



3 a 6 de novembro de 2009 - Londrina - Pr - ISSN 2175-960X

## **NATAÇÃO COMO INCLUSÃO PARA CRIANÇAS COM NECESSIDADES EDUCACIONAIS ESPECIAIS**

Ulysses Gomide Neto 1

Orientadora: Dra. Fátima E. Denari 2

### **1. Introdução**

#### **1.1. O Homem e a Natação**

A importância e a relação do homem com o meio líquido vem de muito tempo e está ligada a natureza. Segundo Noronha (1985), a Terra tem 3/4 de sua superfície coberta de água. O meio líquido envolve o homem desde sua gestação no útero materno. É também uma das principais fontes de sua subsistência desde a pré-história, quando ele se alimentava do que caçava e pescava. Estabeleceu-se uma relação de sobrevivência do homem com a água, pois além de extrair dela seu alimento, ele precisava também transpor os rios para caçar e para entrar em contato com sua tribo. Instintivamente, a partir desse contato, o homem descobriu que poderia, também, utilizar-se do meio aquático para desenvolver habilidade de flutuar e nadar.

Segundo Damasceno (1992), as referências mais antigas relativas à arte de nadar, datam, de 9000 AC, este fato aparece em pinturas, vasos, mosaicos, etc. aparece ainda, em relatos da literatura antiga salientando as proezas de grandes heróis, atestando a importância desta técnica e de seu domínio.

Observa-se a importância de saber nadar para os povos antigos na Grécia. Platão, em sua lei 689, prescrevia, segundo Lenk (1966 p 28), que “todo cidadão educado é aquele que sabe ler e nadar”. Entre os romanos, de acordo com Lotufo (1980 p 58), a natação era considerada como um requinte de distinção social, a tal ponto de proferirem frases como: “é tão ignorante que não sabe ler nem nadar”.

De acordo com Tahara (2006), as atividades aquáticas vêm evoluindo de maneira satisfatória de acordo com as exigências da sociedade e do próprio ser humano, sendo uma das modalidades esportivas mais praticadas em academias, clubes, haja vista a quantidade de pessoas que optaram por se exercitar em meio líquido.

Para Damasceno (1992), a integração do homem ao meio líquido como decorrência de um processo de adaptação e, ao mesmo tempo, de transformação da natureza, têm-no levado a criar constantemente novas formas de se locomover na água, que ora se apresenta como caminho para ajudá-lo a atingir seus objetivos e ora como obstáculo a ser transposto.

Segundo Noronha (1985), não é só na luta pela transformação da natureza que o homem necessita do meio líquido. A relação do homem com a água vai mais além. Ela é parte inerente do seu ser e da sua própria formação. No inconsciente do homem, a água está sempre presente. Talvez esteja aí o fascínio que a água exerce sobre nós e o porquê de nos sentirmos gratificados ao entrarmos em contato com a água.

A água possui efeitos hidrotérmicos e hidromecânicos. Estes efeitos são determinados pela temperatura da água, pelo Princípio de Pascal, pelo Princípio de Arquimedes e pelas resistências da água (que envolve as propriedades do meio líquido: viscosidade, tensão superficial, turbulência de fluxo, entre outras), (ISRAEL e PRADO, 2000).

Thomson (1985) relata que há cerca de cinco mil anos, na Índia, já existiam piscinas de água quente onde figuras assírias de baixo relevo mostravam estilos rudimentares de

natação. Além disso, em 460-375 a.C. Hipócrates usava água para tratamento de doenças e os romanos utilizavam os banhos com finalidades recreacionais e curativas.

Para Tahara (2006), o certo é que a água está em nosso corpo, na nossa vida e ocupa a maior parte de nosso planeta. Dentre inúmeras características do meio líquido, não menos importante, seria sua relação com a Educação Física e a Fisioterapia, haja vista, a vasta quantidade de atividades que podem ser realizadas no ambiente líquido.

A natação em particular ajuda o ser humano a se desenvolver em várias áreas; segundo Glaser (1983), é sabido que a natação é atividade-meio para: recreação, educação, saúde, segurança, satisfação e auto-realização, competição, terapia e reabilitação.

Este processo ocorre na medida em que, atualmente, os progressos técnicos advindos da área médica, de certa forma, passam a dar mais qualidade de vida às pessoas com necessidades especiais e deficiências.

No caso das pessoas com necessidades especiais e deficiências, basta atentar-se para o enorme sucesso da natação paraolímpica que fica mais fácil a compreensão de como as atividades aquáticas podem ser extremamente relevantes para o desenvolvimento físico e psicológico destas pessoas.

A utilização terapêutica da água consiste na arte de combinar diferentes elementos, temperaturas, ambientes, na avaliação de um resultado que possa beneficiar a condição física e psicológica destas pessoas; além disso, favorece o despertar para o prazer da vivência aquática, (TAHARA, 2006).

Os profissionais de Educação Física e Fisioterapia conscientes de seus papéis enquanto educadores, devem sempre acentuar e enaltecer as capacidades e virtudes e, não lamentar as eventuais deficiências e carências das pessoas. A água é um meio maravilhoso para os exercícios e oferece oportunidades estimulantes para os movimentos que não estão contemplados nos programas tradicionais de exercícios em solo.

A atividade física em terra pode ser difícil para essas pessoas, mas na água eles encontram seu elemento. A maioria das pessoas aprecia a água e querem aprender a nadar; e o sentimento de realização quando dominam a arte é enorme. Elas ganham confiança, seu auto-respeito é incentivado e elas adquirem um benefício social, porque na água são capazes de competir com seus companheiros normais. As pessoas incapacitadas, como outras, beneficiam-se com incentivos para melhorar o seu vigor e sua técnica; portanto, os efeitos são ao mesmo tempo psicológicos e físicos.

A água como meio para a atividade, possui aspectos terapêuticos e recreacionais. Quando estes aspectos estão baseados no mesmo método, eles se tornam complementares uns dos outros, e se pode promover um programa de reabilitação contínua, através de recreação propriamente estudada. Recreacionalmente são envolvidos maiores padrões de movimentos, enquanto que terapeuticamente esses padrões são refinados.

A água oferece a experiência de encontrar-se o corpo sendo atuado por duas forças principais – gravidade ou impulso para baixo, e flutuação ou impulso para cima. Ela proporciona o potencial de exercício em três dimensões que não pode ser realizado em terra. Há estimulação maciça para treinamento perceptual visualmente, auditivamente e através dos receptores da pele, devido aos efeitos da turbulência, calor e pressão hidrostática. Há também respiração melhorada, controle do equilíbrio e controle rotacional, os quais são críticos na água devido à flutuação e efeitos metacêntricos, e efeitos psicológicos.

## **1.2. Crianças com Necessidades Educacionais Especiais**

Segundo Rodrigues (2006), normalmente, fala-se dos deficientes como se estivesse de outro lado, este estritamente marcado pelos êxitos da eficiência. No entanto, do ponto de vista de sobrevivência e relação, tem-se que qualquer pessoa está sujeita a ter necessidades especiais, sejam estas permanentes ou não. Para uma criança com necessidades educacionais especiais, a saúde e o bem estar físico são essenciais. Segundo Rodrigues (2006), a qualidade de vida no despertar do terceiro milênio, tem sido não somente uma simples expressão ou mesmo um jargão popular, mas tem se tornado uma meta a ser alcançada pelo ser humano na busca de uma experiência harmoniosa dos seus hábitos de vida. Qualidade de vida deixou de representar apenas vida sem doenças físicas, mas, acima de tudo, a busca da felicidade e satisfação pessoal em todos os aspectos da vida, no âmbito profissional, social, fisiológico, emocional e espiritual, em um conjunto de equilíbrio e harmonia.

A atividade na água para a criança constitui um meio de ampliar sua experiência, pois esta precisa experimentar movimentação ativa para que se desenvolva, e a falta de experiência física muito bem pode constituir um fator no desenvolvimento lento, tornando-a incapacitada.

Assim observa-se a importância de atividades físicas regulares na vida de uma criança com necessidades educacionais especiais. Para Rodrigues (2006), a realização de atividade física regular ou sistemática por meio de um programa adequadamente estruturado, que leve em consideração os interesses, as competências e habilidades das pessoas com deficiências, podem construir um importante elemento na busca da maior valorização. Isso ocorre por meio da conquista do sentimento de auto-realização, de autocapacitação e da melhoria da auto-estima, o que provoca uma alteração positiva no autoconceito e na sua auto-estima. Aliados a todos esses benefícios nos aspectos psicológicos, deve-se, também, considerar os efeitos que a atividade física pode proporcionar em relação aos ganhos fisiológicos, interferindo positivamente na saúde física e capacidade funcional das pessoas com deficiência.

## 2. Método

Este estudo de caráter qualitativo pretende explorar aspectos do processo de desenvolvimento de crianças com necessidades educacionais especiais num ambiente aquático (natural) com fonte direta de dados, via registro de observações em planilhas especialmente construídas para tal finalidade. Segundo Lüdke e André (1986, p 79) “a pesquisa qualitativa supõe o contato direto e prolongado do pesquisador com o ambiente e a situação que está sendo investigada”.

Serão realizadas entrevistas com familiares (pai, mãe, responsável) com vistas a conhecer a rotina das crianças, as expectativas dos pais, bem como saber das mudanças que possam ocorrer frutos do procedimento.

Este estudo tem a participação de um grupo de 05 crianças na faixa etária de 7 a 10 anos, com necessidades educacionais especiais

Este estudo será desenvolvido por meio do Método Halliwick que engloba uma seqüência de aprendizagem motora desenvolvida de forma prazerosa e lúdica, com músicas e jogos. O conceito Halliwick, para ensino de natação foi desenvolvido por James Mac Millan, que iniciou sua elaboração em 1949, em Southgate, Londres, na escola Halliwick para moças, que deu o nome do método.

Os programas puramente recreacionais dirigidos no sentido de ensinar natação por métodos normais, nem sempre tem sucesso, porque não se fazem concessões por conta da incapacidade, ou a desvantagem não é compreendida. A água oferece a experiência de

encontrar-se o corpo sendo atuado por duas forças principais: gravidade ou impulso para baixo, e flutuação ou impulso para cima. Ela proporciona o potencial de exercício em três dimensões que não pode ser realizado em terra. Há estimulação maciça para treinamento perceptual visualmente, auditivamente e através dos receptores da pele, devido aos efeitos da turbulência, calor e pressão hidrostática. Há também melhora na respiração, controle do equilíbrio e controle rotacional, os quais são críticos na água devido à flutuação e efeitos psicológicos. A pesquisa será realizada em uma piscina coberta e aquecida com todo conforto e segurança que os alunos necessitam. O material será os mesmos usados em aulas de natação para outros alunos como: equipamento de flutuação, prancha, palmar, pequenos objetos que afundam e que flutuam entre outros. As sessões, em número de 24 (3 meses) tem a duração de 30 minutos, duas vezes por semana. O planejamento geral seguirá a seqüência do próprio método Halliwick que consiste em 10 pontos: 1 - Ajustamento mental: Adaptação ao meio líquido de forma que a confiança na água possa ser estabelecida. 2 - Desprendimento: é o meio pelo qual o nadador se torna mental e fisicamente independente. 3 - Rotação vertical: é o movimento em torno do eixo transversal do corpo (da posição deitada, para posição em pé). 4 - Rotação Lateral: é o movimento em volta do eixo da coluna vertebral (Rolar: decúbito ventral para decúbito dorsal). 5 - Rotação combinada: combinação das duas anteriores sendo executada em um único movimento. 6 - Empuxo: compreensão da força de flutuação da água. 7 - Equilíbrio: O nadador é capaz de manter a posição do corpo enquanto flutua em descanso, fazendo pequenos ajustes quando há turbulência. 8 - Deslize turbulento: o nadador flutua, sendo levado através da água pela turbulência criada pelo instrutor. 9 - Progressão simples: nadador realiza movimentos das mãos junto ao corpo "Sculling" (remadas curtas). 10 - Braçada básica: com o nadador em decúbito dorsal, os braços são movimentados lenta e amplamente sobre a água.

Alem dos registros em planilhas individuais, cada participante foi filmado em cada sessão. Desta forma, os dados serão transcritos, analisados pelo pesquisador e por dois observadores externos.

## **2. Resultado e Discussão**

Os resultados preliminares vêm mostrando evolução na adaptação ao meio aquático; maior desenvoltura na execução das atividades; maior autonomia quanto aos aspectos de vida diária (trocar-se, vestir-se, cuidados com higiene, etc., inclusive relatado pelos pais); ganho de massa muscular, melhoria na coordenação motora geral e no esquema corporal.

As famílias também relataram melhoras em casa, após iniciarem a natação o aluno/filho começou a ficar mais calmo, mais tranqüilo; se relacionava melhor com os irmãos, primos e algumas outras crianças que freqüentavam a casa.

Ainda que, em fase inicial, pode-se constatar que a evolução dos participantes vem ocorrendo satisfatoriamente. Isto, de certa forma, vem ao encontro do que a literatura aponta em relação aos benefícios da atividade aquática, especialmente para pessoas com necessidades especiais e deficiências, como ressalta Rodrigues (2006).

Espera-se que, com o desenvolvimento das atividades previstas, os resultados possam ser mais consistentes, no sentido de indicar ganhos nos aspectos do desenvolvimento físico, psicológico, intelectual e afetivo. E, ainda, porque não arriscar, a descoberta de talentos que poderão, em um futuro próximo, participarem de competições nacionais, internacionais ou até mesmo em uma paraolimpíada.



### 3. Encaminhamentos

A importância de atividades físicas regulares na vida de uma criança com necessidades educacionais especiais é tão importante quanto para a vida de qualquer criança, pois, auxilia tanto em sua formação como também na inclusão da sociedade.

A pessoa com necessidades especiais, assim como nós, tem que se sentir útil e valorizada para a sociedade. Com esse sentimento ela renderá mais em todos os aspectos de sua vida seja dentro ou fora da escola. Nós educadores devemos resgatar esse sentimento muitas vezes adormecido nos alunos com necessidades educacionais especiais, e o esporte e a atividade física é uma grande ferramenta para nos ajudar nisso. Qual criança não gosta de brincar e praticar esportes; qual criança não sonha em ser jogador de futebol ou atleta quando crescer, com ou sem necessidade especial criança é criança e tem os mesmos desejos e sonhos, cabe aos adultos conduzi-las a suas metas ajudando na medida do possível a vencer os obstáculos e desafios que irão surgir.

### Bibliografia

- BEE, H. *A Criança em Desenvolvimento*. Porto Alegre. Artes Médicas, 1996, 7ª edição.
- DAMASCENO, L.G., *Natação, Psicomotricidade e Desenvolvimento*. Brasília: Secretaria dos Desportos. 1992.
- FONSECA, V. *Psicomotricidade*. São Paulo. Martins Fontes, 2008.
- GLASER, N. Z. R. R., *Natação para Deficientes Mentais treináveis*. Curitiba: Universidade Federal do Paraná. 1983.
- LÜDKE, M. e ANDRÉ, M.D.A. *Pesquisa em Educação: abordagens qualitativas*. São Paulo: EPU, 1986, 1ª edição.
- NORONHA, R, *Nadar é Preciso*. Rio de Janeiro: Marco Zero. 1985.
- RODRIGUES, D, *Atividade Motora Adaptada*. São Paulo: Artes Médicas. 2006.
- SKINNER, Alison, THOMSON, Ann. *Exercícios na Água, Atividades na Água Baseada no Método Halliwick*, 3ª edição. São Paulo.

### Fontes Eletrônicas

RIBAS, D.I.R.; ISRAEL, V.L.; MANFRA, E.F.; ARAÚJO, C.C. Estudo comparativo dos parâmetros angulares da marcha humana em ambiente aquático e terrestre em indivíduos hígidos adultos jovens. In: *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. Ver. Brás. Méd. Esporte vol.13 no. 6 Niterói Nov./Dec. 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86922007000600003](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922007000600003)>. Acesso em 20 de janeiro de 2009.

TAHARA, A.K.; SANTIAGO, D.R.P.; TAHARA, A.K. *As atividades aquáticas associadas ao processo de bem-estar e qualidade de vida*. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd103/atividades-aquaticas.htm>> Acesso em 20 de janeiro de 2009.



3 a 6 de novembro de 2009 - Londrina – Pr - ISSN 2175-960X

Método Halliwick. AquaBasil 2008. Disponível em:  
<<http://www.aquabrasil.info/halliwick3>>. Acesso em 23 de janeiro de 2009.

Ulysses Gomide Neto SMEC – Secretaria Municipal de Educação de São Carlos/PMSC  
R: Maestro João Sepe 845 São Carlos – SP ulygomide@yahoo.com.br  
Orientadora: Dra. Fátima E. Denari Dep. Psicologia/PPGEEs/UFSCAR  
R: Visconde de Inhaúma 1441 São Carlos – SP fadenari@terra.com.br