

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

HIDROGINÁSTICA E DESENVOLVIMENTO MOTOR:  
PROPOSTA DE IMPLEMENTAÇÃO NO CICLO BÁSICO  
EM ESCOLAS DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS

PATRÍCIA VILLALBA ARMANI

CAMPINAS

1997

HIDROGINÁSTICA E DESENVOLVIMENTO MOTOR: PROPOSTA DE IMPLEMENTAÇÃO NO CICLO BÁSICO EM ESCOLAS DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS. Monografia de conclusão de curso. Licenciatura em Educação Física. Faculdade de Educação Física da UNICAMP. 28p.

#### ERRATA

No título da monografia que consta CICLO BÁSICO leia-se ENSINO FUNDAMENTAL DE 1ª A 4ª SÉRIE.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

HIDROGINÁSTICA E DESENVOLVIMENTO MOTOR:  
IMPLEMENTAÇÃO NO CICLO BÁSICO EM ESCOLAS DO  
MUNICÍPIO DE CAMPINAS

PATRÍCIA VILLALBA ARMANI

Monografia de conclusão do  
curso de Licenciatura em  
Educação Física da UNICAMP,  
sob orientação do Prof. Dr.  
Bráulio Araujo Jr.

CAMPINAS

1997



## DEDICATÓRIA

“Renda-se, como eu me rendi.

Mergulhe no que você não conhece como eu mergulhei.

Não se preocupe em ‘entender’.

Viver ultrapassa todo entendimento”

Clarice Lispector

## AGREDECIMENTOS

À Deus pelo dom da vida;

Aos meus pais que compartilharam das minhas decisões com amor e paciência;

Aos meus irmãos pelo carinho e amizade;

À minha amiga Andréa, pelo apoio e interesse;

Ao meu orientador Bráulio Araujo Jr pela confiança e incentivo.

## SUMÁRIO

RESUMO

I. INTRODUÇÃO	1
II. PERCURSO DA HIDROGINÁSTICA	5
III. PROPRIEDADES FÍSICAS DA ÁGUA	9
IV. UMA REFLEXÃO SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	12
V. ENTENDENDO A CRIANÇA DOS 7 AOS 10 ANOS	17
VI. CONSIDERAÇÕES E PROPOSTA	22
VII. REFERÊNCIAS	26

HIDROGINÁSTICA E DESENVOLVIMENTO MOTOR: PROPOSTA DE IMPLEMENTAÇÃO NO CICLO BÁSICO EM ESCOLAS DO MUNICÍPIO DE CAMPINAS. Monografia de conclusão de curso. Licenciatura em Educação Física. Faculdade de Educação Física da UNICAMP. 28p.

## RESUMO

A estrutura deste trabalho constitui-se de estudos bibliográficos referente a hidrogenástica, Educação Física escolar e desenvolvimento motor da criança dos 7 aos 10 anos. Tem por objetivo propor a possibilidade da prática da hidrogenástica nas escolas de 1<sup>a</sup> a 4<sup>a</sup> série do ensino fundamental.

Através da água, é dada a criança a possibilidade de vivenciar movimentos diferentes, que proporcionam desafios, fazendo com que procure novas formas de adaptação o que amplia seu conhecimento e contribui no processo de maturação do esquema corporal.

A hidrogenástica possui benefícios que, unido às necessidades da criança, enriquecem o vocabulário motor e as experiências corporais, portanto, considero esta atividade uma das possíveis a serem realizadas pela criança no meio líquido.

## I. INTRODUÇÃO

Ao tratar da Educação Física escolar para crianças de 1ª a 4ª série do ensino fundamental, torna-se indispensável falar dos atos motores. É importante desenvolver habilidades motoras, mas estar claro das consequências que estas terão do ponto de vista cognitivo, social e afetivo (Freire,1989).

A hidroginástica enquanto proposta de prática escolar, deverá ter a preocupação de considerar o comportamento e as habilidades motoras predominantes nas crianças nesta fase, assim como suas individualidades.

É relevante para crianças em fase de desenvolvimento estarem vivenciando novas experiências motoras, uma vez que as habilidades estão despontando em suas atividades.

Crianças em fase de desenvolvimento afetivo, intelectual e motor precisam vivenciar movimentos diversos em meio ambiente e espaços diferentes. Desmaceno ( 1992 ) cita Le Boulch destacando a consequência do déficit da relação sujeito- mundo:

*"Da percepção - déficit da estruturação espaço-temporal;*

*Da motricidade - deficiência, incoordenação nas atividades; e*

*Da relação com o outro - insegurança nas relações com o outro - incidência sobre o plano racional"( p.31).*

A hidroginástica, enquanto atividade alternativa, visto que não é considerada conteúdo específico da Educação Física, pode oportunizar aos alunos, novos desafios de movimento, permitindo-lhes ações motoras desconhecidas ou pouco exploradas, contribuindo assim, no amadurecimento das habilidades motoras. Bento ( 1991 ) considera que a prática de atividades alternativas colaboram para o desenvolvimento motor da criança.

Segundo Mota ( 1991 ), a água oferece resistência, cria dificuldades ao homem, quando é usada como meio de locomoção humana. Fornece às crianças novas sensações, fazendo com que busquem, no processo adaptativo, reorganização de seus referenciais, afim de procurarem a melhor forma de se movimentar e assim descobrir novas habilidades.

Landete apud Desmaceno ( 1992 ) assinala que:

*“o meio aquático cria sensações novas, modifica o equilíbrio, abrindo um grande campo para se experimentar as próprias capacidades motrizes facilitadas pela falta de gravidade”( p.31 ).*

A hidroginástica por ser praticada na água, considerado meio desafiador pois provoca desequilíbrio e dificuldade de locomoção, tem aceitação pelas crianças quando trabalhada com movimentos dramatizados torna-se mais divertida e motivante o que facilita a prática dos movimentos propostos pelo professor.

Por observações empíricas notei o envolvimento das crianças com a dramatização, fazendo com que as mesmas criassem movimentos que refletissem os personagens citados e também houve a preocupação de reproduzirem os gestos colocados como proposta. A aula foi conduzida com música que pareceu ser um fator de grande influência de motivação e no ritmo dos movimentos.

Gloton, Clero ( 1976 ) respalda minha experiência, quando conclui que a criatividade existe potencialmente em todo indivíduo, portanto a educação é um dos fatores estimulantes dessa ação. Para isto é necessário um meio rico que motive a prática do movimento estimulando a sensibilidade e imaginação.

Bruyère apud Gloton, Clero ( 1976 ), aponta que a memória e imaginação estão presentes nas crianças e é por isso que repetem palavras e gestos que ouvem e vêem. As criações infantis ocorrem conforme o meio material e humano.

A Educação Física através das suas atividades estabelece diversas formas de relações. É importante saber socializá-las e expor as possibilidades de cooperação, de colaboração, de divisão, de espaço e de expressão. Assim sendo é importante dirigir atividades com objetivos específicos, tirando os ensinamentos de cada momento ( Queirós, 1991 ).

A hidroginástica pode ser trabalhada individualmente ou em grupo, promovendo desta forma o sentido de cooperação, de amizade, mesmo porque esta atividade não possui, como característica predominante a competição, sendo que no meio líquido as crianças estarão em condições

semelhantes, considerando que algumas terão mais facilidades de adaptação que outras.

Pelo fato do meio líquido oferecer desafios, situações diferentes a dos exercícios em solo, pode ocorrer que as crianças sintam necessidade de estarem mais juntas, de precisarem de ajuda, por exemplo diante da falta de equilíbrio, podendo existir maior solidariedade entre elas no sentido de dar apoio e incentivo ao colega.

Durante o processo ensino- aprendizagem , no caso das habilidades motoras, o professor, através do gesto, da palavra e do olhar, faz com que a criança sinta maior segurança e tenha resposta positiva na aprendizagem. Ele é a pessoa que procura motivar, criar situações diversas, permitindo ao aluno alcançar o sucesso.

A hidroginástica na escola tem como proposta trabalhar as capacidades e habilidades motoras nas crianças em meio diferente, permitindo que estas enriqueçam seu leque motor, adquiram novos conhecimentos, descubram o prazer de sentir a água tocando e massageando o corpo.

## II. O PERCURSO DA HIDROGINÁSTICA.

Não há dados precisos que indique quem foi o idealizador da hidrogenástica, mas para compreender como surgiram as primeiras atividades em meio líquido é preciso voltar ao passado e situá-los na história.

Há muitos anos atrás, mestres orientais realizavam lutas marciais, com seus discípulos, dentro da água afim de melhorar o condicionamento muscular, uma vez que a resistência desta é maior que a do ar. Os gregos-romanos, por exemplo andavam e se movimentavam dentro da água com finalidades terapêuticas e recreacionais ( Santos, 1995 ).

→ Médicos cientistas alemães e ingleses, em 1697, foram os primeiros a realizarem pesquisas sobre o uso da água, enquanto função terapêutica. Em 1903, nos EUA, inaugurou-se o primeiro centro terapêutico do mundo e que teve grande aceitação pelos profissionais da área de saúde. Diante do sucesso, conquistou especialistas europeus, destacando-se que na Alemanha atendeu principalmente pessoas de idade mais avançada, tendo como objetivo a prática de atividade mais segura, com menor risco de ocorrerem lesões articulares, além de propiciar melhor qualidade física e bem estar psicológico. Assim juntou-se exercícios benéficos num meio específico, a água, surgindo desta associação, a hidrogenástica (Santos,1995).

Com a fundação da YMCA nos Estados Unidos, conhecida no Brasil como Associação Cristã de Moços, iniciaram-se as primeiras práticas de jogos e atividades dentro da água ( Santos, 1995 ).

Nos EUA, a hidroginástica foi aprimorada e utilizada no treinamento de atletas de diferentes modalidades esportivas, ganhando adesão mundial. Os exercícios eram executados de forma sequenciada, com diversas intenções, podendo ser grupal ou individual (Santos, 1995). Segundo o mesmo autor, hidroginástica surgiu no Brasil há aproximadamente vinte anos e pode ser praticada por qualquer pessoa.

Ribeiro ( 1994 ), aponta que a água é considerada um meio descontraído, permitindo aos alunos ficarem mais à vontade, relaxados, sem preocupação com a silhueta, uma vez que dentro da água as pessoas não se enxergam direito, assim sendo tende a atrair jovens e velhos, magros e obesos, atletas e sedentários, homens e mulheres.

Durrett ( 1993 ) afirma que esta atividade aquática também vem sendo praticada por crianças, que preferem esta modalidade de atividade física à praticarem natação formal ou competitiva.

Atualmente a hidroginástica tem sido uma das atividades físicas mais requisitadas e praticadas em academias, além de ser usada no condicionamento físico de atletas de diferentes modalidades esportivas.

O interesse pela hidroginástica vem aumentando progressivamente tanto por profissionais da área de Educação Física, como da Fisioterapia, de Medicina e até mesmo por pessoas sem nenhuma habilitação profissional. No entanto, por ser uma atividade física recente, tem sido alvo de estudos de profissionais.

Os habilitados em Educação Física são os que mais trabalham com a hidroginástica, nas academias, clubes e hotéis. É necessário, através de seus conhecimentos específicos e de estudos mais aprofundados, que saibam o

porquê de cada exercício, como adaptá-los respeitando a individualidade das pessoas, e fazendo com que as mesmas sintam satisfação e prazer ao praticarem.

Na hidroginástica é possível se trabalhar com exercícios que envolvam movimentos combinados de membros superiores e inferiores, podendo serem feitos individualmente, em duplas ou em grupo e com característica recreativa ou não.

Há vários estudos que sustentam a prática desta atividade pela sociedade e dentre eles menciono o de Rocha ( 1994 ) quando afirma que: oferece menor risco de lesões na coluna devido a baixa ação da gravidade; proporciona maior percepção para o conhecimento corporal (sensação tátil); a água envolve e massageia o corpo e alivia dores articulares; por ser trabalhada com música, desenvolve o ritmo e a coordenação de movimentos. Além disso melhora as capacidades motoras, trabalha as atividades básicas como correr, saltar, equilibrar, empurrar, chutar, lançar e proporciona ao corpo a sensação de flutuação. Essas são experiências corporais valiosas que contribuem no aumento do vocabulário motor.

Defontaine apud Desmaceno ( 1992 ) afirma o resultado de uma boa estruturação e utilização do esquema corporal:

*"contribui diretamente à adaptação do sujeito no espaço e no tempo, contribuindo para uma disposição corporal mais adequada para a realização das diferentes atividades"( p.31).*

Ao descrever as vantagens da hidrogenástica, tenho como proposta implantá-la no ensino fundamental de 1ª a 4ª séries, período escolar que é compreendido dos 7 aos 10 anos aproximadamente, em instituições de ensino estadual, municipal e particular. Este é um público que está em processo de maturação tanto motor, como cognitivo e afetivo, portanto, necessitam de experiências corporais que colaborem no aprendizado de habilidades específicas e culturalmente determinada.

Pretendo assim, levar ao conhecimento das crianças a possibilidade de realizarem atividades motoras em ambiente diferente, além de contribuir na estruturação e compreensão do esquema corporal, uma vez que o meio aquático tem a vantagem de ser explorado e manipulado pelo corpo.

### III. PROPRIEDADES FÍSICAS DA ÁGUA.

Partindo dos conhecimentos físicos da água é possível programar aulas de forma adequada ao meio. Há quatro aspectos físicos importantes: *flutuação, pressão hidrostática, viscosidade e densidade.*

#### 2.1- Flutuação

Força que atua em sentido oposto à ação da gravidade e que é denominada de empuxo. Segundo o Princípio de Arquimedes um corpo quando imerso em um meio líquido sofre um empuxo para cima, igual ao peso do líquido deslocado. O corpo quando envolvido pelo meio líquido está submetido a duas forças, Flutuação e Ação da Gravidade ( Paulo, 1994).

A flutuabilidade se difere nas pessoas, dentre outros motivos, de acordo com a estrutura corporal, tamanho do arcabouço ósseo, desenvolvimento muscular, distribuição de peso, quantidades de tecido adiposo, capacidade pulmonar ( Counsilman apud Ribeiro, 1994 ).

A flutuação pode tanto ser usada no auxílio, como na resistência do movimento depende do sentido que este é executado: flutuação de assistência ( movimento realizado na mesma direção da flutuação ); flutuação de resistência ( movimento oposto à flutuação); flutuação de apoio ( movimento perpendicular à flutuação ). Têm como função básica fortalecer os músculos, aliviar a tensão articular, diminuir o stress biomecânico e oferecer resistência ao movimento ( Paulo, 1994 ).

## 2.2- Densidade

É a relação entre a massa e o volume de uma substância. Também define suas características de flutuabilidade.

A densidade da água pura é  $1000\text{Kg}/\text{m}^3$ . Se uma substância possui densidade menor que isso ele flutuará na água, se maior; afundará. Densidade do corpo humano é  $950\text{kg}/\text{m}^3$ , em inspiração, já o da criança é  $860\text{Kg}/\text{m}^3$  ( Paulo, 1994 ).

Segundo o mesmo autor, esta propriedade da água permite o melhor posicionamento do corpo para execução dos exercícios, auxilia no efeito massagrador e facilita o conhecimento para determinação da carga a ser trabalhada.

## 2.3- Pressão hidrostática

Quanto maior a profundidade e densidade do líquido maior é a pressão. As moléculas de um líquido exercem um impulso (pressão de um líquido) sobre cada parte da superfície de um corpo. A pressão hidrostática é um dos fatores que participam como resistência ao movimento, promove sobrecarga natural, estímulo à circulação periférica, fortalecimento da musculatura envolvida na respiração quando há imersão da caixa torácica, facilidade do retorno venoso, participação do efeito massagrador da água (Paulo, 1994 ).

## 2.4- Viscosidade

É o tipo de atrito que há entre as moléculas de um líquido, determinando sua capacidade de fluir. Líquido com alta viscosidade flui

lentamente, e com baixa; flui rapidamente. No caso da água, a viscosidade varia de acordo com a temperatura. Quanto mais elevada a temperatura, menor a viscosidade, devido as suas moléculas estarem mais separadas.

Enquanto função, a viscosidade colabora exercendo resistência ao movimento, influencia na pressão arterial e atua como coadjuvante no efeito massageador.

#### IV. UMA REFLEXÃO SOBRE A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Desde o período da pré-história o homem pratica a luta, a caça, a natação, o arremesso, a corrida, o salto, devido ao ambiente físico que habitava e também por questões de sobrevivência ( Marinho,1977 ).

Em tempos distantes, como na antiguidade, a atividade física tinha caracter terapêutico e religioso, portanto os jogos realizados na Grécia eram em homenagem aos Deuses do Olimpio, recebendo o nome de Olimpíadas ( Bucher apud Silva, 1994 ) e no período medieval, a ênfase era para as festas populares, dança e jogos tradicionais dos camponeses ( Rouyer apud Silva, 1994 ).

Surge no início do século XVII, com os movimentos humanísticos do Renascimento, uma valorização da ginástica e jogos, associando-os a educação ( Pereira apud Silva,1994 ).

Desta maneira, nota-se que os componentes da Educação Física já eram praticados pelo homem através das atividades físicas antes mesmo de ser conotada como disciplina constituída de conteúdos específicos: dança, jogo, luta, ginástica e esporte.

A Educação Física com objetivos pedagógicos surgiu no século XVIII na Alemanha, visando não apenas o aspecto anátomo-fisiológico, mas também o equilíbrio físico e mental ( Silva,1994 ).

De acordo com Soares, et al. (1992) período compreendido entre fins do século XVIII e início do XIX, na Europa, inicia-se a construção e consolidação de uma nova sociedade, a capitalista. Portanto, para essa nova sociedade era fundamental formar homens mais fortes, mais ágeis,

mais arrojados. Para a época, o corpo disciplinado que exauria força física, o corpo saudável, é que poderia produzir riquezas.

No Brasil, fins do século XIX e início do século XX, ocorre uma modificação na sociedade brasileira, a qual deixa de ser escravista para social capitalista. Diante desta transição, segue a necessidade de assegurar a ordem social e o progresso, portanto era preciso formar homens fortes e saudáveis, assim viam a ginástica como principal meio para atingir este objetivo. A preocupação com o corpo saudável baseou-se de início no princípio anatômico e posteriormente anatômico fisiológico, com intenções nitidamente higienista (Perez Gallardo, 1997).

Segundo esse autor, a primeira escola de formação de instrutores de Educação Física, surge em 1907 e é denominada “Escola de Educação Física da Força Policial do Estado de São Paulo”. Em 1922, com a criação do Centro Militar de Educação Física, foram contratados militares para serem professores instrutores de ginástica nas escolas, organizando-se assim a Educação Física militarista, que priorizada o adestramento físico.

De acordo com Daiuto apud Silva (1994), a obrigatoriedade da Educação Física nas escolas de 1º grau no Brasil deu-se, em 1851 por meio de legislação específica (lei n. 630), firmando-se no período da industrialização.

Silva (1994) aponta que, no século XX, esta disciplina sofre influências do Método Francês, surgido em 1927, de tendência anátomo-fisiológico e do Método Desportivo Geral (1945) de tendência desportiva e social.

Para Perez Gallardo (1997), após a Segunda Guerra Mundial, a Educação Física passou a ser vista como meio de promover o

desenvolvimento do homem, através da prática físico-esportiva. Pelo desporto a criança aprenderia que para convivência social seria necessário obedecer certas regras; aprender a vencer com o próprio esforço e a conviver com vitórias e derrotas. *"A estrutura do esporte reflete a organização da sociedade ( autoritária ) na qual esta inserida, tornando-se assim numa melhor forma de adaptação social"* ( Bracht apud Gallardo,1997; p.79 ).

Reforçada pela legislação de 1971, a Educação Física no contexto escolar de 1º e 2º grau tem por objetivo desenvolver e aprimorar forças cívicas, morais, físicas, psíquicas e sociais do aluno ( Perez Gallardo,1997 ).

No final dos anos 70 e início dos anos 80 é trazida para o Brasil a corrente da Psicomotricidade, a qual se fundamenta na integração do desenvolvimento cognitivo e motor ( Perez Gallardo, 1997 ).

Fica claro que a Educação Física passou por modificações, seguiu diferentes tendências, de acordo com os momentos políticos e econômicos que dirigiam a sociedade em diferentes épocas. Atualmente é mantida a obrigatoriedade desta disciplina no currículo escolar, portanto deve ser considerada bastante importante para o desenvolvimento da criança, assim como é a matemática e a língua portuguesa.

A escola é imprescindível na formação do indivíduo dentro de uma sociedade. Ela atua tanto no domínio cognitivo, como no afetivo e psicomotor, portanto é fundamental a qualidade da educação. Existindo ausência ou desinteresse em algum desses domínios por parte da instituição de ensino, a criança provavelmente ficará comprometida não apenas no domínio em particular, mas no desenvolvimento total já que este é entendido como um processo integral e harmonioso ( Matos,1991 ).

Consciente que o ser humano não é um ser fragmentado, a escola deve proporcionar experiências educativas em todos os domínios. Acredito que o papel da escola seja formar indivíduos aptos a pensar, agir, expressar, movimentar de forma autônoma e crítica. Permitir que as pessoas usem os conhecimentos adquiridos na vida cotidiana, na profissão, no lazer e no desporto.

Uma das maneiras da criança entrar em contato com a realidade e adquirir experiência, é através do movimento, que proporciona a possibilidade de obter o domínio do corpo e a conquista sensorial do espaço ( Matos,1991 ).

De acordo com Tani ( 1988 ), o movimento tem grande importância social e cultural:

*“A comunicação, a expressão da criatividade e a dos sentimentos são feitas através de movimentos. É por meio deles que o ser humano se relaciona com o outro, aprende sobre si mesmo, quem ele é, o que é capaz de fazer. É através de movimentos que o ser humano aprende sobre o meio social em que vive”*  
(p.12 ).

Matos ( 1991 ), afirma que a oportunidade da criança poder compreender, programar e realizar ações favorece a aprendizagem de movimentos básicos, transmitindo a noção de relação ( sujeito, coisa,

espaço), importante para o seu desenvolvimento corporal e adaptação social.

Quando as crianças têm acesso a diversas experiências de movimento, elas adquirem maior probabilidade de realizarem, no futuro, tarefas mais complexas e que solicitam exigências maiores na estrutura motora.

O que se presencia hoje, na vida social moderna, são as limitações das possibilidades lúdicas das crianças que permanecem muito tempo diante da TV, ou entretidas com seus programas ou jogando vídeo games. O espaço para brincar fica reduzido ao tamanho do apartamento ou da casa. Isto é a consequência da violência urbana, das ruas cheias de carros, do avanço tecnológico dentre tantos outros problemas presentes nas grandes cidades.

Portanto, diante deste fato, a escola passa a ser um dos veículos que leva as crianças a conhecerem e vivenciarem novas experiências de movimento, promovendo autonomia e sentido crítico.

Para que a Educação Física Escolar, proporcione o prazer e promova o crescimento evolutivo das crianças, é importante que as atividades propostas respeitem as individualidades, envolvam as habilidades que devem estar fundamentadas segundo as características da fase em que as mesmas se encontram. Não se pretende padronizar crianças quanto as habilidades, mas considerar as características predominantes do comportamento infantil ( Piccolo, 1993 ).

## V. ENTENDENDO A CRIANÇA DOS 7 AOS 10 ANOS

*“Movimento é a essência da infância” ( Tani, 1988; p.12).*

Desde pequena a criança se movimenta em busca do novo, do desconhecido, do saber.

Segundo Piccolo ( 1993 ), durante o processo de ensino-aprendizagem, os elementos do conteúdo, que visam o desenvolvimento psicomotor da criança, devem estar presentes de forma unificada e inter-relacionada.

Na fase dos 6 aos 8 anos de idade, as crianças estão mais ativas fisicamente, é preciso estar consciente que idade cronológica não indica maturidade. Esta fase destaca-se a relevância de novas experiências motoras, já que as crianças não possuem muitas habilidades. Com um programa adequado de aula, pode-se aprimorar a coordenação, o ritmo entre outros. Dos 8 aos 10 anos é a fase que ocorre refinamento e diversificação na combinação das habilidades básicas, remetendo a movimentos mais complexos, além de aumentar a resistência e a força (Piccolo, 1993 ).

O desenvolvimento do comportamento afetivo- social, através da atividade motora, dependerá do meio ambiente, do local de aula e do relacionamento que a criança tem com a família. ( Piccolo, 1993 )

Em atividades como jogos, expressas em movimento, o professor pode introduzir os conceitos de cooperação, solidariedade, respeito,

companheirismo e amizade. É importante que haja motivação durante a aprendizagem motora em função da autorealização e do prazer. Uma boa aula deve estimular a autoconfiança e diminuir o medo. Piccolo (1993;p.63 ) adverte: *“A alegria, a tristeza, a raiva ou o aborrecimento se documentam no tônus e no comportamento motor, assim como as atividades motoras influenciam o aspecto emocional”*

De acordo com a mesma autora, a idade dos 7 ou 8 anos, as crianças procuram ser o centro da atenções, adoram imitar e são dramáticas. Possuem uma forte resistência às atividades que não são dos próprios interesses. São individualistas e independentes, mudando facilmente de amigos. Estão sempre em competição sem se preocupar com resultados. A capacidade de concentração é mais baixa e susceptível ao prazer momentâneo. Gesell (1977), cita que crianças de 7 anos tendem repetir várias vezes o exercício e são mais cautelosas, temerosas diante de novas proezas, enquanto que as de 8 anos de idade tendem a realizar habilidades acrobáticas, muitas vezes fazem a tarefa a seu modo e só depois executam conforme lhe ensinaram .

Já as crianças de 9 e 10anos, ainda são muito individualistas e ao executarem movimentos procuram algo a mais no final das atividades. São receptivas quanto ao aprendizado de coisas novas e diferentes. É uma fase ótima para realizar atividades desafiadoras, que as façam conquistar a coragem e a confiança em si mesmas ( Piccolo, 1993 ) . Para Gesell (1977), as crianças de 9 anos são mais ágeis nos exercícios motores e gostam de mostrar suas habilidades; as de 10 anos são mais receptivas as informações sociais e não há grande companheirismo entre os gêneros.

É difícil mencionar a parte motora da criança sem se reportar a psíquica. Ao realizar atividades motoras dentro de um contexto que traga sentido e significado às ações, a criança desenvolve o raciocínio, a fim de solucionar ou concretizar a tarefa proposta. Gesell (1977) afirma ser importante saber a tendência das características motoras que envolve as idades, pois são indicadores tanto da individualidade como do estado de maturidade.

Segundo Whiting apud Perz Gallardo ( 1997 ), habilidade motora é definida como sendo:

*“Ação complexa e intencional, envolvendo toda uma cadeia de mecanismo sensoriais, central e motor que, através do processo de aprendizagem, se tornou organizada e coordenada de forma a alcançar objetivos predeterminados com máxima certeza”( p.55 ).*

Quando a criança executa uma habilidade motora provoca mudanças no desenvolvimento motor contribuindo no amadurecimento de sua ação e comportamento.

Perez Gallardo ( 1997;p.55 ) afirma que :*“A palavra desenvolvimento implica em mudanças comportamentais e estruturais dos seres vivos no tempo.”*

Gallahue apud Perez Gallardo ( 1997;p. 55 ) trata o desenvolvimento motor como: *“...mudança no nível individual das funções. É o surgimento e o melhoramento no nível de controle da criança, na execução de habilidades.”*

Segundo estudos de Gallahue ( 1982 ); Gallahue ( 1989 ); Harrow (1983 ) citados por Perez Gallardo ( 1997 ), o desenvolvimento motor segue alguns princípios:

- da universalidade: os indivíduos passam todos pelo mesmo estágio, pois são comuns a espécie humana.
- da intransitividade: há uma sequência nos estágios, e o desenvolvimento segue uma ordem que não pode ser modificado, no entanto a permanência em cada estágio varia de acordo com o indivíduo e também com a cultura.
- hierarquia: estágio seguinte incorpora a anterior.

Segundo Perez Gallardo ( 1997 ), a eficiência do desenvolvimento motor se dá pela e consistência e constância. O primeiro refere-se ao ganho de esquema do movimento, e segundo está relacionado com a utilização destes esquemas nas diversas situações ambientais

Para o mesmo autor, as capacidades motoras são classificadas em 3 grupos:

Grupo I  $\Rightarrow$  relacionado à fonte de energia utilizada durante a execução de habilidades motoras:

- força muscular - contração que permite movimentar o corpo na execução de uma habilidade motora.
- resistência de contração muscular - contração capaz de ser mantida ou solicitada seguidamente durante a execução de uma habilidade motora.

- velocidade de contração muscular - deslocamento do corpo numa unidade de tempo.
- potência da contração muscular - capacidade do músculo de vencer a resistência num curto espaço de tempo.

Grupo II ⇒ depende da qualidade de estrutura do organismo:

- coordenação motora - contrações musculares que permitem o ser humano ao domínio seguro e econômico de suas ações motoras e a aprender outros movimentos característico das habilidades motoras (Frey apud Perez Gallardo, 1997 ).
- flexibilidade corporal - capacidade do indivíduo de realizar movimentos de grande amplitude articular, promovendo o acúmulo de energia cinética potencial que auxiliará em tarefas de velocidade e/ou potência.
- equilíbrio motor - importante para a coordenação motora. Neste item deve-se levar em consideração o estado psico-emocional o qual influencia a execução de tarefas motoras que exigem o controle de postura e conscientização do corpo.

Grupo III ⇒ depende das experiências adquiridas no meio social:

- orientação cinestésica - capacidade de reconhecer a posição do corpo em relação aos objetos e as coisas do meio que o cercam.
- estruturação do esquema corporal - capacidade de reconhecer as diferentes partes do corpo e sua utilização durante execução das habilidades motoras.

- orientação espaço / temporal - permite ao indivíduo perceber, pelos atos motores, o meio ambiente e envolver-se nele com o corpo, com objetos ou com pessoas. A percepção espacial está relacionada à posição do corpo; a forma, textura e tamanho dos objetos, ou seja, depende muito do órgão de visão. Enquanto a percepção temporal permite constatar duração, velocidade, direção das situações vividas no meio ambiente.
- expressão corporal - capacidade de exprimir idéias, pensamentos, emoções no meio social que vive. É uma forma de comunicar-se pelo movimento, pois a pessoa relata sua compreensão dos fatos e ações que ocorrem no mundo. Cada indivíduo tem um jeito individual de expressão.

## VI. CONSIDERAÇÕES E PROPOSTA

São Paulo ( 1993 ):

*“Educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho” ( p.38 ).*

A educação é fundamental na formação do homem. Através dos conhecimentos transmitidos e produzidos, contribui na construção de uma sociedade crítica, a qual tem o dever de colaborar para o progresso e desenvolvimento do país. No entanto, como afirma a constituição, é obrigação do Estado e da família incentivar o ingresso da criança na escola.

Durante algum tempo, a educação não foi devidamente valorizada, portanto, abandonada, a escola limitou-se a oferecer somente giz e quadro negro às aulas e submeter os professores a baixos salários. Somada a esta situação, a evasão escolar vem atingido índices alarmantes nos últimos anos agravando ainda mais a questão da educação. Diante da crise, houve a necessidade da reestruturação do ensino público.

Com a intenção de resgatar a credibilidade da escola e sua extrema importância na vida da criança, o governo vem dando destaque a esta questão através dos meios de comunicação como televisão, jornais, cinema,

além de liberar verbas na compra de materiais, modernizando e equipando a escola, e promovendo melhores salários aos professores.

O processo é lento, mas a intenção é nobre, sendo assim o resultado tende a ser positivo.

É importante ressaltar que, como toda disciplina escolar, a Educação Física também possui carência de material e necessidade de assistência. Por estar incluída no currículo escolar, significa que tem importante função na formação do indivíduo.

Bento ( 1991 ) define:

*“O ensino em Educação Física conta, entre outros objetivos, o do aperfeiçoamento das formas básicas do movimento humano,(...). A estas formas pertencem gatinhar, andar, correr, saltar, rastejar, trepar, balançar, rolar, empurrar, lançar, agarrar, etc...Nelas assentam numerosos movimentos desportivos, conferindo-lhe um estatuto de cultura”( p.14-5 ).*

Segundo o mesmo autor, o perfil do dia a dia de cada criança se diferencia pelo volume de tempo gasto em atividades motoras, portanto cabe a escola motivar a prática destas ações para que a mesma não apresente no processo de crescimento e maturação grande diferença no volume de atividades motoras, o que conseqüentemente influi no desenvolvimento da personalidade.

Consciente de que o movimento é um dos meios adquirido pela criança para se relacionar com o ambiente e com outras pessoas é que proponho hidroginástica na escola como prática alternativa, que proporciona ricas experiências corporais.

A criança não precisa saber nadar, mergulhar, colocar o rosto na água para praticar a hidroginástica, assim sendo, provavelmente sintase mais à vontade e segura no meio líquido.

O espaço para realizar esta atividade pode ser conquistada através das políticas públicas educacionais entre: escola( Estadual ) e centro esportivo ( municipal ); escola ( municipal ) e secretaria da educação e secretaria do esporte; escola particular e centro esportivo ( municipal ) ou secretaria da educação e secretaria do esporte; escola ( estadual ) e particular que apresente piscina.

Com a possibilidade da municipalização das escolas Estaduais, talvez seja facilitado o acesso pelos alunos às praças de esporte municipais em Campinas.

A escola é o espaço que todo cidadão tem direito a freqüentar expondo suas necessidades, dificuldades, vontades, sendo para muitos, o único. Portanto, deve oportunizar a prática de atividades diferenciadas, formando indivíduos versáteis, de opinião própria, com capacidade de decisão, de compreensão, ou seja, pessoas que estejam aptas a conviverem socialmente.

## VII. REFERÊNCIAS

- BENTO, J. O. Para uma renovação da escola primária e da Educação Física. In: *EDUCAÇÃO Física na escola primária*. Lisboa : Universidade do Porto, 1991. p. 11-7.
- DASMACENO, L. G. *Natação, psicomotricidade e desenvolvimento*. Brasília : Secretaria dos Desportos da Presidência da República, 1992.
- DURRETT, A. Hidroginástica. *Sprint*, Rio de Janeiro, n. 67, p. 22- 5, jul. /ago. 1993.
- FREIRE, J. B. *Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física*. Campinas : Scipione, 1989.
- GESELL, A. *A criança dos 5 aos 10 anos*. Lisboa : Império, 1977.
- GLOTON, R, CLERO, C. *A atividade criadora na criança*. 4.ed. Casterman : Estampa, 1976.
- MARINHO, I. P. *História geral da Educação Física*. São Paulo : Cia Brasil, 1977.

- MATOS, Z. A importância da Educação Física na 1º ciclo do ensino básico. In: *EDUCAÇÃO Física na escola primária*. Lisboa : Universidade do Porto, 1991. p. 21-9.
- MOTA, J. Adaptação ao meio aquático. In: *EDUCAÇÃO Física na escola primária*. Lisboa : Universidades do Porto, 1991. p. 75-85.
- PAULO, M. N. *Ginástica aquática*. 2. ed. Rio de Janeiro : Sprint, 1994.
- PICCOLO, V. L. N. (Org. ). *Educação Física escolar: ser... ou não ser?* 3. ed. Campinas : UNICAMP, 1993.
- PEREZ GALLARDO, J. S. P. ( Org. ). *Educação Física: contribuições à formação profissional*. Ijuí : Ed. da UNIJUI, 1997.
- QUEIRÓS, P. Particularidades da organização do processo de ensino-aprendizagem em educação física. In: *EDUCAÇÃO Física na escola primária*. Lisboa : Universidade do Porto, 1991. p. 46-56.
- RIBEIRO, C. S. P. *Hidrogenástica: cada vez mais adeptos*. Campinas, 1994, 27p. Monografia ( Especialização em Ciências do Esporte ) - Faculdade de Educação Física, UNICAMP, 1994.
- ROCHA, J. C. C. *Hidrogenástica teoria e prática*. 2. ed. Rio de Janeiro : Sprint, 1994.

SANTOS, R. Como surgiu a hidroginástica? como dominar corretamente esta atividade? *Sprint*, Rio de Janeiro, n. 80, p. 21-3, set./out. 1995.

SÃO PAULO, *Secretaria de Estado do Governo*. Constituição da República Federativa do Brasil. São Paulo : IMESP, 1993.

SILVA, A. P. S. Educação Física: um fenômeno que se desvela. *Revista Paulista de Educação Física*, v. 8, n. 1, p. 58-68, jan./jun. 1994.

SOARES, C. L. et al. *Metodologia do ensino de Educação Física*. 4. ed. São Paulo : Cortez, 1992.

TANI, G. et al. *Educação Física escolar: uma abordagem desenvolvimentista*. São Paulo : EPU, 1988.