



Trabalho de conclusão de curso: Educação Física – Resenha Crítica

NOME: Tania da Silva Oliveira

Paulo Ricardo Delcor

CURSO: Educação Física – Bacharelado

ORIENTADORA METODOLÓGICO: Prof.^a Dra. Katia Danailof

ORIENTADOR (A) TEMÁTICO: Prof. André Luís Aroni

TRABALHO ANALISADO: Dissertação de Mestrado

TÍTULO: NATAÇÃO: UMA PROPOSTA DE TRABALHO

AUTOR: Juliana Cumpian

INSTITUIÇÃO: Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP

Bragança Paulista

2023

CUMPIAN, Juliana. NATAÇÃO: UMA PROPOSTA DE TRABALHO. 2019. 85 p.
Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2019.

RESENHA DA OBRA NATAÇÃO: UMA PROPOSTA DE TRABALHO

Tania da Silva Oliveira \ Paulo Ricardo Delcor

De acordo com estudos, a natação é uma modalidade quase tão antiga quanto o homem, que por instinto de sobrevivência, teria aprendido a se sustentar na água. Atualmente, a procura por essa modalidade vem crescendo bastante e conquistando cada vez mais adeptos e praticantes. Por trás disso, deve existir um planejamento eficaz e consciente com relação às aulas de natação para otimizar o processo de ensino, proporcionando uma experiência segura, progressiva e gratificante aos alunos, uma vez que pessoas com variados níveis de aptidão física procuram pela natação por diversos motivos. Pudemos encontrar na obra “Natação: uma proposta de trabalho”, de Juliana Cumpian, com publicação em 2019, pelo BDTD – Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações, um estudo dos níveis da natação e exemplo de processo pedagógico com criação de planos de aula e avaliações para acompanhamento de resultados.

A obra resulta da pesquisa de dissertação realizada para o mestrado em Educação Física na área de Biodinâmica do Movimento e Esporte, cujo objetivo é propor uma metodologia voltada para o ensino e treinamento da natação para diferentes níveis pedagógicos. Pesquisa esta, baseada em um projeto que a faculdade de educação física da UNICAMP oferece, tanto para o público interno quanto para o público externo, uma grande variedade de práticas esportivas, utilizando o espaço da própria Faculdade. Atualmente esse projeto é conhecido como “NATAção”, oferecendo cerca de 270 vagas por semestre, apenas na natação.

A natação é uma atividade que transcende as barreiras de idade, gênero e habilidades físicas. Ela pode ser praticada por crianças, adultos e idosos, independentemente do nível de experiência. Porém, muitas vezes, a pressa por resultados acaba se sobressaindo e fazendo com que o processo de aprendizagem se torne monótono, focando apenas no produto final e desconsiderando o desenvolvimento do aluno. Por isso, a autora defende a importância do processo pedagógico no ensino da natação, criando um planejamento que consiga identificar os objetivos de cada aluno

e o direcionamento para as fases pedagógicas, que são classificadas e divididas em: adaptação, iniciação, aprofundamento e treinamento.

A autora traça uma programação com objetivos principais a serem trabalhados em cada aula, para cada uma das fases pedagógicas, assim como testes e avaliações. As fases pedagógicas no ensino da natação são categorizadas em etapas de aprendizagem e de condicionamento físico, cada uma com suas individualidades sendo aprimoradas de forma progressiva e gradativa, com a realização de exercícios corretivos e educativos e avaliações. Na prescrição de atividades físicas no meio aquático, é de suma importância o controle do esforço físico e da intensidade na realização dos exercícios, para isso, sugere-se a utilização de identificadores biológicos, como frequência cardíaca, consumo de oxigênio, percepção subjetiva de esforço e limiares tanto ventilatórios quanto de lactato. Para alguns estudiosos, o processo de aprendizagem e aperfeiçoamento das técnicas estão sempre presentes durante todo processo ensino x aprendizagem, independente de qual for a fase pedagógica.

Para a natação, assim como em qualquer outra modalidade, não existe propriamente um método para aprendizado, cada sujeito aprende de acordo com sua aproximação e conforto ao meio líquido, pois cada indivíduo possui objetivos, níveis de condicionamento e limitações diferentes. A prática da natação tem diversos objetivos e benefícios, muitos procuram como uma ocupação em seu tempo livre por ser uma atividade que proporciona um desenvolvimento em capacidades físicas, e outros buscam para competições de auto rendimento. Por isso, um dos primeiros passos para um planejamento, é a identificação do objetivo de cada aluno, considerando suas particularidades e seus interesses. Quando um aluno procura por essa modalidade, ele passa pelas fases pedagógicas, sendo a primeira chamada de adaptação, que como o próprio nome já diz, é uma aproximação ao meio líquido, onde ele fará os primeiros contatos com a água, aprendendo a respiração, flutuação, sustentação e mergulho. A segunda fase é chamada de iniciação, onde o aluno vivencia o processo de aprendizagem dos 4 estilos de nados. Após, vem a fase de aprofundamento, onde se busca o aprimoramento dos nados e sua correta execução. E, por último, vem a fase de treinamento, onde se busca a alta performance. A aprendizagem e aperfeiçoamento das técnicas são presentes no processo independente de qual for a fase pedagógica (Machado, 2004), o trabalho de aprimoramento é essencial para que o aluno possa desenvolver gestos e técnicas inerentes aos nados. Conforme a execução é aprimorada

vai sendo utilizados exercícios educativos permitindo assim gestos específicos referente aos nados que são trabalhados.

Para otimizar o processo de ensino, faz-se necessário a realização de um cronograma com programação que prevê objetivos principais a serem trabalhados em cada aula. Tal planejamento deve ser consciente e eficaz, identificando os objetivos e determinando o período de treino, tornando-se uma periodização. A autora faz os programas de trabalho para um total de 16 semanas. Para cada fase pedagógica existe um modelo de programa, seguindo as individualidades de cada uma. As avaliações do aluno devem ser realizadas na primeira e na última semana do programa. Nessa avaliação, constam alguns tópicos referentes à adaptação ao meio líquido e aos nados, sendo que, para cada tópico, deverá ser aplicada uma nota de 1 a 5, sendo 1 fraco e 5 excelente.

Ressaltamos que, como grande contribuição aos estudantes e profissionais da área de Educação física fica claro os métodos, protocolos e testes desenvolvidos para nortear o professor nesta carreira, o trabalho de Juliana Cumpian está com amplas ferramentas para uso imediato para o auxílio do profissional de educação física, como planejamentos e avaliações para utilização em aulas. Um ponto a melhorar seria a falta de flexibilidade, onde às vezes, um plano de aula muito rígido pode não permitir a adaptação às necessidades imediatas dos alunos. Por exemplo, se um aluno está tendo dificuldades com uma técnica específica, pode ser necessário mais tempo dedicado a ela do que sugere o planejamento original.

O planejamento nas aulas de natação desempenha um papel crucial na eficácia do ensino e no desenvolvimento das habilidades dos alunos. Uma abordagem bem pensada e estruturada pode maximizar o progresso dos alunos e garantir que a natação seja uma experiência segura e gratificante. No entanto, também pode haver desafios e áreas de melhoria a serem considerados.

Em resumo, o planejamento nas aulas de natação desempenha um papel fundamental no ensino eficaz, mas deve ser equilibrado com flexibilidade para atender às necessidades individuais dos alunos. A comunicação aberta e a avaliação regular também são essenciais para garantir que os alunos atinjam seus objetivos de natação de forma segura e eficaz.

REFERÊNCIAS

CUMPIAN, Juliana. NATAÇÃO: UMA PROPOSTA DE TRABALHO. 2019. 85 p.
Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2019.