra na água através da escada, indo em direção à criança e colocando-a dentro da piscina , molhando o corpo devagar. Deixamos os pais e seus filhos à vontade (figura nº 1), permitindo o conhecimento dos aspectos físicos do meio-líquido como temperatura e sensação da água sobre o

corpo, a escada, a borda, a barra fixa (figura nº 2) e materiais utilizados durante a realização das aulas.



Figura nº 1: pais a vontade com seus filhos

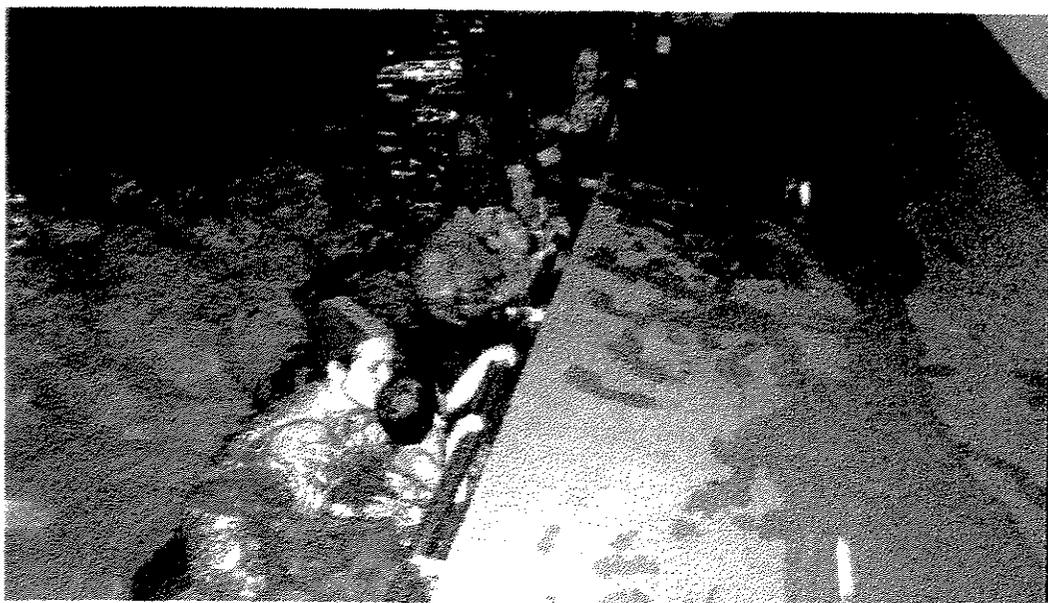


Figura nº2: conhecendo a barra fixa.

Pessoas: Além do local, as crianças necessitaram conhecer todos que estavam à sua volta (professora, pais e seus colegas). Ficaram à vontade conversando e brincando uns com outros possibilitando o contato s entre todos.

Após o conhecimento do local e pessoas começamos a intervir com orientação verbal, iniciando a aula propriamente dita. Iniciamos com brincadeiras de rodas (figuras nº 3; músicas: ver anexo II), utilizando várias cantigas (ver em apêndice). Ao término de cada uma delas, realizamos atividades

de familiarização com a água (bater as mãos na água, molhando o rosto; fazer chuvinhas, jogando água para cima; molhar as orelhas alternadamente, iniciando a sensação da imersão; pedindo aos pais que fizessem bolinhas com a boca, de frente para seu filho) e brinquedos diversos, propiciando a ambientação.

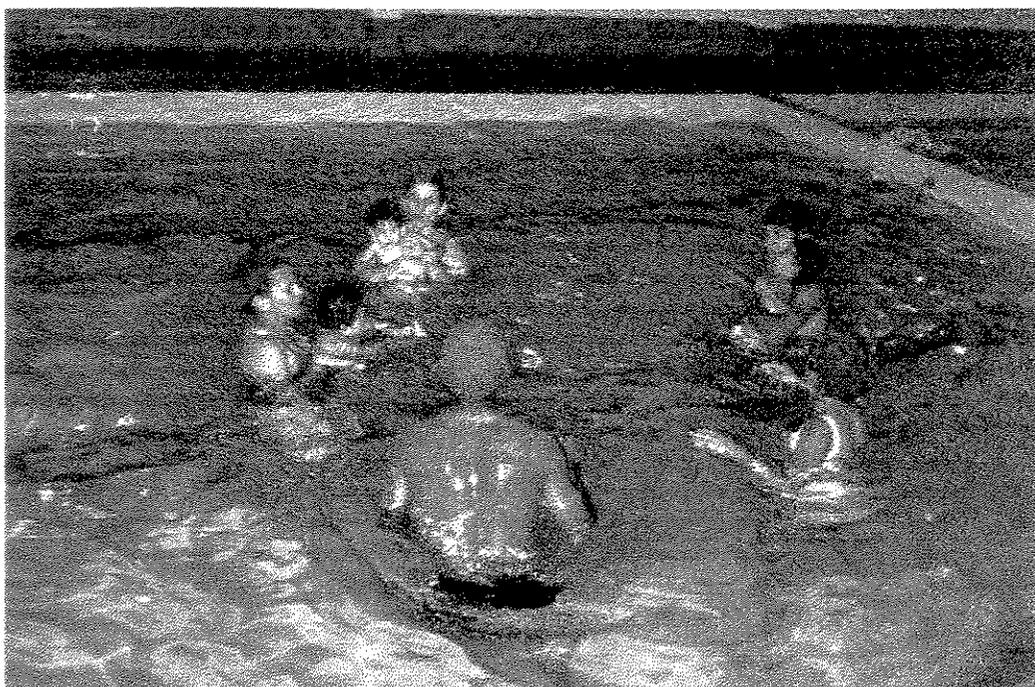


Figura nº 3: Brincando de roda

Após a formação da roda, orientamos os pais (PM) a movimentarem as crianças para frente, para trás e para os lados (pendular); movimentos de membros superiores (abre e fecha) e inferiores (abre e fecha; extensão e flexão dos tornozelos); saltos sentados e em pé na borda da piscina ; passar no arco ou embaixo dos spaguettis.

.Imersão e Respiração

Ao iniciarmos o trabalho de imersão, orientamos os pais (PM) a fazerem a imersão na vertical de frente para seus filhos: o pai(P) segura e a mãe (M) mergulha, e vice-versa; depois se brincava de achar o pai (P) ou a mãe (M). Também foi realizada a imersão da professora de frente para o aluno.

Após algumas aulas, fazendo estas atividades, partimos para a imersão da criança, realizada por nós. Iniciamos com a imersão vertical, usando a técnica do assopro: deixamos a criança na posição vertical de frente para nós, praticamente fora da água e iniciamos o mergulho assoprando desde os pés até a imersão da boca e nariz (quando passamos o assopro pela boca e nariz, a criança bloqueia o ar, então realizamos a imersão propriamente dita, assim a criança não engole

água) em alguns segundos. Realizamos este exercício inicialmente uma vez em cada aula, aumentamos a quantidade do mergulho após a terceira aula, com um mergulho a mais. Fazemos uma ressalva: quando a criança se demonstra muito receosa para a realização da imersão, o número de repetições do mergulho é realizado em menor quantidade, aumentando gradativamente.

Orientamos os pais (PM) a trabalharem nos exercícios de saltos em pé na borda, a imersão vertical.

Em uma segunda fase, a realização da imersão vertical da criança é feita pelos pais (PM), alternando-se: uma vez com o pai (P) e a outra com a mãe (M) (figura nº 4).

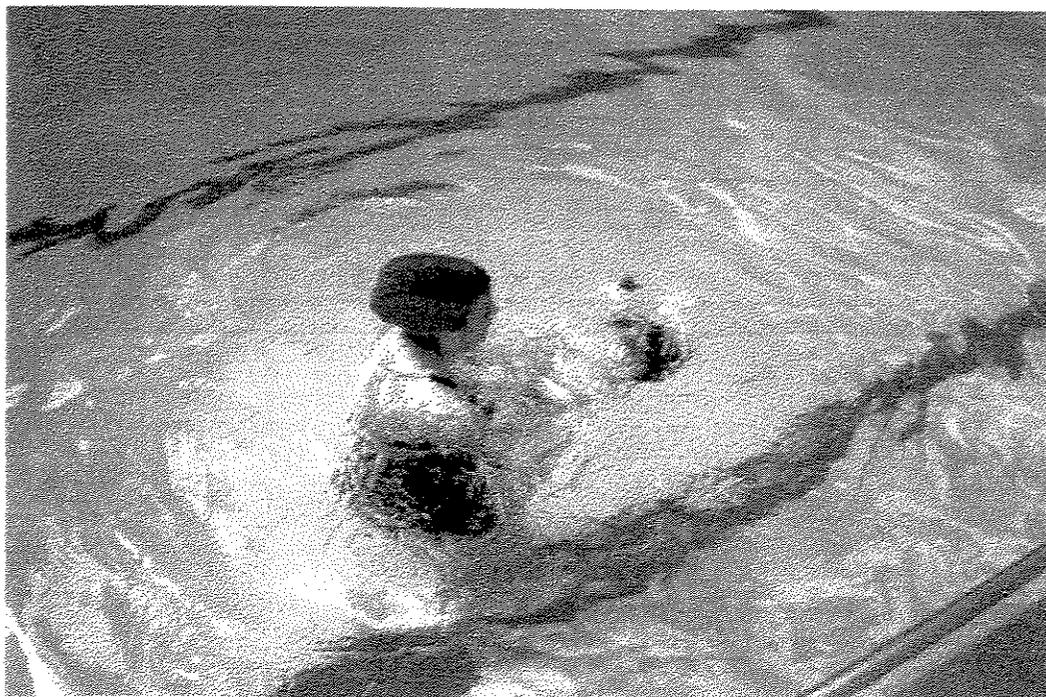


Figura nº 4: mãe mergulha seu filho.

Num terceiro momento, os pais mergulham juntos com seu filho . A mãe (M) mergulha com seu filho (figura nº 5), assim como o pai (P) (figura nº 6).

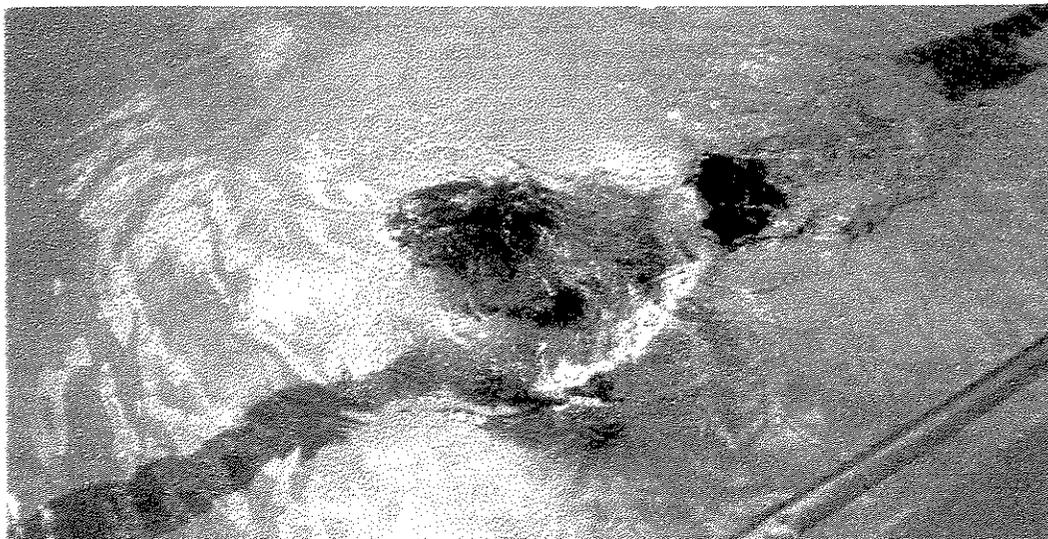


Figura nº 5: mãe (M) mergulha com seu filho.

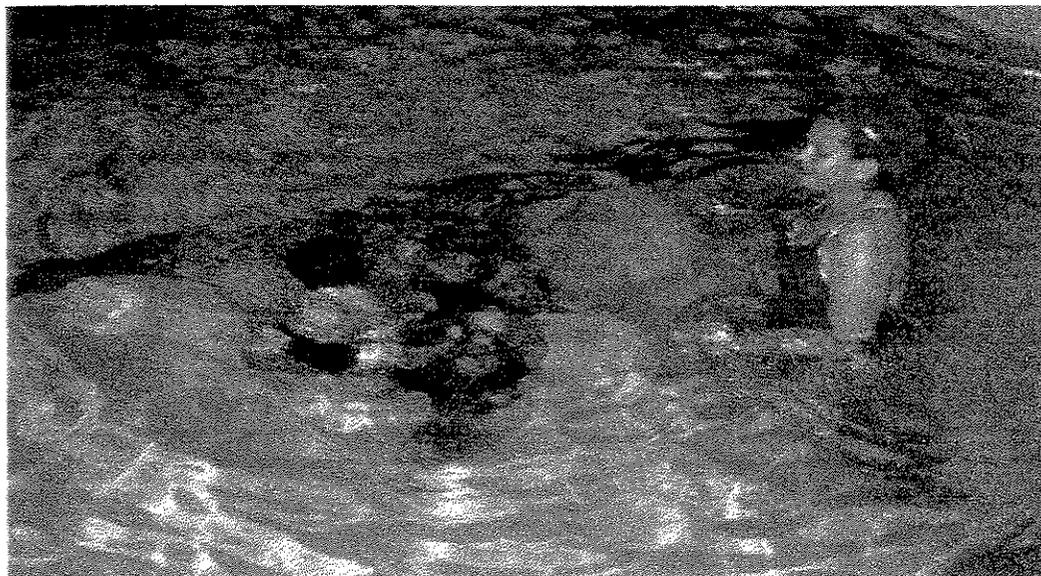


Figura nº 6: pai (P) mergulha com seu filho.

Após a imersão vertical ser bem trabalhada, realizamos a imersão horizontal. Colocamos a criança em decúbito ventral de frente para nós e realizamos a imersão horizontal, num segundo momento, colocamos nosso aluno de frente para seu pai (P) ou sua mãe (M) a uma certa distância e realizamos a imersão horizontal em direção aos pais (PM). Acrescentamos na atividades de imersão horizontal as passagens no arco; o pai (P) submerge a criança em direção a mãe (M); orientamos os pais (PM) a jogarem brinquedos a uma certa distância e submergirem seu filho em direção aos brinquedos, deixando-o brincar após a imersão realizada. Também houve a realização da imersão horizontal com saltos sentados na borda e no tapetão . Na próxima etapa, começamos a trabalhar a imersão soltando os alunos, isto é, deixando-os mergulhar sozinhos. Para isso, primeiro as crianças devem estar realizando a imersão vertical e horizontal de uma forma solta (relaxada e prazerosa). Assim, damos início à imersão executada sozinha pela crianças.

Mergulhamos o aluno em direção ao pai (P) ou mãe (M), na horizontal, soltâmo-lo devagar antes de este chegar no pai (P) ou mãe (M). Após algumas aulas, aumentamos a distância da chegada permitindo à criança mergulhar sozinha

em um tempo maior. Concomitantemente, realizamos o mesmo com a imersão vertical, isto é, mergulhamos a criança na vertical, soltamos um pouco e logo a pegamos.

Paralelamente a estes exercícios, realizamos as atividades de abrir os olhos embaixo d'água. Inicialmente submergimos objetos grandes, para uma melhor visualização do aluno, segurando em nossa mão e posteriormente jogamos brinquedos (próprios para afundar) no fundo da piscina, assim estimulando a criança a abrir os olhos na água. Após a realização destes exercícios com sucesso, mergulhamos o aluno em direção à escada, à barra, ao tapetão, sozinhas e também durante os saltos (a criança salta e vem mergulhando em nossa direção ou na direção do pai (P) ou mãe (M)).

Quanto à respiração, iniciamos de frente para a criança, fazendo bolinhas com a boca bem perto da criança e pedimos aos pais(PM) que fizessem o mesmo, estimulando-as `a imitação, também fizemos as bolinhas em algumas partes do corpo da criança, como pés mãos, barriga, fazendo que a criança as sentisse.

Após a assimilação das bolinhas feita pela criança, associamos com o mergulho, orientando as crianças a mergulharem e fazerem bolinhas embaixo d'água. Portanto a criança realizava o mergulho tanto com a imersão em apnéia (ar bloqueado) quanto com imersão em expiração embaixo d'água.

A respiração pode ser trabalhada então com ar preso dentro do pulmão (apnéia) ou com expiração dentro d'água pela boca, dependendo do nível da criança.

.Propulsão

Propulsão de membros inferiores: é a etapa em que exercitamos mais especificamente os membros inferiores. Inicialmente os movimentos são estimulados com auxílio dos pais (PM): os pais seguram os membros inferiores e movimentam. As atividades usadas com ajuda são baseadas nos movimentos natatórios, movimentos de adução, abdução, flexão e extensão dos músculos anteriores e posteriores, isto é, movimentos imitando as técnicas dos quatro estilos.

Orientamos a estimulação dos movimentos através de brinquedos e brincadeiras (chutar as bolinhas d'água, cantar parabéns abrindo e fechando as perninhas como se fossem as mãos, chutar brinquedos esparramados na água. Orientamos verbalmente a movimentar as perninhas para buscar brinquedos), com auxílio dos pais e do professor (figuras nº7 e nº 8).



Figura nº 7: Batendo perninhas



Figura nº 8: propulsão de membros inferiores com auxílio.

Propulsão de membros superiores: a propulsão de membros superiores consiste os exercícios em que trabalhamos mais especificamente os braços. Desta maneira, usamos a imitação dos movimentos dos quatro estilos, como também a extensão e flexão dos braços e mãos dos alunos. Ainda acrescentamos os movimentos de rotações articulares de ombros e cotovelos, adução e abdução dos membros superiores. Estes movimentos são inicialmente feitos com auxílio e posteriormente os alunos executam-nos sozinhos.

Para a realização desta atividade também subsidiamos os exercícios com músicas (ver em apêndice), brincadeiras (ir à busca de brinquedos, orientar verbalmente os movimentos dos braços).

Na etapa final da propulsão, juntamos os exercícios de membros superiores e inferiores em diversas atividades, como por exemplo: movimentando os membros superiores e os membros inferiores em busca de brinquedos (imitação do nado cachorrinho, usando música, ver em apêndice); passando embaixo dos spaguettis (em formato de uma ponte).

A primeira fase da propulsão é realizada com a ajuda dos pais(PM) e do professor; posteriormente, quando o aluno consegue fazer a imersão sem auxílio, estimulamos a propulsão também sem ajuda. Isto é, as crianças começam a se movimentar sozinhas até um determinado local realizando a imersão e propulsão juntas.

. SALTOS

Nesta etapa, exploramos todas as formas de se entrar na água. Começamos com os saltos com auxílio dos pais e do professor e posteriormente as crianças saltavam sozinhas:

.na borda: sentadas e em pé. Orientamos os pais (PM) a sentarem a criança na borda e estimulá-la a saltar na água; o mesmo em pé.

.na escada: sentadas e em pé. Orientamos aos pais a sentarem a criança na escada e estimulá-la a saltar na água, o mesmo em pé.

. no colchonete: sentadas e em pé (figura nº9). Orientamos os pais (PM) a sentarem a criança no tapetão e estimulá-la a saltar; o mesmo em pé (neste caso com auxílio)



Figura nº9: salto em pé com auxílio sobre o colchonete.

Posteriormente sem auxílio:

. na borda: sentado e em pé : orientamos a criança a saltar de diversas formas(de frente; de costas; de lado; de cabeça; “bomba”)

. no colchonete: sentado

. em decúbito ventral: na borda; no colchonete; com giro de 180°

. em decúbito dorsal com giro de 180°

Todos os exercícios descritos anteriormente são realizados progressivamente durante as aulas e também feitos juntos com outras etapas propostas, por exemplo: saltar da borda e ir nadando (movimentando braços e pernas) até onde o professor está.

. FLUTUAÇÃO

A flutuação é realizada em nosso trabalho da seguinte forma:

na horizontal:

. decúbito ventral:

com auxílio e sem auxílio

. decúbito dorsal:

com auxílio (figura nº10) e sem auxílio

. na vertical:

com auxílio e sem auxílio



Figura nº 10: flutuação com auxílio

Realizamos inicialmente a flutuação em decúbito dorsal e posteriormente a flutuação em decúbito ventral, pois para, realizarmos a flutuação em decúbito ventral, é necessário a criança realizar a imersão sem auxílio.

Começamos a flutuação em decúbito dorsal com a imersão da parte de trás da cabeça, colocando toda a orelha submersa na água. Nesse momento tivemos o

cuidado de afundar toda a orelha na água devido ao incômodo causado pela água se deixarmos fora parte da orelha.

Posteriormente, começamos a soltar a criança na posição citada anteriormente até esta ficar flutuando sozinha.

Na posição em decúbito ventral, iniciamos com a flutuação em forma de um avião e depois exercitamos a flutuação em agrupamento, isto é, a criança mergulha em decúbito ventral, flexiona as pernas e as segura como se estivesse em posição fetal.

Outra forma de flutuação que nós trabalhamos foi na posição vertical: a criança fica na piscina funda, de pé, dentro d'água, sem se mexer.

. GIROS

Para a realização dos giros as crianças devem saber: imersão, propulsão e flutuação sem auxílio.

Trabalhamos giros em decúbito dorsal, ventral e na posição vertical, da seguinte forma: orientamos os alunos a flutuarem em decúbito dorsal e ao sinal realizam o giro de 180°, ficando em decúbito ventral e vice-versa.

. em decúbito ventral: na borda (colocamos o tapetão na borda e orientamos a criança a realizariam o giro de 180° e “cair” na água); no colchonete (escorregando o aluno dentro d’água e com giro de 180°).

. em decúbito dorsal com giro de 180° na borda e no tapetão.

Na posição vertical, colocamos as crianças na piscina funda dentro d’água, de costas para nós, e orientamos, ao sinal, a realizarem o giro de 180° num primeiro momento; num segundo momento o giro de 360° .

SOBREVIVÊNCIA

Para finalizarmos a adaptação ao meio líquido aqui proposta, temos como a última etapa a sobrevivência. Caracteriza-se, como o próprio nome diz, sobreviver no meio líquido sem ajuda de alguém.

Nesta fase é necessário ter percorrido todos os caminhos citados anteriormente e saber realizá-los.

Os alunos deverão entrar e sair da água sem ajuda. Iniciamos o trabalho com deslocamentos, segurando na borda e barra fixa (figura nº14), utilizando orientação verbal e música. Esta atividade permite à criança deslocar-se até uma

saída segura como a escada. Posteriormente, os alunos realizaram a saída da piscina pela borda. Para isto, iniciamos com exercícios no colchonete e depois transferimos para a borda.

Por fim, orientamos a criança a entrar na água, através de um salto, sair nadando cachorrinho (é uma forma mais comum, podendo ser utilizado qualquer outro movimento desde que seja sem auxílio), subir na borda e sair da piscina. Quando a criança realiza todas as atividades propostas citadas anteriormente, consideramos que esta criança está adaptada ao meio-líquido. Portanto nesta etapa o aluno deve nadar e sair da piscina sozinho.

Para sabermos se nossos alunos estavam evoluindo tecnicamente resolvemos fazer uma avaliação das etapas, com base nas propostas de DAMASCENO (1994) e MAZARINI (1992).

Proposta de Estudo para Divisão da Natação

Neste momento, apresentamos nossa divisão da natação e a definição de cada segmento, com ênfase na adaptação ao meio líquido por ser a nossa proposta de trabalho deste estudo.

1) Adaptação ao Meio Líquido: Subdivide-se em: Ambientação; Respiração; Imersão; Flutuação; Propulsão; Giros; Saltos e Mergulho.

2) Aprendizagem dos Quatro Estilos

3) Aperfeiçoamento dos Quatro Estilos

4) Treinamento dos Quatro Estilos

1) **Adaptação ao Meio Líquido:** A adaptação ao meio líquido é a base da natação. A A.S.T.(Association of Swimming Therapy) (1986) complementa: “É necessário que o indivíduo, deficiente ou não, se adapte à água, se quiser ser um nadador independente e feliz...” MAZARINI (1992) afirma “... a etapa de adaptação é considerada como preparação para o aprendizado.” avanço, empuxo etc, bem como às propriedades físicas inerentes à água (tensão superficial, refração, viscosidade, temperatura, densidade etc.).

ARCHER (1996) observa: “ Primeira fase do processo de aprendizagem da natação. Também denominada de adaptação ou mesmo familiarização.”

A adaptação ao meio líquido é o processo inicial para a aprendizagem da natação; é o primeiro contato do aluno nos aspectos sociais, físicos, psicológicos e fisiológicos. Na natação para bebês é a fase com maior duração, pois inicia-se desde a ambientação até realizarmos a sobrevivência (seria o aluno entrar na piscina, nadar e sair sem auxílio nenhum).

a) **Ambientação:** É realizada nas primeiras aulas, nos quais os alunos têm contato inicial com o local e o meio líquido.

Caracterizamos o local desde a recepção, vestiário, piscina (em volta, dentro, os desníveis existentes, as barras, as escadas, as raias, balizas), o espaço onde guarda os materiais das aulas e até o professor.

Quanto ao meio líquido, a ambientação se dá pela adaptação à temperatura, à profundidade e à água propriamente dita. É o contato com a água através de espirros no rosto, o jogar água sobre a cabeça, o andar dentro da piscina com ou sem ajuda, o movimentar-se com auxílio de empunhaduras, no caso da piscina funda. Segundo MANSOLDO (1996) “fase em que o aluno sentiria o que é a água, qual sua atuação sobre seu corpo, sua temperatura, resistência, profundidade, dependendo da piscina a sua forma, etc.”

Para LOTUFO (1976) “É necessário para aprender a nadar, em primeiro lugar, que o principiante se familiarize com a água.” MENEZES (1974) sustenta que

Quando a pessoa não sabe nadar e entra na água pela primeira vez, passa por uma experiência única, que requer um ajustamento considerável, tanto físico como mental...A água deverá tornar-se um elemento agradável, de maneira que os aprendizes sintam alegria na prática da natação.

LEHMANN (1984) acrescenta

Aprender a estar à vontade na água é essencial na aprendizagem da natação. Pouco importa o tempo consagrado a estes esforços: trata-se de informar claramente o aluno (e sua família, se for o caso disso) que o nadar não consiste em deslocar-se, com a cabeça debaixo da água, mas sim em fazer o que quiser dentro da água sem esforço maior.

“O nadador feliz não deve se sentir incomodado, quando a água espirra, intencionalmente ou não.” (A . S . T. 1986)

b) Imersão: É o submergir na água. MACHADO (1986) observa que a “Imersão completa visa a submersão do aluno, mesmo que por pouco tempo,...”

Para LEHMANN (1984):

Começa-se a mergulhar gradualmente a face, olhos fechados, em apnéia. Depois progressivamente: aumentar o tempo de imersão; abrir os olhos; expirar, primeiro rapidamente depois cada vez mais completamente, sempre com a boca bem aberta.

MAZARINI (1992) acrescenta que

O termo imersão propriamente dito se define como o ato de mergulhar parte do corpo ou corpo inteiro na água. Para que a criança possa mergulhar, ela necessita da aprendizagem dos movimentos voluntários de inspiração fora da água, apnéia e expiração dentro da água, consideradas como grandes problemas no processo da aprendizagem do nado.

A imersão é realizada através do mergulho do corpo na água. Inicialmente mergulhamos só a face e posteriormente afundamos toda a cabeça. Esta etapa pode ser feita em apnéia ou expirando embaixo d'água. Nesta etapa também realizamos exercícios para nossos alunos abrirem os olhos embaixo d'água.

Dividimos em imersão horizontal e vertical de acordo com a posição do corpo na água, isto é, a horizontal seria o mergulho do corpo na posição horizontal e a vertical, na posição vertical.

c) **Respiração:** Para MENEZES (1974)

Na natação a inspiração é feita pela boca. A inspiração pelo nariz é contra-indicada, porque faria penetrar no nariz a água que escorre pelo rosto e a que provém da ondulação, o que irrita as mucosas, provocando tosse e sufocação.

Segundo MACHADO (1986) a

Respiração aquática; trata-se, é claro, apenas de uma respiração para este objetivo, uma vez que nossa respiração só é possível fora da água. Entretanto, podemos combinar os dois movimentos respiratórios, inspiração e expiração, com nossa progressão na água.

LEHMANN (1984) relata que

Respiração: Inspiração é: bucal; relativamente curta; próxima da superfície; natural, ou seja, não forçada. E expiração é: bucal e nasal; longa, completa, gradual; a maior parte das vezes aquática, necessitando por isso mesmo de uma aprendizagem metódica. Logo que a face está imersa: a boca não está crispada, os olhos estão abertos, o indivíduo expira. O aluno deve controlar a sua apnéia, expiração e inspiração.

CATTEAU e GAROFF (1990) definem apnéia como

...a capacidade de interromper momentaneamente a troca, seja durante a inspiração, seja durante a expiração (menos frequente); isto é a apnéia. Ela servirá de 'meio de defesa' ou de 'transição'. É uma preliminar que será necessário explorar e ultrapassar .

MANSOLDO (1996) acrescenta que a

... adaptação das vias respiratórias ao contato direto com a água durante a imersão, ou seja, expiração pelo nariz e pela boca, evitando a entrada de água nas fossas nasais. Como essa fase implica necessariamente em afundamento da cabeça, outras adaptações devem ocorrer, como a entrada de água nos ouvidos e principalmente abertura dos olhos embaixo d'água.

A respiração consiste em trabalharmos sob duas formas: inspiração e expiração, e apnéia ou bloqueio respiratório (o ar fica preso dentro do pulmão).

A inspiração pode ser realizada pela boca (mais utilizada) ou nariz e a expiração também, pela boca ou nariz. No caso específico das aulas de bebês, iniciamos com o trabalho em apnéia e posteriormente com expiração na água.

d) **Flutuação:** MACHADO (1986) conceitua flutuação como: “Flutuação é a capacidade que tem um corpo de se manter à superfície de um líquido, sem nenhum auxílio.”

Existem dois tipos de flutuação: a dorsal e ventral

Para LEHMANN (1984)

A flutuação dorsal: levantar o queixo e mergulhar as orelhas, os olhos abertos, primeiramente em apnéia e depois, tão breve quanto possível respirando livremente pela boca, os braços em cruz ou ao longo do corpo, sendo a posição destes determinante para melhorar a flutuação do corpo.

DAMASCENO (1994) considera que

... a flutuação na posição ventral faz com que uma de suas principais características seja a brevidade, pois implica em uma atitude de imersão e, portanto, um estado de apnéia para que o bebê possa a vir a ter a sensação proprioceptiva de ‘estar flutuando’... a partir da posição de flutuação o bebê se encolhe levando o rosto ao peito ao mesmo tempo que tenta segurar os joelhos com as mãos; posição muito semelhante à fetal.

e) **Propulsão:** Para MAZARINI (1992) “... a propulsão é a força que impele o nadador para frente, criada pelo trabalho dos membros superiores e inferiores.”

Mansoldo (1996) confirma em outras palavras, o conceito de Mazarini ‘... é o deslocamento no meio líquido.’

A propulsão é o movimentar-se na água, ora só com braços, ora só com as pernas, ora com os dois juntos, em decúbito ventral ou em decúbito dorsal. Inicia-se com auxílio do professor ou dos pais(PM) até os alunos realizarem os movimentos sozinhos.

f) **Giros:** É a mudança de posição, através de uma rotação para a direita ou esquerda, tanto na posição horizontal quanto na vertical, em 180° ou 360°. Para LEHMANN (1984)

É a passagem da flutuação dorsal à flutuação ventral (vice-versa). Vira-se a cabeça para o lado onde se pretende a viagem, por exemplo, para esquerda,; o membro superior esquerdo continua o movimento, seguido pelo membro superior direito, que passa por diante do tórax; a viragem do tórax arrasta consigo o deslocamento da bacia e dos membros inferiores; logo que o movimento termina, os membros superiores estabilizam de novo a posição, por meio de uma extensão dos cotovelos e a abdução dos braços. Notar-se-à que toda evolução do corpo no meio aquático tem como ponto de partida o movimento da cabeça. A cabeça serve de leme do corpo.

g) **Salto:** Todas as maneiras de se entrar na água. Para LEHMANN (1984) “O salto pode ser : anterior, posterior e de altura variável.” DAMASCENO (1994) considera

O salto desde a borda da piscina, a princípio com o bebê sentado e com ajuda, logo, a partir da posição de pé e em seguida de forma autônoma são exemplos claros a esta progressão pedagógica que deve ser inserida no programa de aprendizagem sob a forma de objetivos.

Diante do exposto, nossa proposta para a divisão de natação deve contemplar as seguintes fases:

SOUZA 1999
Ambientação: local; pessoas e meio-líquido
Imersão e Respiração
Propulsão
Saltos
Flutuação
Giros
Sobrevivência

Após a adaptação ao meio-líquido trabalhamos as etapas seguintes, visando à técnica dos quatro estilos :

2) Aprendizagem dos Quatros Estilos: Nesta fase trabalhamos a iniciação técnica dos quatros estilos (crawl, costas, peito e borboleta)

3) Aperfeiçoamento dos Quatro Estilos: Neste momento das atividades, há uma correção dos quatro estilos bem específica de cada movimento.

4) Treinamento dos Quatros Estilos: Nesta etapa do trabalho, são feitos todos os procedimentos do treinamento esportivo específico da natação.

AVALIAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS TÉCNICOS
PROPOSTOS

DESEMPENHOS ESPERADOS DOS ALUNOS APÓS OITO MESES
DE ATIVIDADES:

Demonstra-se:

Ambientado:

- com o espaço físico (vestiário, recepção, em volta da piscina)
- com o professor
- com a piscina (brinquedos, materiais)
- com os outros alunos
- quando molhado no chuveiro
- quando entra na piscina
- quando molhado por espirros, jatos d'água
- quanto às pegas de empunhadura básica axilar na vertical

- quanto às pegas de empunhadura básica axilar em decúbito ventral
- quanto às pegas de empunhadura básica axilar em decúbito dorsal
- quanto às pegas de empunhadura tóraco-lombar em decúbito dorsal
- quanto às pegas de empunhadura torácica

Imersão e respiração

- exercícios respiratórios com canudinhos
- exercícios respiratórios com a boca na superfície da água
- a imersão vertical com auxílio
- a imersão vertical sem auxílio
- a imersão horizontal com auxílio
- a imersão horizontal sem auxílio
- exercícios respiratórios com apnéia embaixo d'água
- exercícios respiratórios, expirando o ar pela a boca embaixo d'água

Flutua:

- em decúbito dorsal, com auxílio
- em decúbito dorsal, sem auxílio
- em decúbito ventral, com auxílio
- em decúbito ventral, sem auxílio
- troca de decúbito, com auxílio
- troca de decúbito, sem auxílio

Salta:

- da borda, sentado, com auxílio
- da borda, sentado, sem auxílio
- da borda, em pé, com auxílio
- da borda, em pé, sem auxílio

Giros:

- na vertical: giro de 180°
- na vertical: giro de 360°
- na horizontal: da posição em decúbito ventral para decúbito dorsal
- na horizontal: da posição em decúbito dorsal para decúbito ventral

Desloca-se:

- em decúbito dorsal, batendo membros inferiores com auxílio
- em decúbito dorsal, batendo membros inferiores sem auxílio
- em decúbito ventral, batendo membros inferiores com auxílio
- em decúbito ventral, batendo membros inferiores sem auxílio
- demonstra-se adaptado ao meio líquido
- gira na posição vertical embaixo d'água
- abre os olhos embaixo d'água
- pega brinquedos embaixo d'água, com auxílio
- pega brinquedos embaixo d'água, sem auxílio
- persegue brinquedos com movimentos de pernas

- agita a água com ambas as mãos
- movimentam-se membros superiores e inferiores simultaneamente com efeito propulsor
- Sai da piscina com auxílio
- Sai da piscina sem auxílio
- entra na piscina pela escada, com auxílio
- sai da piscina pela escada, sem auxílio
- entra na piscina pela escada, com auxílio
- sai da piscina pela escada, sem auxílio
- locomove-se na piscina rasa com auxílio
- locomove-se na piscina rasa sem auxílio

RESULTADOS



RESULTADOS

Neste capítulo faremos considerações a respeito dos resultados do nosso trabalho, desde procedimentos técnicos das atividades aquáticas, até os objetivos propostos.

Para cada aluno descrevemos os resultados individualmente. Posteriormente compilamos todos os resultados, observando de uma forma geral os dados revelados em nossa pesquisa, ver em Quadro I.

CRIANÇA Nº1

Data da entrevista: 9/4/97

Análise documental do diagnóstico: síndrome de Down

Entrevista com Mãe 1(M 1):

Nome:

Data de nascimento: 7/12/65

Religião: Católica

Estado civil: casada

Estuda? Sou formada em Economia

Ocupação atual? Trabalho no INPS, serviço público

Endereço:

Quantos filhos você tem? Só uma

Você teve algum aborto ou algum nenem que nasceu morto? Não

Quantas pessoas moram na sua casa? Três

Sobre sua filha

Nome:

Data de nascimento: 11/02/96

Idade atual: 1 ano e dois meses

Qual o diagnóstico médico dela? Síndrome de Down

Entrevista com Pai 1(P 1):

Nome:

Data de nascimento: 10/02/65

Religião: Espírita

Estado civil: casado

Você estudou? Sim, técnico eletrônico

Qual sua ocupação atual: músico

Endereço:

Quantos filhos você tem? Quatro. Uma menina do primeiro casamento; gêmeas do segundo casamento e uma menina do terceiro casamento.

Quantas pessoas moram na sua casa? Três pessoas. Eu, minha mulher e minha filha.

Sobre sua filha do nosso estudo:

Nome:

Data de nascimento: 11/02/96

Idade atual: 1 ano e dois meses

Qual foi o diagnóstico médico dela? Síndrome de Down

Avaliação das atividades propostas: desempenhos após oito meses de atividades

Criança nº 1

Demonstrou-se descontraída e a ambientação ao local, pessoas e meio-líquido foi tranquila. A imersão foi realizada com auxílio, portanto não conseguiu se soltar em virtude de a sensação do medo estar permanente nesta fase de ficar submersa sem auxílio. A respiração foi realizada com tranquilidade.

Quanto à flutuação em decúbito dorsal, realizou-se com auxílio e mesmo assim com receio, não gostando de ficar nesta posição. Quanto ao decúbito ventral, não foi possível realizar, pois para atingir o objetivo proposto, o aluno deveria estar

realizando a imersão sem auxílio e, como mencionado anteriormente, esta criança não realizou a imersão sem auxílio.

Os saltos foram realizados com tranquilidade, conseguindo saltar sem auxílio e com muito entusiasmo.

A dificuldade da imersão sem auxílio fez que a criança não realizasse nenhum giro.

Quanto a propulsão, nosso aluno realizou com auxílio, os movimentos propostos, conseqüentemente a aprendizagem da etapa da sobrevivência não foi possível atingir.

Observamos em relação a esta criança que a questão do tempo limitou seu desempenho: a criança necessitava de mais aulas para atingir os objetivos propostos.

A socialização da criança e seus pais (PM) com o grupo foi tranquila. Os pais (PM) participaram ativamente em todos os segmentos das aulas.

A presença do pai (P) desta criança durante as aulas e a interação entre eles foi normal, pois neste caso o pai (P) sempre acompanha a criança em várias atividades de terapia, percebendo-se uma ligação afetiva intensa entre pai (P) e filho.

CRIANÇA Nº2

Data da entrevista: 11/04/97

Análise documental do diagnóstico: Criança com atraso motor e na fala por anoxia neonatal; tonus variável com hipertonia aos estímulos; tetraparesia com maior evidência hemiparética à direita; sincinesias; hipereflexia.

Entrevista com a Mãe 2 (M 2)

Nome:

Data de nascimento:05/01/75

Religião: Católica

Estado civil: casada

Você estuda? Até a Sexta série

Você trabalha? Não

Endereço:

Você tem filhos? Só um

Você teve algum aborto ou filho que nasceu morto? Não

Quantas pessoas moram na sua casa? São cinco: minha irmã, minha avó, meu marido , eu e meu filho

Sobre seu filho

Nome:

Data de nascimento: 08/06/94

Idade atual: Dois anos e dois meses

Qual o diagnóstico que foi dado? Ele não tem ainda, a única coisa que a gente sabe é que ele tem uma coordenação motora atrasada

Entrevista com o Pai 2 (P 2)

Nome:

Data de nascimento: 24/5/77

Religião: católica

Estado civil: solteiro, moramos juntos, só casamos no religioso

Você estudou? Estudo, primeiro ano do magistério

Você trabalha? Trabalho

O que você faz? Trabalho num posto como lubrificador

Endereço:

Você tem quantos filhos? Só um

Sobre seu filho

Nome:

Qual diagnóstico de seu filho? Eu não conversei com o médico

Avaliação das atividades propostas: desempenhos após oito meses de atividades

Criança nº 2

Demonstrou-se descontraída e a ambientação ao local, pessoas e meio-líquido foi tranquila. Realizou os exercícios de respiração com tranquilidade; a imersão atingiu esta fase sem auxílio.

Quanto à flutuação, não obteve o objetivo final por causa da dificuldade motora, isto é: por ter paralisia cerebral com hipertonia muscular, a questão do relaxamento muscular dificultou a flutuação. Portanto estimulamos o relaxamento de seus membros.

Nos saltos sem auxílio não se atingiu o objetivo proposto pela dificuldade motora do aluno, necessitando de auxílio; observou-se o entusiasmo durante a realizar destes saltos, mesmo com auxílio.

Os deslocamentos realizados com auxílio foram descontraídos, a dificuldade sem auxílio é ainda presente em decorrência da coordenação motora comprometida. Assim a sobrevivência não foi possível pela a dificuldade motora, mas a criança descontraiu-se na água, também os receios ou inseguranças decorrerem da dificuldade motora.

Os pais (PM) participaram das atividades ativamente, realizando a socialização com o grupo. Percebeu-se que a interação pai (P) e filho durante as aulas foi significativa.

CRIANÇA Nº3:

Data da entrevista: 8/04/97

Análise documental do diagnóstico: Paralisia cerebral; hipotonia muscular

Entrevista com mãe 3 (M 3)

Nome:

Data de nascimento: 8/02/76

Religião: católica

Estado civil? Não sou casada, **Vocês moram juntos é isso?** Moramos juntos.

Estuda? Eu tenho só até a quarta série.

Você trabalha? Sim.

O que você faz? Doméstica

Qual é o seu endereço?

Você só tem um filho? Como é que é? Não, tenho dois né, que é uma menina e um menino. **Ela é mais velha? É. Como ela chama?**

São só estes dois? É

Você teve algum aborto ou quando teve um filho ele nasceu morto? Não, nada disso. **Então você só teve duas gravidez? É.**

Quantas pessoas moram na sua casa e quem são elas? Somos em quatro pessoas, eu meu marido e meus dois filhos.

Sobre seu filho

Nome:

Data de nascimento: 10/ 06/ 1996

Qual a idade atual dele? Dez meses

Qual foi o diagnóstico que o médico deu? Ah! Atrofia no cérebro.

Algun psicólogo fez algum diagnóstico? Não. Você só teve este diagnóstico? Só.

Entrevista com o pai 3 (P 3)

Data: 08/04/97

Nome:

Data de nascimento: 11/10/74

Religião: Católica

Estado civil: solteiro, é, nós moramos juntos

Estuda? Até o 2º grau

Trabalha? Sim, no comércio, sou vendedor

Endereço:

Tem filhos? Dois, uma menina e um menino

Quantas pessoas moram na casa? Quatro, eu, minha mulher e meus dois filhos

Sobre seu filho:

Nome:

Data de nascimento: 10/06/96

Idade atual: nove meses

Qual o diagnóstico médico? Atrofia no cérebro

Avaliação das atividades propostas: desempenhos após oito meses de atividades:

Criança nº3

Demonstrou-se descontraída; a ambientação ao local, pessoas e meio-líquido foi tranqüila. Realizou a imersão com auxílio; a respiração não foi realizada; a flutuação foi realizada com auxílio. Os saltos foram realizados com auxílio na posição sentado; a propulsão foi estimulada o tempo todo por causa de sua hipotonia muscular. Esta criança demonstrava-se feliz ao entrar na água, realizando movimentos de membros superiores o tempo todo; por não conseguir o controle da cabeça, as atividades foram sempre realizadas com auxílio. Neste caso procuramos estimular ao máximo seus movimentos para fortalecer seu tônus muscular.

Os pais(PM) participaram de todas as atividades propostas.

CRIANÇA Nº 4

Data da entrevista: 24/05/97

Análise documental do diagnóstico: síndrome de Down

Entrevista com a mãe 4 (M 4)

Nome:

Data de nascimento: 17/01/54

Religião: Católica

Estado civil: casada

Estuda? Até o 1º. grau

Você trabalha? No comércio, sou caixa.

Endereço:

Tem filhos? Dois filhos; uma menina e um menino

Você teve algum aborto ou algum nenem que nasceu morto? Não, eu perdi um com sete meses

Quantas pessoas moram na sua casa? Nós quatro

Sobre seu filho:

Nome:

Data de nascimento: 04/04/95

Idade atual: 2 anos e um mês

Qual o diagnóstico médico dele? Síndrome de Down

Entrevista com o pai 4 (P 4)

Nome:

Data de nascimento: 20/05/60

Religião: católico

Estado civil: casado

Estuda? Até o 2º grau

Trabalha? No comércio, vendedor

Endereço:

Tem filhos? Dois, uma menina e um menino

Quantas pessoas moram na sua casa? Quatro

Sobre seu filho

Nome:

Data de nascimento:

Idade atual:

Qual o diagnóstico do médico? Síndrome de Down

**Avaliação das atividades propostas:
desempenhos após oito meses de atividades:**

Criança nº 4

Demonstrou-se descontraída; a ambientação ao local, pessoas e meio-líquido foi tranqüila. A imersão foi realizada sem auxílio e a respiração foi realizada com tranqüilidade.

Quanto à flutuação, foi realizada com auxílio. Os saltos foram realizados sem auxílio, com muito entusiasmo do aluno. Os deslocamentos também se realizaram sem auxílio.

A sobrevivência não foi possível, necessitando mais aulas para realizar todo o programa. Logo, a adaptação ao meio-líquido não ocorreu.

A participação dos pais foi ativa durante todo o programa.

Criança nº 5

Data da entrevista: 25/05/97

Nome:

Data de nascimento: 02/09/95

Idade atual: 1 ano e nove meses

Entrevista com a mãe 5 (M 5)**Nome:****Data de nascimento:** 19/06/68**Religião:** Católica**Estado civil:** casada**Estuda?** Até o 2º. grau**Você trabalha?** não**Endereço:****Tem filhos?** Só este**Você teve algum aborto ou algum nenem que nasceu morto?** Não**Quantas pessoas moram na sua casa?** Nós três**Sobre seu filho:****Nome:****Data de nascimento:****Idade atual:****Entrevista com o pai 5 (P 5)****Nome:****Data de nascimento:** 05/07/60

Religião: católico

Estado civil: casado

Estuda? Formado em odontologia

Trabalha? Sou dentista

Endereço:

Tem filhos? um

Quantas pessoas moram na sua casa? três

Sobre seu filho

Nome:

Data de nascimento:

Idade atual:

Avaliação das atividades propostas: desempenhos após oito meses de atividades:

Embora a criança tenha demonstrado descontração e ambientado ao local e às pessoas, temos que fazer uma ressalva: a mãe (M) super-protetora com seu filho, causou uma dependência muito forte da criança para com ela, logo a criança estranhava o ambiente da piscina toda vez que chegava, só aos poucos foi se soltando e não mais chorando durante a entrada às aulas.

Quanto à ambientação com a professora e as demais pessoas, houve o mesmo processo de dificuldade, necessitando uma percepção da professora para trabalhar com essa criança numa progressão mais lenta, permitindo com o tempo a ambientação ao local e às pessoas.

A imersão foi realizada com tranquilidade, mas o aluno realizou com auxílio. A flutuação foi atingida tanto em decúbito dorsal e ventral com auxílio.

Os saltos foram realizados com euforia pelo aluno, sempre apreciando esta atividade e realizando-a sem auxílio. Os giros não foram realizados.

Os deslocamentos foram realizados com auxílio, logo não houve a sobrevivência na piscina funda.

O aluno não conseguiu atingir todas as etapas da adaptação ao meio-líquido, necessitando de mais aulas para a realização de todo o programa.

A participação dos pais foi ativa durante todo o programa.

Criança nº 6**Data da entrevista:** 26/05/97**Entrevista com a mãe 6 (M 6)****Nome:****Data de nascimento:** 11/10/62**Religião:** Católica**Estado civil:** casada**Estuda?** Até o 2º. grau**Você trabalha?** não**Endereço:****Tem filhos?** Dois; um menino e uma menina**Você teve algum aborto ou algum nenem que nasceu morto?** Não**Quantas pessoas moram na sua casa?** Nós quatro**Sobre seu filho:****Nome:****Data de nascimento:** 20/08/95**Idade atual:** 1 ano e dez meses

Entrevista com o pai 6 (P 6)**Nome:****Data de nascimento:** 05/07/59**Religião:** católico**Estado civil:** casado**Estuda?** Formado em advocacia**Trabalha?** Sou advogado de uma empresa**Endereço:****Tem filhos?** Dois; uma menina e um menino**Quantas pessoas moram na sua casa?** quatro**Sobre seu filho****Nome:****Data de nascimento:****Idade atual:****Avaliação das atividades propostas:
desempenhos após oito meses de atividades:**

Demonstrou-se descontraído, ambientado ao local, às pessoas e ao meio-líquido. Realizou a imersão e a respiração sem auxílio. Quanto à

flutuação em decúbito ventral, sem auxílio e à dorsal, com auxílio. Realizou os saltos tranquilamente sem auxílio.

Os giros na vertical foram realizados sem problema, mas na horizontal não conseguiu realizar, necessitando de mais aulas desta etapa, pois não apresentou reação de medo e sim dificuldade motora.

Deslocou-se sem auxílio na piscina funda, realizando a sobrevivência com auxílio. Logo, não atingiu a adaptação ao meio-líquido.

Este aluno não realizou todos os objetivos propostos, em decorrência número de aulas, necessitando, portanto, de mais aulas.

A participação dos pais foi ativa durante todo o programa.

Criança nº 7

Data da entrevista: 27/05/97

Entrevista com a mãe 7 (M 7)

Nome:

Data de nascimento: 05/04/64

Religião: Católica

Estado civil: casada

Estuda? Formada em fisioterapeuta

Você trabalha? Sim, sou esteticista

Endereço:

Tem filhos? Um

Você teve algum aborto ou algum nenem que nasceu morto? Não

Quantas pessoas moram na sua casa? Nós três

Sobre seu filho:

Nome:

Data de nascimento: 15/10/95

Idade atual: 1 ano e oito meses

Entrevista com o pai 7 (P 7)

Nome:

Data de nascimento: 17/11/61

Religião: católico

Estado civil: casado

Estuda? Formado em odontologia

Trabalha? Sou dentista

Endereço:

Tem filhos? um

Quantas pessoas moram na sua casa? Três

Sobre seu filho

Nome:

Data de nascimento:

Idade atual:

Avaliação das atividades propostas: desempenhos após oito meses de atividades:

Demonstrou-se descontraído, ambientado ao local, às pessoas e ao meio-líquido.

Realizou a imersão com auxílio e a respiração sem problemas. A flutuação foi realizada com auxílio, tanto em decúbito ventral como em decúbito dorsal.

Os saltos foram realizados sem auxílio e com muito entusiasmo. Os giros não foram realizados.

Os deslocamentos foram realizados com auxílio, logo não sobrevive na piscina funda.

O aluno não conseguiu realizar a adaptação ao meio-líquido, necessitando de mais aulas.

A participação dos pais foi ativa durante todo o programa.

Quadro I

Criança nº 1	Criança nº 2	Criança nº 3	Criança nº 4
Síndrome de Down	Paralisia cerebral	Paralisia cerebral	Síndrome de Down
Descontraído	Descontraído	Ambientado	Ambientado
Ambientado	Ambientado	Descontraído	Descontraído
Imersão c/ auxílio	Imersão s/ auxílio	Imersão c/ auxílio	Imersão s/ auxílio
Flutua c/ auxílio	Flutua c/ auxílio	Flutua c/ auxílio	Flutua c/ auxílio
Salta s/ auxílio	Salta s/ auxílio	Salta c/ auxílio	Salta s/ auxílio
Não realiza giros	Não realiza giros	Não realiza giros	Não realiza giros
Não realiza mergulho	Não realiza mergulho	Não realiza mergulho	Não realiza mergulho
Desloca-se s/ auxílio	Desloca-se c/ auxílio	Desloca-se c/ auxílio	Desloca-se s/ auxílio
Não sobrevive em piscina funda			
Não está adaptado ao meio-líquido			

Criança nº 5	Criança nº 6	Criança nº 7
Descontraído	Descontraída	Descontraída
Ambientado	Ambientada	Ambientada
Imersão c/ auxílio	Imersão sem auxílio	Imersão com auxílio
Respiração realizada	Respiração realizada	Respiração realizada
Flutuação c/ auxílio	Flutuação em decúbito frontal s/ auxílio	Flutuação com auxílio
Salta sem auxílio	Flutuação em decúbito dorsal c/ auxílio	Salta sem auxílio
Não realizou os giros	Salta sem auxílio	Não realizou os giros
Desloca-se c/ auxílio	Realizou giros na vertical sem auxílio	Desloca-se com auxílio
Não sobrevive na piscina funda	Não realizou os giros na horizontal	Não sobrevive na piscina funda
Não está adaptado ao meio-líquido	Desloca-se s/ auxílio	Não está adaptado ao meio-líquido
	Não sobrevive na piscina funda	
	Não está adaptado ao meio-líquido	

Avaliação das atividades propostas após oito meses de aulas

DISCUSSÃO



DISCUSSÃO

Discutiremos os procedimentos utilizados para a realização desta pesquisa e os resultados obtidos, tendo em vista os objetivos propostos.

Num primeiro momento, abordaremos inclusão, pois em nosso trabalho foram desenvolvidos os processos de inclusão do portador de deficiência ao oportunizarmos atividades aquáticas com indivíduos normais.

A inclusão é resultado das transformações da sociedade, que excluiu durante muito tempo os portadores de deficiência. Posteriormente a prática da segregação em Instituições foi amplamente aceita como forma de proteção desta população excluída. Recentemente os profissionais da área e parentes de portadores de deficiência e o próprio deficiente preconizaram a integração. Atualmente numa evolução deste processo, preconiza-se a inclusão social, comentada por SASSAKI (1997):

A inclusão social constitui, então, um processo bilateral no qual as pessoas, ainda excluídas, e a sociedade buscam, em parceria, equacionar problemas, decidir sobre soluções e efetivar a equiparação de oportunidades para todos.

Para a realização das atividades aquáticas propostas com crianças normais e portadoras de deficiência, adotamos o princípio da individualidade, assim chamado por nós, permitindo momentos diferenciados durante as aulas, isto é, atividades específicas para cada aluno, respeitando o nível de adaptação ao meio-líquido e as dificuldades motoras-cognitivas.

Portanto, ao incluirmos o princípio da individualização, estamos trabalhando os princípios da inclusão que são: " a aceitação das diferenças individuais, a valorização de cada pessoa, a convivência dentro da diversidade humana, a aprendizagem através da cooperação.", conforme concebem JOVER (1999) e SASSAKI (1997).

A acessibilidade de espaço físico é também ressaltada em nosso trabalho, por ser também um segmento dos princípios básicos da inclusão. Em nossa pesquisa não houve esta dificuldade, pois nossa estrutura física foi adaptada para crianças, na construção da academia. O vestiário de crianças é todo adaptado para essa clientela: possui tanques para banhos com chuveiros e trocador de roupa, itens necessários para as crianças independentemente de serem portadoras de deficiência

ou não. Portanto a acessibilidade para nossos alunos é igual para qualquer criança, seja ela normal ou portadora de deficiência.

Num segundo momento fomos em busca de subsídios teóricos a respeito do que consideramos uma pessoa que saiba nadar e encontramos referências bibliográficas que observaram essa questão, definindo a natação. Para nós nadar, não se resume somente nas técnicas dos quatro estilos e sim em movimentos que podem ser realizados dentro d'água, executados de uma forma descontraída e prazerosa, segundo afirmam REIS (1982); FARIAS (1994) e VELASCO (1994). Ao elaborarmos nosso programa de atividades aquáticas, partimos do pressuposto de que, para nadar, nossos alunos necessitam de serem adaptados ao meio-líquido, podendo, assim, realizar movimentos na água sem que estes sejam especificamente relativos os quatro estilos, como preconizam ESCOBAR & BURKHARDT (1985) e DAMASCENO (1994).

A A . S. T. (1986) cita que a água é um meio de estimulação ou relaxamento para o portador de deficiência, benefícios que foram observados em nosso trabalho. ARAÚJO Jr. (1990) e DAMASCENO (1994) acrescentam que o trabalho com a natação pode ser voltado para o aspecto da socialização; um outro

aspecto evidenciado em nossa pesquisa através de observações: as crianças brincavam entre si e seus pais conversavam e realizavam as atividades em grupo, demonstrando interesse.

Quanto à divisão da natação, buscamos trabalhos de autores que tratam sobre a iniciação, segundo o objetivo geral deste estudo. Foram selecionados sete autores, cujos princípios teóricos vêm ao encontro de nossa prática.

Observamos a adaptação feita pelos autores e vimos que as fases diferem um pouco em relação à ordem, mas as etapas são realizadas por todos os sete autores e por nós. O objetivo final é, em todos, a adaptação ao meio-líquido chegando até a sobrevivência.

Segundo as orientações de MACHADO (1986): MAZARINI (1992), optamos por trabalhar com a ambientação ao local, às pessoas e ao meio-líquido, pelas questões que para nós são de relevância, como a da faixa etária. Crianças na faixa etária aqui abordada quando entram em lugares diferentes e vêem pessoas diferentes, podem apresentar algumas reações: chorar, não querer permanecer no ambiente novo ou ainda não querer ter contato com pessoas estranhas.

Considerando tais reações, o processo de ambientação foi progressivo e com muita sensibilidade da parte do professor quanto à percepção dos receios dos alunos. Por isso que nas aulas iniciais usamos muito as brincadeiras e brinquedos, tentando facilitar o processo do enfrentamento do desconhecido por nossos alunos.

A ambientação ao meio-líquido é outro aspecto em que os receios surgem, uns pelo medo da água propriamente dito, transmitido geralmente pela mãe (M) ou por algum trauma pelo qual a criança passou, como por exemplo, cair dentro de uma piscina.

A superproteção da mãe (M) durante os banhos, não deixando a água escorrer no rosto da criança, fez também que algumas delas apresentassem receio no processo de ambientação no meio-líquido.

Quando aluno não apresenta os receios citados anteriormente, a ambientação ao meio-líquido ocorre tranquilamente, observando-se o sorriso na face das crianças ao entrar na piscina.

Quanto à temperatura, houve a preocupação em manter a temperatura ideal para nossos alunos, considerando-se com a faixa etária e as características específicas de nossos alunos. Assim, a temperatura variou de 30° C a 32° C. Quando estava calor, deixávamos a temperatura a 30° C , sempre observando se as

crianças estavam sentindo frio ou não; o mesmo ocorria no inverno, com a temperatura de 32° C. A adequação da temperatura depende das reações dos alunos durante as aulas, o que exige observação atenta do professor .

Após cumprirmos a etapa acima, pudemos passar para as fases seguintes: Nas outras etapas, os procedimentos podem ser realizados concomitantemente na mesma aula visto que a ambientação já ocorreu. Se o aluno não estiver ambientado a algum aspecto (local, pessoas ou meio-líquido), não vai permanecer no local das aulas e provavelmente apresentará reação de choro, necessitando sair do recinto. Portanto discordamos dos autores que ao iniciam a primeira etapa sem focalizar com maior ênfase a ambientação.

A imersão e a respiração corresponderam à segunda etapa por nós desenvolvida, pois, para aprendermos a nadar, precisamos realizar a flutuação, a propulsão, saltos, giros e a sobrevivência, enfim adaptar-se ao meio-líquido. Temos que sentir o contato de todo nosso corpo com a água. Para realizarmos a imersão temos que ter o domínio respiratório em apnéia ou expirando o ar dentro d'água, conforme se lê em MAZARINI (1992) . Esta fase foi considerada por nós a mais

difícil de ser trabalhada, pois, para nossos alunos, o meio-líquido, como novo ambiente, foi considerado uma experiência nova.

O início da imersão foi progressivo. Usamos toda a nossa percepção para orientar quando devíamos continuar com os mergulhos ou quando devíamos aumentar as repetições desta atividade. Observamos que, quando a criança conseguia realizar a imersão completa, ela se sentia realizada. Portanto esta fase foi trabalhada na segunda etapa, para facilitar as fases seguintes, pois aqui as crianças ao realizarem a imersão e a respiração se sentiram mais seguras, no meio-líquido.

MACHADO (1986), PALMER (1990), DAMASCENO (1994) e TURCHIARI (1996) optam pela flutuação como segunda etapa, já que trabalham a imersão na primeira etapa. Os autores citados anteriormente concordam com que, após a ambientação, temos que trabalhar a imersão, pois seria complicado realizar a flutuação em decúbito ventral sem realizar a imersão.

CATTEAU & GAROFF (1990) trabalham na segunda etapa a respiração, pois a imersão está inserida na primeira etapa, equilíbrio. Assim, a respiração é trabalhada mais especificamente nesta fase. Para nós, a respiração tem ênfase no

trabalho apenas na apnéia, em virtude da faixa etária por nós escolhida nesta pesquisa; quer dizer, a expiração não é tão exercitada durante as aulas.

VELASCO (1994) divide a natação para bebês em dois momentos: primeiro, a autora preocupa-se em ambientar, socializar e realizar a imersão e propulsão das crianças junto com a mãe e, num segundo momento, seria a separação da mãe e a sobrevivência.

A propulsão, terceira etapa, é o conjunto da primeira fase (ambientação) com a imersão, respiração e flutuação, realizando os movimentos dos membros, possibilitando à criança movimentar-se na água submersa ou simplesmente movimentar-se e parar no meio da piscina para flutuar, descansando. Para nós, o aluno deve, a fim de realizar a propulsão completa cumprir as etapas citadas anteriormente.

PALMER (1990); CATTEAU & GAROFF (1990), E TURCHIARI (1996) também optam pela propulsão como terceira etapa.

O trabalho da sobrevivência. Depende das fases citadas acima, e o seu início só será possível após o domínio destas pela criança.

MACHADO (1986) especifica nesta terceira etapa, o trabalho da respiração, DAMASCENO (1994), por sua vez acrescenta a imersão a esta etapa, já que não trabalha a imersão nas primeiras .

Como quarta etapa, surgem os saltos, pois, ao trabalharmos as etapas anteriores dentro da água, foi necessário ensinar diversas maneiras de se entrar na água, para depois, enfim, a criança sair movimentando-se na piscina. MACHADO (1986) opta pelo mergulho; nós não trabalhamos a técnica de entrada na água em virtude da faixa etária de nossos alunos, assim optando, portanto, pelos saltos.

Assim partimos para a sobrevivência em piscina funda, pois, se os nossos alunos realizavam todas as etapas desde a entrada na água até dentro, teríamos que ensiná-los a sair da piscina funda, isto é, saltar dentro d'água, movimentar-se sem auxílio e sair da piscina sozinhos, assim atingindo a sobrevivência.

É importante salientar que todas as etapas precisam ser realizadas antes de iniciar os quatro estilos, pois ensinar uma pessoa a nadar o nado crawl sem que esta consiga colocar a cabeça na água não é possível .

Estas considerações mostram a importância da iniciação ao meio-líquido para qualquer aluno, independentemente de ser portador de deficiência ou não.

Nesta fase inicial, não há preocupação com as técnicas do nados e sim em oportunizar aos alunos o conhecimento do meio-líquido através de atividades aquáticas.

Outro aspecto a ser ressaltado é a questão da participação de pais (P) e mães (M) dos alunos portadores de deficiência, juntamente com os demais alunos. Esta questão nos leva a salientar o “perceber” dos pais (PM) das crianças normais em relação a estarem conhecendo melhor o problema das crianças portadoras de deficiência, desmitificando o estigma criado pela sociedade e fazendo que exista um trabalho de inclusão da criança portadora de deficiência a partir da inclusão dos pais (PM) das crianças normais, um dos princípios da educação inclusiva.

Destacamos a participação dos pais (PM) das crianças normais em nossa pesquisa pela influência que o meio-líquido apresenta, já que este elemento mostra uma motivação na realização das atividades aquáticas, facilitando o processo de inclusão. Constatamos, durante a realização de nossa pesquisa, a mudança de atitudes dos pais (PM) das crianças em relação às crianças portadoras de deficiência. Este fato é objeto de estudo de outra pesquisa realizada por nós.

Preocupamos com a participação dos pais(P), já que este era um dos pré-requisitos do nosso trabalho, porque geralmente quem participa mais das atividades dos filhos são as mães (M). Especialmente as mães (M) de crianças portadoras de deficiência acompanham a criança em todo o processo de reabilitação, além da assistente social, entre outros. O pai (P), por estar trabalhando fora de casa, participa muito pouco destas atividades, portanto a interação pai (P) e filho é realizada num tempo menor. Assim, refletindo a esse respeito, decidimos realizar as aulas de natação no período da noite, oportunizando os pais (P) a vivenciarem a atividade proposta para seus filhos. Esta interação pai (P) e filho foi constatada durante as aulas, quando os próprios pais (P) realizavam as atividades com seus filhos, percebendo-se a satisfação de estar ali no ambiente prezeroso que a água oportuniza.

Ao elaborarmos nossa proposta de pesquisa, iniciamos com as aulas para os pais (PM), com a preocupação de oportunizar a estas pessoas o conhecimento do local das aulas, o contato com o meio-líquido (algumas apresentavam medo da água) e o contato entre eles, os pais (PM).

Observamos que esta aula inicial foi importante para desinibir os pais (PM) tanto na questão da ambientação ao local, quanto ao contato entre eles mesmos.

Foram esclarecidos os aspectos das atividades aquáticas a serem desenvolvidos durante as aulas que são o social, o inclusivo, o motor, o fisiológico, o cognitivo e o afetivo; para que os pais (PM) de nossos alunos, tanto dos portadores de deficiência, como das crianças outras, entendessem nossos objetivos.

A partir daí iniciamos as aulas propriamente ditas, cuja sequência das etapas discutiremos a seguir.

A fase inicial foi a ambientação ao local. As crianças necessitam de um conhecimento de todo o local para se sentirem à vontade, sem receios, mesmo estando junto com seus pais (PM).

Quanto à ambientação ao meio-líquido, a percepção teve de ser trabalhada de uma forma gradativa: o contato do corpo da criança inicia-se desde os pés até os membros superiores, deixando-os sentir a temperatura e a pressão da água. Nesta fase, a participação dos pais (PM) é essencial, pois a criança tem que se sentir segura para não estranhar todas as sensações do meio-líquido proposto.

A ambientação às pessoas também é gradual, necessita de algumas aulas, principalmente no que se refere ao professor, pois este terá contato permanente com o aluno durante realização das atividades. Portanto o professor deve preocupar-se em passar tranquilidade para seus alunos durante todas as aulas.

As aulas iniciais são marcantes em todo o processo; é nestas aulas que a criança irá aprender a gostar de todo o ambiente, irá deixar de ter receio do desconhecido. Assim, usamos várias atividades recreativas para desenvolver toda a ambientação geral.

A imersão e respiração foi considerada uma das fases mais delicada, porque nela a criança sente todo seu corpo submerso e, para isso, necessita do bloqueio respiratório. Os pais (PM) são muito requisitados, na hora da imersão, acolhendo seus filhos e dando a eles o conforto de seus colos. Nas primeiras imersões, as reações das crianças são desagradáveis, posteriormente passam a ser tranqüilo, isto é, prazerosas. Portanto nesta fase trabalhamos com muita cautela e percepção, preocupando-nos com o bloqueio respiratório, para que nossos alunos não engolissem a água e procurando sempre realizar as imersões com tranqüilidade.

Utilizamos formas variáveis de imersão com brinquedos e especialmente com a participação dos pais (PM).

Quanto à expiração na água, foi realizada inicialmente pelos pais, provocando a imitação das crianças. Foi uma tarefa estimulada por nós, através de brincadeiras, fazendo que as crianças se divertissem com as bolinhas da expiração.

A propulsão foi a etapa onde concentramos a movimentação de nossos alunos, procurando respeitar as características individuais de cada aluno. As crianças hipotônicas, eram estimuladas a movimentarem o tempo todo com seus pais (PM), brinquedos, brincadeiras e músicas. As crianças hipertônicas já utilizávamos exercícios de relaxamento e alongamento, também observando suas características próprias.

Os saltos foram realizados de formas variadas, possibilitando aos alunos a vivenciarem maneiras diferentes de entrar na piscina, com auxílio ou não dos pais (PM) ou professor. Este exercícios foram realizados juntamente com outros, como a imersão e propulsão, conforme a evolução dos alunos, sempre respeitando as suas características.

A flutuação, iniciada em decúbito dorsal e posteriormente em decúbito frontal foi uma fase também delicada, pois o aluno sentia seu corpo solto na água sem movimento e sem afundar. Para as crianças, é uma postura difícil, especialmente se considerarmos a faixa etária que trabalhamos, pois estes alunos estão sempre próximos aos seus pais (PM) e, para realizar esta atividade, a criança tem que se soltar completamente. Paciência e tranquilidade são necessárias nesta fase, tanto dos pais (PM) , quanto do professor. Esta fase é trabalhada gradualmente, transmitindo segurança para os alunos.

Na fase dos giros, a criança deve estar solta, senão não consegue realizar os exercícios. Os giros são trabalhados para mudarmos de posição ou sentido na água, necessitando de domínios de todas as fases descritas anteriormente para realizá-los e, portanto, caracterizando-se como uma atividade de difícil execução.

A sobrevivência, última etapa, é a fase em que a criança vai entrar na piscina e sair desta sem auxílio. Para a criança chegar até esta fase, ela deve estar realizando todas as fases anteriormente descritas sem restrição. A independência é total, os pais (PM) nesta fase vão se desvinculando de seus filhos na água e estes se tornam

independentes. As crianças devem realizar esta etapa com prazer e descontração. Quando isso ocorre, podemos comprovar que elas estão adaptadas ao meio-líquido.

É relevante considerarmos aspectos das etapas de uma forma geral. Durante a realização das atividades aquáticas, nós seguimos a seqüência proposta, mas isso não implica trabalhar cada etapa separadamente, isto é, nas aulas realizamos exercícios de cada fase, como por exemplo: ambientação ao meio-líquido, flutuação, saltos e as demais citadas.

Os exercícios foram trabalhados da forma mais simples para a mais complexa, sempre respeitando as características de cada aluno.

Após elaborarmos a proposta de atividades aquáticas para nossos alunos, adaptamos um programa de avaliação dos procedimentos técnicos aplicados durante as aulas. Portanto a avaliação foi realizada a partir da própria proposta elaborada.

Num primeiro momento, separamos cada fase e, no interior de cada uma, construímos itens das atividades que subsidiassem a avaliação.

Quanto ao resultados propriamente ditos, discutiremos em seguida em relação a cada aluno e ao grupo no geral.

Salientamos neste momento é que para algumas das crianças, a dificuldade foi maior, em virtude de seu próprio comprometimento. Isso não quer dizer, no entanto, que não possam freqüentar as aulas de natação. Observamos, em todos os casos, as questões da interação que foram oportunizadas às crianças portadoras de deficiências e cremos estar facilitando desta forma a inclusão. Merecem destaque a questão da afetividade dos alunos com seus pais (PM), visto que pais (PM)-filhos neste ambiente foi prazerosa, e a questão da inclusão dos pais (PM) de crianças portadoras de deficiência com os outros pais.

Alertamos o aspecto da individualização, destacando que as aulas têm seus momentos em grupo e os momentos em que as atividades são específicas, respeitando as características das crianças, seja pela dificuldade física, seja o plano emocional, afetivo e social.

Portanto, ao elaborarmos programas de atividades físicas com crianças a preocupação deve envolver os aspectos que permeiam seu mundo (sociais, afetivos, fisiológicos) e não simplesmente nortear-se só pelas dificuldades dos alunos. A questão do número de aulas deve ser revista: pois ao tratarmos de criança, o tempo não deve ser limitado e sim respeitando o tempo de cada criança.

A proposta apresentada neste trabalho procurou desenhar um modelo inclusivista de atividades aquáticas, que necessariamente respeita a potencialidade e limitação dos alunos participantes.

CONCLUSÃO



O programa de atividades aquáticas proporcionou, num primeiro momento, a realização de um trabalho de inclusão de pais (PM) de crianças portadoras de deficiência e seus filhos, com pais (PM) de crianças normais, mostrando a estes últimos a realidade de crianças portadoras de deficiência quebrando assim os estigmas construídos socialmente. Este contato oportunizou o conhecimento das possibilidades das crianças, independentemente de estarem portadoras de deficiências ou não.

A participação dos pais (PM) durante as aulas foi ativa demonstrando a satisfação de estarem ali naquele momento interagindo seus filhos.

As sequências das etapas de atividades na água podem ser adaptadas para qualquer clientela com deficiência ou não, mas, para isso é necessário interesse e criatividade por parte do professor que deve usar sua percepção para saber se o caminho está correto.

A sequência adaptada por nós viabilizou um trabalho conjunto pais-crianças, onde as etapas propostas foram progressivamente mais complexas. Esta proposta necessita de um tempo maior de aplicação para podermos atingir os objetivos das atividades, entendendo que, nos casos de crianças mais comprometidas, o objetivo final será a inclusão social e o desenvolvimento

afetivo entre os pais (PM) e seus filhos. A individualidade de cada aluno deve ser respeitada e trabalhada separadamente durante as aulas, que serão individuais e em grupo.

Finalizando esta pesquisa, concluímos que é possível elaborar um programa de atividades aquáticas para crianças portadoras de deficiência com crianças normais, desde que respeitemos a individualidade de cada aluno.

REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICA

ARCHER, R. B. *Natação adaptada*. Curitiba: Studio A2. 1996.

ARAÚJO JÚNIOR, B. *A disciplina natação em cursos de licenciatura em Educação Física*. Piracicaba, 1990. Dissertação de Mestrado- Faculdade de Filosofia da Educação, UNIMEP.

ASSOCIATION OF SWIMMING THERAPY. *Natação para deficientes*. São Paulo: Manole, 1986.

CATTEAU, R. & GAROFF., G. *O ensino da natação*. São Paulo: Manole, 1990.

DECLARAÇÃO de Salamanca. *Conferência mundial de educação especial*. Salamanca, Espanha. 1994.

DAMASCENO, L. G. *Natação, psicomotricidade e desenvolvimento*. Brasília: SEED, 1992.

Natação para bebês: dos conceitos fundamentais à prática sistematizada. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

ESCOBAR, M. O ., BURKHARDT, R. *Natação para portadores de deficiências*. Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1985.

- FARIAS, S. F. *Natação: ensine a nadar*. Florianópolis: Editora da UFSC, 1994.
- FINA. *Regras oficiais de natação*. Rio de Janeiro: Sprint, 1995-1997.
- FONTANELLI, M. S. & FONTANELLI, J. A. *Natação para bebês*. São Paulo: Ground, 1986.
- GLASER, N. Z. *Natação para deficientes mentais treináveis*. Curitiba: Universidade Federal de Curitiba, 1983.
- JOVER, A. *Inclusão: qualidade para todos*. Revista Nova Escola, 123, Junho de 1999. Ano XIV.
- LEHMANN, R. *Ensino da natação a deficientes motores*. Lisboa: Desportos, 1984.
- LOTUFO, J. N. *Ensinando a nadar*. São Paulo: Cia. Brasil, 1976.
- LÜDKE, M. ; ANDRÉ, M. E. A. *Pesquisa em educação: abordagens qualitativas*. São Paulo: E.P.U., 1986.
- MACHADO, D. *Metodologia da natação*. São Paulo: Pedagógica e Universitária (E.P.U.), 1986.
- MANSOLDO, A. C. *A iniciação dos quatro nados*. São Paulo; Ícone, 1996.

- MAZARINI, C. *Natação para crianças portadoras de deficiência visual: uma proposta de ensino*. Campinas, 1992. Dissertação de Mestrado- Universidade Estadual de Campinas. Unicamp.
- MENEZES, M. T. N. C. *Ensino de natação ao principiante*. São Paulo. Departamento de Educação Física e Desportos do Ministério da Educação e Cultura, com assistência técnica e impressão da Abril, 1974.
- NAÇÕES, U. O. *Normas sobre a equiparação de oportunidades para pessoas com deficiência*. Tradução por: Marisa do Nascimento Paro. São Paulo: CVI-NA/APADE. 1996.
- PALMER, M. L. *A ciência do ensino da natação*. São Paulo: Manole, 1990
- REIS, J. W. *A natação na sua expressão psicomotriz*. Porto Alegre: Editora da Universidade do Rio Grande do Sul, 1982.
- SASSAKI, R. K. *Inclusão: construindo uma sociedade para todos*. Rio de Janeiro. WVA. 1997.
- STEINFELD, E. *Arquitetura através do desenho universal*. In: *Curso básico sobre acessibilidade ao meio físico*. Brasília, 1994.
- TURCHIARI, A. C. *Pré-escola de natação*. São Paulo: Ícone, 1996.
- VELASCO, C. G. *Natação segundo a psicomotricidade*. Rio de Janeiro: Sprint 1994.

BIBLIOGRAFIA DE APOIO

- ADAMS, R. C. et alli. *Jogos, esportes e exercícios para o deficiente físico*. São Paulo: Manole, 1985.
- BOZZINI, A. C. A. et alli. *Prevenção: a única solução*. São Paulo: Art Printer Gráficos: 1991.
- BRASIL. *Manual de normas de vacinação*. Ministério da Saúde, Fundação Nacional de Saúde: Brasília, 1994.
- CASARIN, S. et alli. *Você sabe o que é síndrome de Down?* São Paulo: Projeto Down: 1985.
- COOKE, R. E. *Instabilidade atlanto-axial nas pessoas com síndrome de Down*. Mensagem da APAE. São Paulo, ano 12 , nº 37. 1984
- CHIZZOTTI, A. *Pesquisa em ciências sociais*. São Paulo: Cortez, 1995
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. *Fundamentos de metodologia científica*. São Paulo: Atlas, 1991.
- RUIZ, J. A. *Metodologia científica*. São Paulo: Atlas, 1989.

SEVERINO, A . J. S. *Metodologia do trabalho científico*. São Paulo: Cortez, 1992.



APÊNDICE

CARACTERIZAÇÃO DOS PAIS

NOME:

DATA DE NASCIMENTO:

ESTADO CIVIL:

FORMAÇÃO:

OCUPAÇÃO ATUAL:

RELACIONAR A IRMANDADE POR ORDEM DE NASCIMENTO E SEXO,
ASSINALANDO A POSIÇÃO DA CRIANÇA ALVO:

CARACTERIZAÇÃO DAS CRIANÇAS

NOME:

DATA DE NASCIMENTO:

IDADE ATUAL:

DIAGNÓSTICO MÉDICO:

DATA:

ORIENTAÇÕES AOS PAIS

- . Orientar a respeito da alimentação: alimentar a criança no máximo uma hora antes da natação
- . Caso a criança esteja com machucado com ponto não poderá freqüentar as aulas de natação
- . Caso a criança esteja com febre não poderá freqüentar as aulas de natação
- . As mães que estiverem no período menstrual, poderão freqüentar as aulas, pois na água não desce o fluxo menstrual
- . Respeitar o horário de sono da criança, tentando encaixar o horário de aula fora deste período



ANEXO I

CONSENTIMENTO FORMAL (autorização)

Eu, _____,
 _____ anos de idade, RG _____, residente na rua
 (av.) _____, voluntariamente
 concordo em participar do projeto de pesquisa abaixo mencionado, como será
 detalhado a seguir, sabendo que para sua realização as despesas monetárias serão
 responsabilidades da instituição.

É de meu conhecimento que este projeto será desenvolvido em caráter de
 pesquisa científica e objetiva estudar um programa de atividades aquáticas para
 crianças portadoras de deficiências na adaptação ao meio -líquido.

Estou ciente de que para a realização do presente estudo serão utilizados
 procedimentos metodológicos de observação e análise que são: filmagens das aulas;
 fotografias e relatórios; onde poderão ser também usados para fins de pesquisa
 científica, apresentação em congressos e artigos.

Três Lagoas, _____ de _____ de 199__.

 responsável

Projeto de pesquisa:

Responsável pelo projeto (orientador):

Pós-graduando:

Local do desenvolvimento do projeto:



ANEXO II

MÚSICAS

As músicas utilizadas durante as aulas foram:

. Brincadeiras de rodas:

ATIREI O PAU NO GATO

Atirei o pau no gato, to, to
Mas o gato não morreu, reu, reu
Dona Xica, ca ,ca
Dimirou-se, se, se
Do berro, do berro que o gato deu
Miau

O SAPO

O sapo, o sapo
tem cores bem alegres
não tem, não tem
rabinho e nem orelhas
uáquaquá, uaquaquá
uaquaquá, uaquaquá.

O SAPO NA LAGOA

O sapo não lava o pé
não lava porque não qué
ele mora na lagoa e
não lava o pé, hum
mas que chulé.

. Propulsão de braços (membros superiores)

CAVOCA

Cavoca, cavoca
e faz um buraquinho
cavoca, cavoca
e acha uma minhoca.

PATINHOS

Todos os patinhos sabem bem nadar
cabeça para baixo
rabinho para o ar
cabeça para baixo, rabinho para o ar
quando estou cansado
da água eu vou sair
da água eu vou sair
depois em grande fila
pro ninho eu quero ir
depois em grande fila
pro ninho eu quero ir.

. propulsão de pernas (membros inferiores)

BATE PERNINHA

bate perninha, bate
perninha de são tomé,
bate perninha, bate
pra quando o papai vier.

ANEXO III

Autorização médica para freqüência das aulas de natação

OFICINA DO CORPO**A T E S T A D O M É D I C O**

Atesto para os devidos fins que.....

foi examinado (a) no dia _____ / _____ / 19____, não sendo encontrados sinais clínicos de doenças infecto contagiosas estando o mesmo apto a realizar práticas desportivas.

T. Lagoas, _____ de _____ de 19____

.....
CARIMBO DO MÉDICO - CRM MS

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

ANEXO IV

REGULAMENTO

OFICINA DO CORPO**NORMAS E REGULAMENTOS PARA ALUNOS**

- É obrigatório atestado médico;
- É obrigatório o uso da ducha antes das aulas de natação;
- É obrigatório o uso de toca;
- Os horários serão devidamente cumpridos;
- Alunos com mensalidades atrasadas após o dia 20 não serão permitidos fazer aula;
- Não será permitido o uso de maiô e calção branco;
- Não fazer aula alunos que tiverem machucadas com pontos e febre;
- É obrigatório o uso da carteirinha, sem esta não será permitida a entrada do aluno nas aulas;
- Respeitar professores e demais funcionários, pois a nossa intenção é proporcionar o melhor para os alunos.

.....
Aluno(a) ou Responsável.....
Diretor e/ou Coordenados

UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE