

As habilidades aquáticas básicas de alunos de um curso superior de educação física

Paulo Gil Salles¹

UNIABEU

Resumo: Este trabalho tem o objetivo de identificar o nível de desenvolvimento das habilidades aquáticas básicas de alunos do 1º período do curso de Educação Física da UNIABEU e analisar qual a relação existente entre estes alunos e a prática da Natação. Foram utilizados para este fim um questionário com oito itens e quatro testes práticos. Os resultados mostraram que 60% dos alunos avaliados apresentam as habilidades aquáticas básicas bem desenvolvidas.

Palavras chave: habilidades aquáticas, natação, curso de educação física.

The Basic Aquatic Skills of Students of a Physical Education Course

ABSTRACT: The objective of this study is to identify the level of the basic aquatic abilities of the students on the first year of UNIABEU's Physical Education Course and analyze what is the relationship among these students and the swimming practice. A questionnaire with eight questions and four practical tests were used to get these informations. The results showed that 60% of these students have aquatic abilities well developed.

Key words: aquatic abilities, swimming, physical education course.

¹ Doutorando em Fisiologia do Exercício – UdeLaR – Montevideo; Mestre em Ciências da Motricidade Humana – UCB; Especialista em Natação e Hidroginástica – FAMATH; Docente UNIABEU – curso de Educação Física; pgsalles@terra.com.br

Introdução

Na UNIABEU, dentre os cursos na área da saúde, destaca-se o de Educação Física, que no ano de 2006, contava com aproximadamente 1000 alunos entre a Licenciatura e o Bacharelado em Educação Física. O objetivo geral do curso de Licenciatura era: “Formar profissionais de Educação Física capazes técnica, social e eticamente de intervir de forma direta no processo de desenvolvimento social, tendo a escola de ensino básico como instrumento de sua ação, dotados de senso crítico e consciência coletiva que lhes permitam compreender, analisar, agir e contribuir na construção de novos rumos para a educação brasileira.” (UNIABEU, 2006) e o de Bacharelado era: “Formar o profissional de Educação Física Generalista apto para o pleno exercício nos campos de intervenção em diferentes instâncias sociais, onde as múltiplas manifestações do movimento humano se fazem presentes, tais como treinamento desportivo, preparação e avaliação física, recreação e lazer, promoção e manutenção da saúde e da qualidade de vida, orientação e gestão em atividade física e desporto.” (UNIABEU, 2006)

A disciplina Teoria e Prática Pedagógica da Natação fazia parte da grade curricular de ambos os cursos e era oferecida aos alunos que se encontravam no 1º período, e tinha como ementa “Vivência e aprendizagem dos fundamentos da Natação; a aplicação de estratégias didático-pedagógicas para a socialização através da Natação; e estudos de aplicação de recursos na criação de espaços adequados à prática da modalidade”.

Para estar apto a desenvolver estes conceitos e a alcançar tais objetivos, o aluno que ingressava no Curso de Educação Física deveria carregar consigo algumas habilidades motoras aquáticas que eram consideradas básicas, e, portanto, fundamentais para a aquisição de novos conteúdos que seriam importantes para a formação de um profissional técnico e pedagogicamente capaz, além de preocupado com a segurança de seus futuros alunos.

Segundo Barbosa (2001), as habilidades motoras básicas são um pré-requisito para, posteriormente, adquirir habilidades mais complexas e mais específicas,

como são as esportivas. No entanto, o desenvolvimento das habilidades motoras quer no meio terrestre, quer no meio aquático, é resultado das contínuas interações entre determinados fatores genéticos e as experiências prévias do sujeito com o meio envolvente.

No caso da Natação, a aquisição de habilidades mais complexas e específicas, dependerá de prévio desenvolvimento de algumas habilidades aquáticas básicas, que serão o alicerce das habilidades esportivas.

Langendorfer e Bruya (1995) propõem um modelo de desenvolvimento de habilidades motoras aquáticas (Figura 1) que pode ser representado por uma pirâmide, onde na base estão os movimentos natatórios reflexos, característicos dos recém nascidos, e no topo os movimentos desportivos ou de especialização técnica. Nos níveis intermediários o indivíduo passa por fases de desenvolvimento de habilidades básicas, de técnicas rudimentares e de aperfeiçoamento do gestual específico.

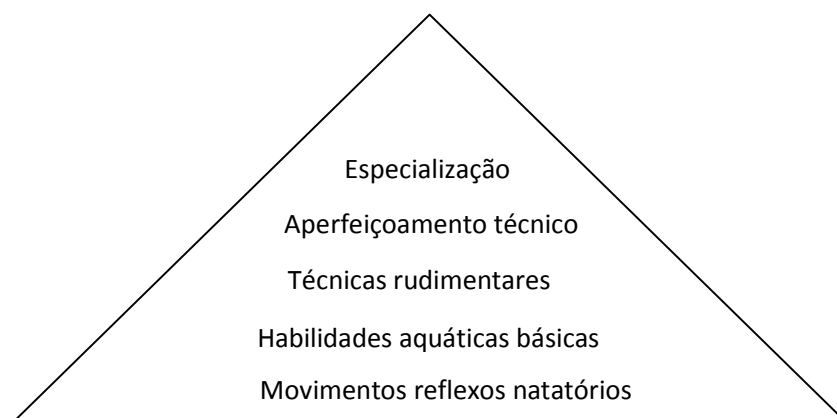


Figura 1: Modelo de desenvolvimento de habilidades motoras aquáticas (Langendorfer e Bruya, 1995)

Para Navarro (1995), Catteau e Garoff (1988), as habilidades aquáticas básicas têm como objetivo promover a familiarização e a autonomia do indivíduo no meio aquático. Para Langendorfer e Bruya (1995), o objetivo é criar as bases para, mais tarde, aprender as habilidades motoras aquáticas específicas.

Segundo Catteau e Garoff (1988), as habilidades motoras aquáticas básicas são aquelas tradicionalmente consideradas como as que conduzem à adaptação ao meio aquático, ou seja, a respiração, o equilíbrio e a propulsão. Trindade (2006), citando Moreno e Garcia, acrescenta a estas, o ritmo, os lançamentos e as recepções, os reboques e a flutuação. Navarro (1995), afirma que a respiração, a flutuação e a propulsão são habilidades básicas essenciais numa perspectiva de natação utilitária e esportiva.

Segundo Salles e Mataruna (2005), o uso de materiais que despertam o interesse do iniciante, na fase de desenvolvimento das habilidades aquáticas básicas, é fundamental para acelerar este processo.

Para a elaboração deste estudo utilizou-se a dissertação de mestrado de Accioly (1991) como fonte primária, no qual ocorreram adaptações metodológicas na aplicação dos itens avaliados.

Accioly procurava levantar e validar as habilidades aquáticas essenciais à formação do professor de natação nos cursos de graduação em Educação Física do Rio de Janeiro, e relacionava três habilidades básicas para este grupo de profissionais: 1) a adaptação ao meio líquido, 2) a segurança no meio líquido; 3) o reboque.

Como forma de medir o grau de desenvolvimento das habilidades aquáticas do futuro professor de natação, a autora sugeria que estas habilidades seriam desmembradas em subhabilidades, e estas relacionadas a indicadores – atividades práticas que visavam avaliar a performance do aluno em determinada habilidade. Entre outras, Accioly citava como subhabilidades importantes, a aceitação da água no rosto, o domínio da respiração, a flutuação dorsal e o nado utilitário em decúbito ventral.

Para avaliação destas subhabilidades Accioly (1991) selecionou os indicadores que estão listados no Quadro 1

SUB-HABILIDADES	INDICADORES
Aceitação da água no rosto	Jogar lentamente água na cabeça até escorrer toda água pelo rosto, mantendo os olhos abertos sem sacudir a cabeça.
Domínio da respiração	Imergir e executar duas cambalhotas consecutivas para frente, soltando o ar pelo nariz, finalizando na posição de pé.
Flutuação em decúbito dorsal	Manter o corpo estendido em decúbito dorsal na superfície da água utilizando o palmateio de sustentação, e a respiração bloqueada durante a contagem até 20, estando os olhos abertos.
Nado utilitário em decúbito ventral	Deslocar-se na superfície da água em decúbito ventral até a metade da piscina com movimentos simultâneos das pernas, empurrando a água com a parte interna dos pés e puxando a água com movimentos simultâneos de braços abaixo da superfície, mantendo o rosto fora da água, olhando para frente.

Quadro 1: Indicadores listados por Acciloy (1991)

Os objetivos deste estudo são: 1) identificar o nível de desenvolvimento das habilidades aquáticas básicas de alunos do 1º período do curso de Educação Física da UNIABEU, 2) analisar qual a relação existente entre estes alunos e a prática da Natação, 3) comparar o grau de desenvolvimento real das habilidades aquáticas básicas dos alunos com o grau que eles imaginam que possuem.

METODOLOGIA

Um questionário de 8 questões fechadas foi elaborado, onde procurava-se estabelecer que tipo de relação o entrevistado tinha com o meio aquático e, em especial, com o desporto natação (Quadro 2).

QUADRO 2: Modelo do questionário utilizado na entrevista aos alunos.

<p>1) SEXO: <input type="checkbox"/> masculino <input type="checkbox"/> feminino</p> <p>2) EM 2006 VOCÊ ESTÁ NA FAIXA ETÁRIA DE:</p> <p><input type="checkbox"/> menos de 20 <input type="checkbox"/> entre 20/30 <input type="checkbox"/> entre 30/40 <input type="checkbox"/> entre 40/50</p> <p><input type="checkbox"/> mais de 50</p> <p>3) VOCÊ SABE NADAR? <input type="checkbox"/> sim <input type="checkbox"/> não</p> <p>4) SE A RESPOSTA DA QUESTÃO 3 FOI <u>NÃO</u>, QUAL A RAZÃO PARA NÃO TER APRENDIDO?</p> <p><input type="checkbox"/> não tinha acesso à piscina <input type="checkbox"/> não tinha interesse por esta atividade</p> <p><input type="checkbox"/> tinha medo da piscina <input type="checkbox"/> outro _____</p> <p>5) SE A RESPOSTA DA QUESTÃO 3 FOI <u>SIM</u>, VOCÊ NADA:</p> <p><input type="checkbox"/> muito bem <input type="checkbox"/> bem <input type="checkbox"/> mais ou menos <input type="checkbox"/> mal</p> <p>6) SE A RESPOSTA DA QUESTÃO 3 FOI <u>SIM</u>, VOCÊ APRENDEU A NADAR:</p> <p><input type="checkbox"/> com um professor <input type="checkbox"/> com um familiar <input type="checkbox"/> sozinho</p> <p><input type="checkbox"/> outro _____</p> <p>7) DENTRO DA PISCINA VOCÊ SE SENTE:</p> <p><input type="checkbox"/> completamente a vontade <input type="checkbox"/> a vontade desde que seja no raso</p> <p><input type="checkbox"/> desconfortável, mas suporta a sensação desagradável</p> <p><input type="checkbox"/> em pânico, não suporta ficar na água</p> <p>8) NA SUA OPINIÃO UM PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA:</p> <p><input type="checkbox"/> é obrigado saber nadar muito bem</p> <p><input type="checkbox"/> é obrigado a saber nadar pelo menos um pouco</p> <p><input type="checkbox"/> não é obrigado a saber nadar</p>
--

Os entrevistados também participaram de um teste prático onde tinham que executar 4 indicadores de habilidades, baseadas nos indicadores descritos por Accioly (1991), com o objetivo de avaliar o nível de desenvolvimento de algumas habilidades motoras aquáticas que são consideradas fundamentais para um futuro professor de Educação Física.

Este teste foi executado à noite, na piscina da UNIABEU que tem profundidade entre 1,20m e 1,60m, não é aquecida e nem é coberta. Os alunos foram separados em grupos de 4, informados dos critérios de avaliação, e estes faziam o teste juntos, sempre observados pelo mesmo avaliador que permanecia fora da

piscina. Enquanto o teste era aplicado a um grupo de 4 alunos os demais podiam observar o desempenho dos companheiros.

O teste para avaliação das habilidades consistia dos indicadores listados no Quadro 3

Quadro 3: Indicadores para o teste de avaliação de sub habilidades

SUB HABILIDADES	INDICADORES
Aceitação da água no rosto	Executar três imersões consecutivas e deixar a água escorrer pelo rosto, mantendo os olhos abertos sem sacudir a cabeça.
Domínio da respiração	Executar, consecutivamente e em imersão, duas cambalhotas para frente, finalizando na posição de pé.
Flutuação em decúbito dorsal	Manter o corpo estendido em decúbito dorsal na superfície da água utilizando o palmateio de sustentação.
Nado utilitário em decúbito ventral	Deslocar-se por 10 metros, em decúbito ventral, mantendo o rosto fora da água e sem apoiar os pés no fundo da piscina.

Em relação à performance dos alunos, estes quatro testes poderiam ser avaliados de três maneiras diferentes: 1) conseguiu, sem restrições, 2) conseguiu, com restrições e 3) não conseguiu.

Era considerado sem restrições o aluno que executava a atividade perfeitamente, sem cometer nenhum deslize ou desequilíbrio. Por outro lado, era considerado que conseguiu executar a atividade, mas apresentou restrições, aquele aluno que cometeu somente um erro, deslize ou desequilíbrio durante o teste. O aluno que cometeu mais de um erro, deslize ou desequilíbrio durante o teste era avaliado como não tendo conseguido executá-lo.

Para a entrevista e o teste, foi escolhido o primeiro dia de aula da disciplina Teoria e Prática Pedagógica da Natação a fim de não influenciar os alunos em suas respostas com a discussão de novos conceitos e para que nenhuma habilidade aquática nova pudesse ter sido desenvolvida em aula.

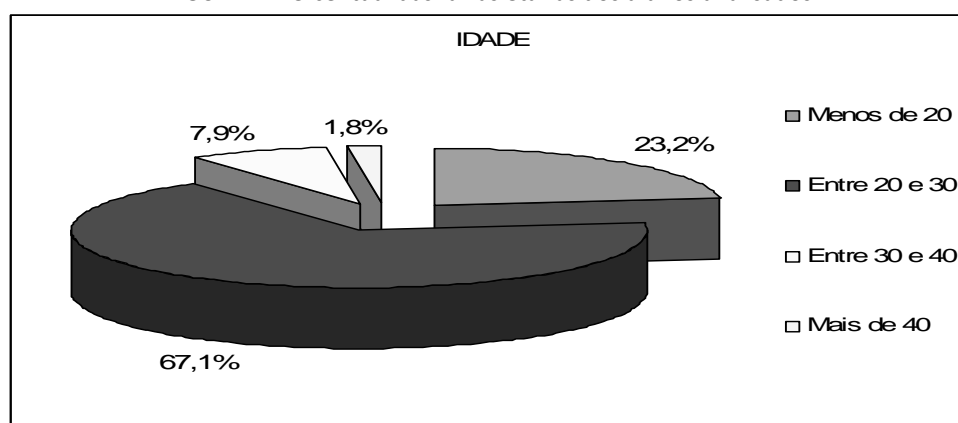
Após consentimento formal, livre e esclarecido, foram entrevistados e testados 164 alunos do 1º período do Curso de Educação Física da UNIABEU no ano de 2008.

Foram utilizados os softwares SPSS 9.0 e Excell 2000 para a tabulação dos resultados.

RESULTADOS

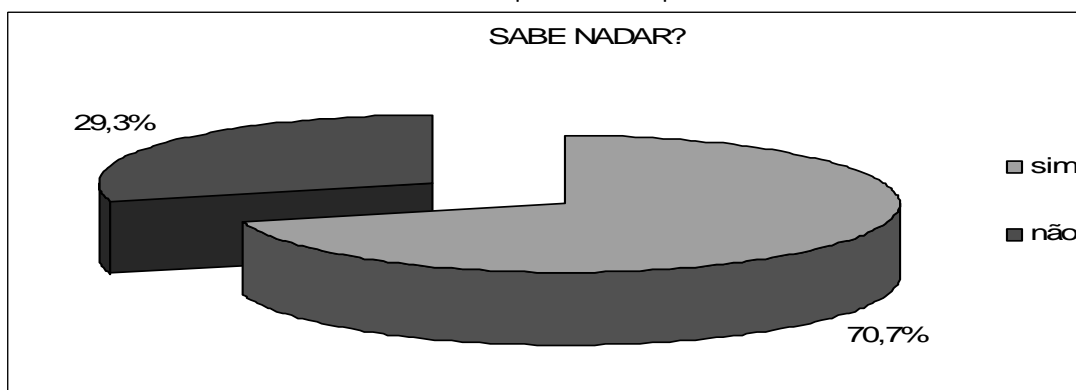
Entre os avaliados, 72% (118/164) eram do sexo masculino e 18% (46/164) do sexo feminino. A faixa etária predominante era a de 20 a 30 anos, com 110 alunos (67,1%), seguida da faixa etária dos menores de 20 anos, com 38 alunos (23,2%) (Figura 2).

FIGURA 2: Percentual das faixas etárias dos alunos analisados.



A Figura 3 mostra como os alunos consideravam suas próprias habilidades aquáticas, respondendo se sabiam ou não nadar. Vale ressaltar que dos 116 alunos que responderam afirmativamente, 93 (80,1%) eram do sexo masculino e 23 (19,9%) do sexo feminino, e dos 48 alunos que disseram que não sabiam nadar 23 (47,9%) eram do sexo feminino e 25 (52,1%) do masculino. Isto demonstra que 50% das alunas (23/46) e 21,2% dos alunos (25/118) do 1º período do curso de Educação Física da UNIABEU, disseram que não sabiam nadar.

FIGURA 3: Percentual dos alunos que disseram que sabem e não sabem nadar.



Dentre os alunos que alegaram não saber nadar, 33,3% (16/48) disseram que não aprenderam por falta de interesse, 27,1% (13/48) porque não tinham acesso a piscinas, 14,6% (7/48) porque tinham medo da água e 25% (12/48) por vários outros motivos diferentes dos já citados.

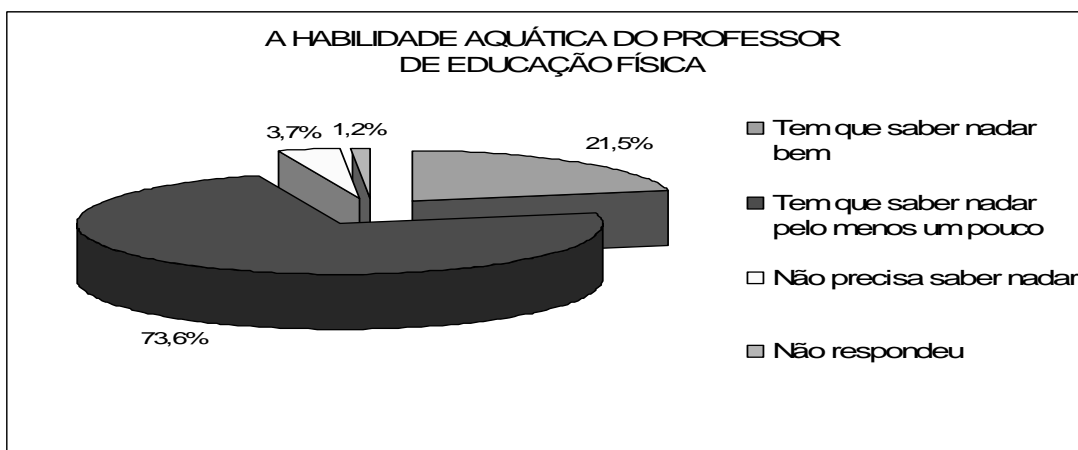
Dos 116 que alegaram saber nadar, 50,9% (59/116) disseram que nadavam “mais ou menos”, 33,6% (39/116) que nadavam “bem”, 11,2% (13/116) que nadavam “muito bem” e somente 4,3% (5/116) disseram que nadavam “mal”. Ainda em relação ao grupo que disse saber nadar, 52,6% (61/116) disseram que aprenderam com um professor, 26,7% (31/116) que aprenderam com um familiar, 19,8% (23/116) que aprenderam sozinhos e 0,9% (1/116) não respondeu.

Dentre os entrevistados, 71,3% ou 117/164 disseram que se sentiam completamente à vontade no meio líquido, mas 21,9% (36/164) responderam que se sentiam à vontade desde que no raso. Somente 5,5% (9/164) dos alunos disseram que não se sentiam à vontade na água, mas suportavam a sensação desagradável, sem problemas. Nenhum disse se sentir em pânico quando no meio aquático. Fato curioso é que dentre os 117 alunos que disseram que se sentiam completamente à vontade no meio líquido, havia 14 (12%) que alegaram não saber nadar.

A Figura 4 mostra a opinião dos alunos quando perguntados sobre a necessidade do professor de Educação Física saber nadar. Importante ressaltar que dentre os alunos que disseram que não sabiam nadar somente 2,1% (1/48)

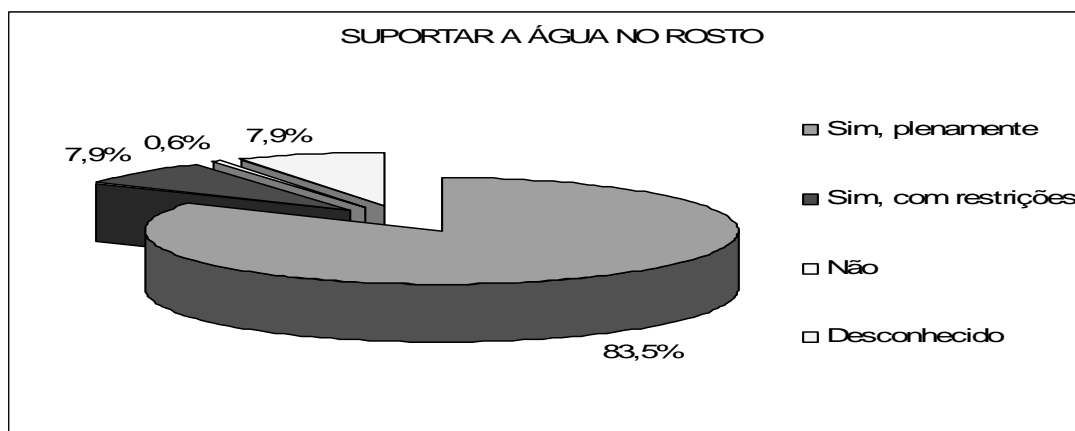
entende que o professor de Educação Física não precisa saber nadar para exercer suas funções profissionais, o mesmo acontecendo com 4,3% (5/116) dos alunos que disseram que sabiam nadar.

FIGURA 4: Percentual de respostas dos alunos entrevistados sobre a necessidade ou não do professor de educação física saber nadar.



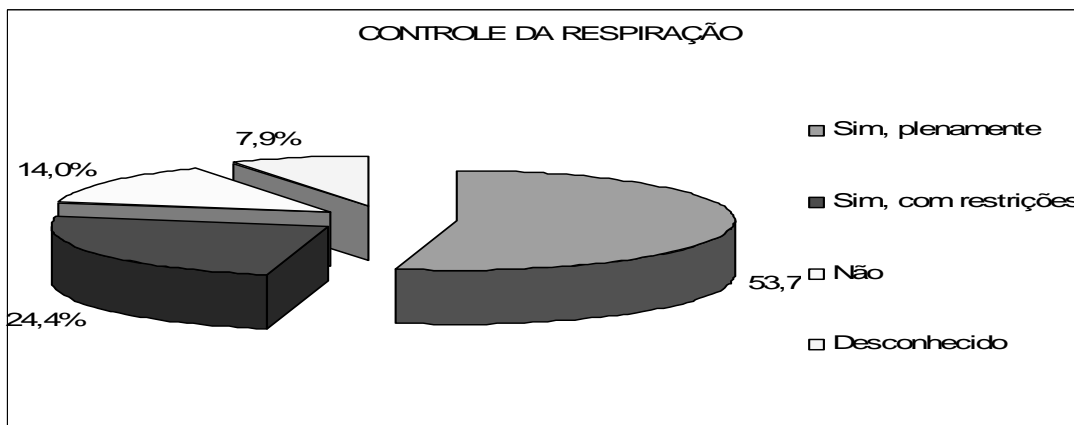
O resultado do teste em que se procurava avaliar a habilidade de suportar a água no rosto (executar três imersões consecutivas e deixar a água escorrer pelo rosto, mantendo os olhos abertos sem sacudir a cabeça) pode ser observado na Figura 5.

FIGURA 5: Percentual de alunos em cada um dos níveis de avaliação para a habilidade de suportar a água no rosto.



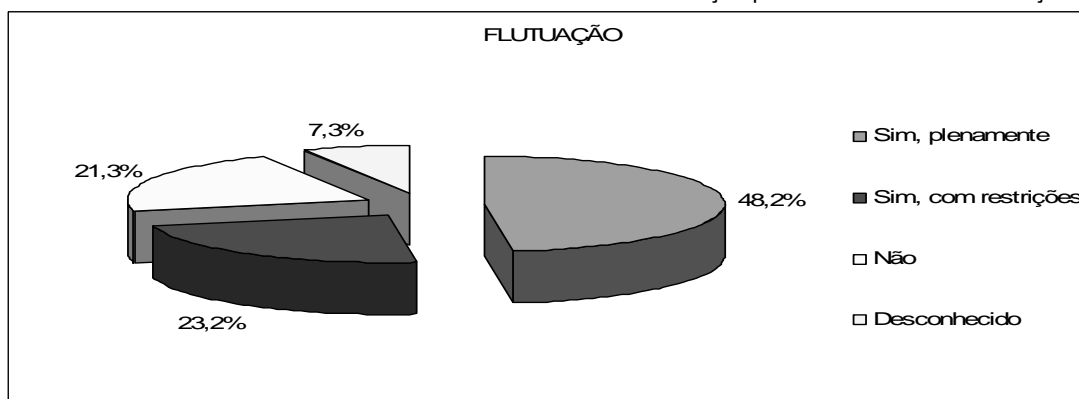
O teste para habilidade de controlar a respiração foi executar, consecutivamente e em imersão, duas cambalhotas para frente, finalizando na posição de pé e o resultado deste teste é demonstrado na Figura 6.

FIGURA 6: Percentual de alunos em cada um dos níveis de avaliação para a habilidade de controlar a respiração.



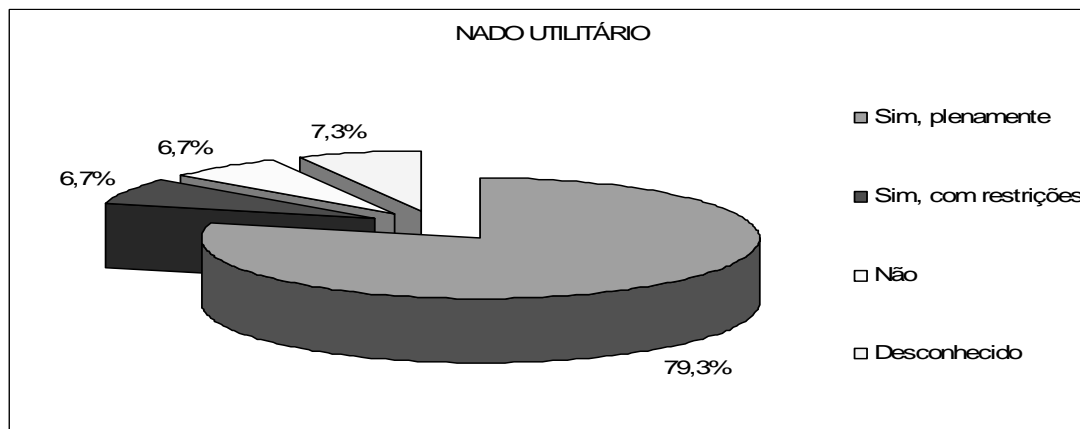
Manter o corpo em flutuação em decúbito dorsal por um minuto foi o indicador proposto para avaliar a habilidade da flutuação. Para esta habilidade o resultado está apresentado na Figura 7.

FIGURA 7: Percentual de alunos em cada um dos níveis de avaliação para a habilidade de flutuação



Para a habilidade do nado utilitário, o indicador proposto foi: deslocar-se por 10 metros, em decúbito ventral, mantendo o rosto fora da água e sem apoiar os pés no fundo da piscina. O resultado está apresentado na Figura 8:

FIGURA 8: Percentual de alunos em cada um dos níveis de avaliação para a habilidade do nado utilitário



Quando cruzamos os dados dos testes de flutuação e do teste de nado utilitário descobrimos que nem todos os alunos que conseguiram realizar o teste do nado utilitário plenamente, conseguem flutuar. (Tabela 1)

TABELA 1: Cruzamento dos dados do teste de flutuação e de nado utilitário.

		Manter o corpo em flutuação em decúbito dorsal por um minuto			TOTAL
		Sim, plenamente	Sim, com restrições	Não	
Deslocar-se por 10 metros, mantendo o rosto fora da água e sem apoiar os pés no fundo da piscina	Sim, plenamente	76	29	25	130
	Sim, com restrições	2	6	3	11
	Não	1	3	7	11
TOTAL		79	38	35	152

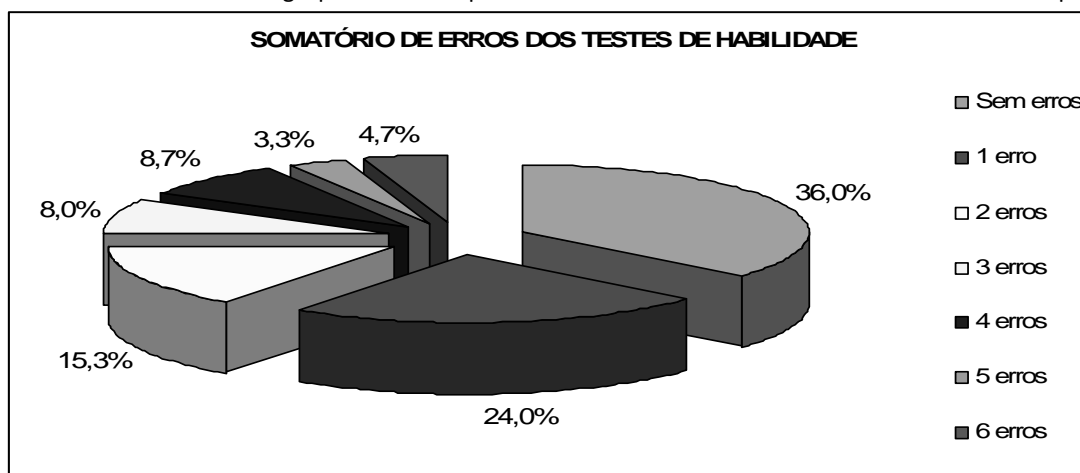
Da mesma forma, ao cruzar os resultados do teste de nado utilitário, que na verdade avalia se, mesmo sem técnica, o indivíduo sabe ou não nadar, com as respostas à questão em que os alunos declaravam se sabiam ou não nadar, fica claro que apenas 11 alunos não conseguiram deslocar-se por 10 metros, embora 47 tivessem dito que não conseguiriam, pois não sabiam nadar. (Tabela 2)

TABELA 2: Cruzamento dos dados do teste do nado utilitário com as respostas da questão sobre saber ou não nadar.

		Deslocar-se por 10 metros, mantendo o rosto fora da água e sem apoiar os pés no fundo da piscina			TOTAL
		Sim, plenamente	Sim, com restrições	Não	
Sabe nadar?	Sim	100	3	2	105
	Não	30	8	9	47
TOTAL		130	11	11	152

Quando analisamos todos os testes de habilidades aquáticas simultaneamente (Figura 9), descobrimos que 150 alunos participaram de todos os 4 testes e que eles apresentaram erros distribuídos da seguinte forma:

FIGURA 9: Percentual dos grupos formados pelos somatórios de erros nos 4 testes de habilidades aquáticas



Em relação ao total de alunos que participaram da pesquisa, 8,5% (14/164) não fizeram pelo menos 1 teste, o que os excluiu da análise apresentada na figura 9.

Considerando que os alunos que não tiveram nenhum erro, deslize ou desequilíbrio na execução dos testes de indicadores de habilidade e os que só apresentaram 1 erro, deslize ou desequilíbrio nestes 4 testes são considerados com uma boa habilidade motora aquática básica, o estudo mostrou que nesta classificação encontram-se 60% dos avaliados (90/150). Seguindo o mesmo raciocínio, aqueles que apresentaram 2 ou 3 erros, deslizes ou desequilíbrios na execução dos testes, são considerados com uma habilidade motora aquática média e somam 35 alunos (23,3%). Já os de habilidade motora aquática reduzida, aqueles que apresentaram 4 ou mais erros, deslizes ou desequilíbrios na execução dos testes, somam 25 alunos, ou seja, 16,7% do total de 150 avaliados.

Discussão

Considerando as respostas obtidas na questão sobre a habilidade individual de nadar ou não, podemos observar que 50% das alunas alegaram não saber nadar. Isto acontece, provavelmente, devido ao fato de que ainda hoje as mulheres têm menos possibilidades de experiências motoras que os homens, de forma que uma percentagem tão significativa de alunas se declararam inaptas à natação, diferentemente dos homens, que somente 21,2% dos alunos declaram não saber nadar.

Porém, se considerarmos que o teste do nado utilitário é decisivo para demonstrar se o indivíduo é, neste momento, capaz ou não de nadar, os números anteriores mudam drasticamente, de forma que somente 11 alunos, dos 152 avaliados (7,2%), demonstraram claramente incapacidade para executar o teste. Conclui-se que a avaliação dos alunos sobre o seu próprio desempenho aquático é muito mais severa do que acontece na realidade.

A entrevista mostra de forma conclusiva que, na opinião dos voluntários deste estudo, o professor de Educação Física tem a obrigação de saber nadar pelo

menos um pouco, ou seja, o suficiente para dar segurança a seus alunos. Na pesquisa realizada, 95,1% dos entrevistados disseram que o professor tinha que saber nadar bem ou tinha que saber nadar pelo menos um pouco, e somente 3,7% se manifestaram contra esta idéia.

Dentre as habilidades aquáticas básicas analisadas, a que parece ser mais bem desenvolvida entre os voluntários estudados foi a de suportar a água no rosto, onde somente 1 aluno não conseguiu executar o teste.

Talvez por se tratar de um nado sem o rigor técnico dos estilos tradicionais, o teste do nado utilitário apresentou um número menor de alunos que não conseguiram executá-lo (11) do que nos testes de controle de respiração (23) e no de flutuação (35).

A pesquisa sugere que a habilidade de flutuar não é decisiva para o desenvolvimento da habilidade de nadar, pois se considerarmos que o teste do nado utilitário era na verdade um teste para averiguar se o aluno era ou não capaz de nadar, mesmo que sem técnica, dos 130 alunos que conseguiram plenamente se deslocar pelos 10 metros do teste, 25 (19,2%) não conseguiam flutuar e 29 (22,3%) flutuavam com restrições.

Conclusão

As habilidades motoras aquáticas dos alunos do 1º período do Curso de Educação Física da UNIABEU no ano de 2008 são consideradas boas, já que 60% destes apresentaram no máximo 1 erro, deslizou ou desequilíbrio na execução dos testes de habilidade.

Vale ressaltar que fazer o teste e não apresentar restrições, não significa que o voluntário saiba nadar tecnicamente ou que ele aprenderá mais rápido ou facilmente, pois no processo de ensino-aprendizagem estão envolvidos uma série de fatores que não foram considerados no presente estudo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACCIOLY, M.M.S. *Habilidades Aquáticas Essenciais ao Futuro Professor de Natação: Proposta de Avaliação*. Dissertação de mestrado - UFRJ, 1991.
- BARBOSA, T. *As habilidades Motoras Aquáticas Básicas* (2001), disponível em: www.efdeportes.com/efd33a/aquat.htm, acesso em 17 de outubro de 2006.
- CATTEAU, R. & GAROFF, G. *O Ensino da Natação*. Editora Manole. São Paulo, 1988.
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, disponível em: www.ibge.gov.br/cidadesat/default.hph, acesso em 16 de outubro de 2006.
- LANGENDORFER, S. & BRUYA, L. Aquatic Readiness. Developing Water Competence in Young Children. *Human Kinetics. Champaign, Illinois*, 1995.
- NAVARRO, F. *Hacias el Domínio de la Natación*. Editorial Gymnos. Madrid, 1995.
- SALLES, P.G. & MATARUNA, L. *Natação para bebês – Retrato da realidade em Nova Iguaçu* (2005), disponível em www.efdeportes.com/efd96/bebes.htm acesso em 16 de outubro de 2006
- SECTI - Secretaria de Estado, Ciência e Inovação, disponível em: www.cederj.edu.br/atlas/belford_roxo.htm, acesso em 16 de outubro de 2006.
- TRINDADE, R. *Habilidades Motoras Básicas: Fundamentos Para o Mergulhador*, disponível em www.pdic.com.br/pdic2005/biblioteca/habilidades_motoras_aquaticas.asp, acesso em 16 de outubro de 2006.
- UNIABEU-Centro Universitário, *Projeto Pedagógico*. UNIABEU, Belford Roxo, 2006.