



DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES AQUÁTICAS ESPECÍFICAS DOS NADOS CULTURALMENTE DETERMINADOS AO LONGO DO TEMPO

Aurea Mineiro^{1,2}; Fabrício Madureira².

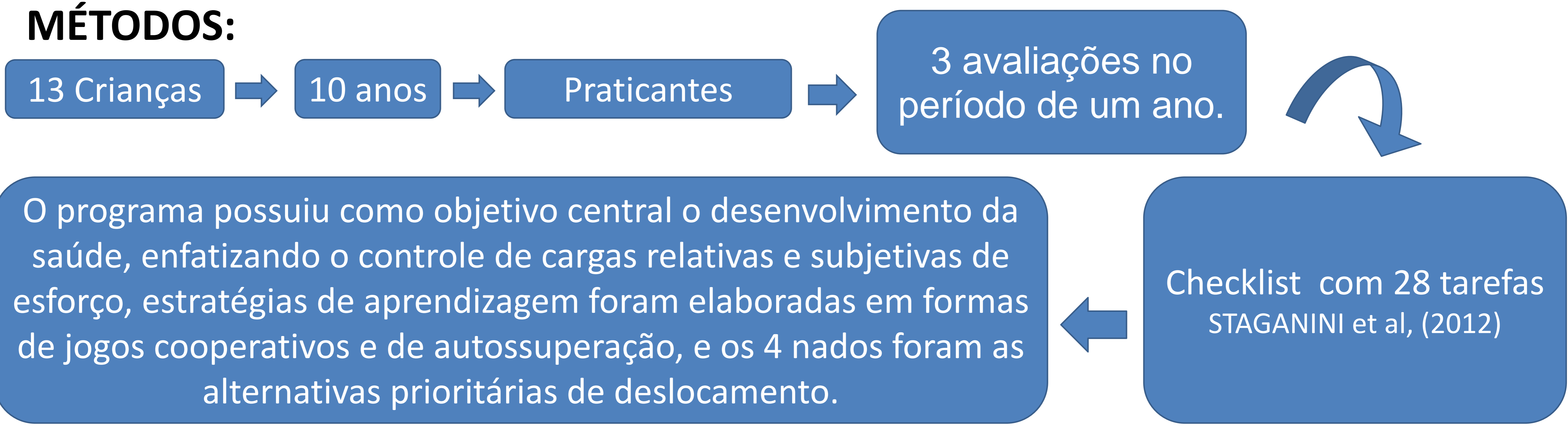
1. Grupo de Estudos e Pesquisas em Atividade Física e Saúde – GEPAFS – UNIFESP; 2. Faculdade de Educação Física de Santos – FEFIS – UNIMES

aurinhafsantos@hotmail.com

OBJETIVO:

Investigar os efeitos de um programa no desenvolvimento de habilidades aquáticas específicas dos nados culturalmente determinados.

MÉTODOS:



O programa possuiu como objetivo central o desenvolvimento da saúde, enfatizando o controle de cargas relativas e subjetivas de esforço, estratégias de aprendizagem foram elaboradas em formas de jogos cooperativos e de autossuperação, e os 4 nados foram as alternativas prioritárias de deslocamento.

Estatística: Foi utilizado o teste de medidas repetidas com post hoc de Bonferroni.

RESULTADOS:

Tabela 1. Apresenta os resultados em média (desvio padrão) para as três avaliações nas habilidades de um a seis, que representam a avaliação dos nados tradicionais (costas, borboleta e crawl), suas viradas e Filipinas.

| | Idade | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 5 | 5 | 6 |
|---------|------------|------------------------|------------------------|-----------|-----------|------------------------|------------------------|----------------------|------------------------|
| 1ª Aval | 10,1 (2) | 2,8 (1,1) | 2,8 (1) | 2,3 (1,3) | 2 (1,1) | 2,0 (1) | 2,4 (1,3) | 2,1 (1) | 2,8 (1) |
| 2ª Aval | 10,3 (1,9) | 3,1 (1) | 3 (1) | 2,6 (1,2) | 2,4 (0,9) | 2,6 (1,1) ^o | 2,8 (1,2) | 2,6 (1,1) | 2,9 (1) |
| 3ª Aval | 10,6 (1,7) | 3,9 (0,2) [#] | 3,6 (0,4) [*] | 2,8 (1,2) | 2,5 (0,9) | 3,1 (0,6) [*] | 3,1 (1,2) [*] | 3 (1,1) [*] | 3,7 (0,4) [#] |

O nível de significância foi estabelecido em p<0,05 e * indica diferença entre a 1ª e a 3ª avaliação; # indica

Tabela 2. Apresenta os resultados em média (desvio padrão) para as três avaliações (Aval) nas habilidades de sete a 14, que representam as tarefas de do nado de peito, virada e filipina dos nados de crawl e peito, saídas e filipina. Os itens 13 e 14 são avaliações de estamina e controle do ritmo.

| | 7 | 7 | 8 | 9 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|---------|------------------------|----------------------|------------------------|------------------------|------------------------|-----------|------------------------|-----------|------------------------|------------------------|
| 1ª Aval | 2,2 (1,4) | 2 (1,1) | 2 (1) | 2 (1,1) | 1,5 (0,9) | 2,3 (0,9) | 2,2 (1) | 1,4 (1,1) | 2,3 (1,3) | 2,8 (1,3) |
| 2ª Aval | 2,3 (1,2) | 2,6 (1,1) | 2,8 (1) ^o | 2,6 (1,1) | 2 (1) | 2,5 (0,9) | 2,4 (0,7) | 2,3 (1,1) | 2,8 (1,1) | 3,3 (0,8) |
| 3ª Aval | 3,1 (1,1) [#] | 2,8 (1) [*] | 3,1 (0,6) [*] | 3,1 (1,1) [*] | 2,4 (1,1) [*] | 2,7 (0,8) | 3,1 (0,8) [#] | 2,4 (1,1) | 3,5 (0,6) [#] | 3,7 (0,5) [*] |

O nível de significância foi estabelecido em p<0,05 e * indica diferença entre a 1ª e a 3ª avaliação; # indica diferença entre a 2ª e a 3ª avaliação; ^o indica diferença entre a 1ª e a 2ª avaliação.

Tabela 3. Apresenta os resultados em média (desvio padrão) para as três avaliações (Aval) nas habilidades de 15 a 20, que representam as tarefas de salvamento, autossalvamento e conhecimento declarativo sobre os nados, também estão expressos os valores da pontuação total (P. total), percentual de aproveitamento (%) e metragem total nadada em uma sessão de treinamento (Total).

| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | P. total | % | Total (mts) |
|---------|-----------|-----------|------------------------|-----------|-----------|-----------|--------------------------|--------------------------|----------------|
| 1ª Aval | 2,3 (1,4) | 3,4 (1) | 3,2 (0,8) | 1,6 (1) | 1,1 (1,3) | 2,1 (0,6) | 53,3 (21,9) | 55,5 (22,9) | 848 (340,2) |
| 2ª Aval | 3,2 (0,7) | 3,5 (0,8) | 3,3 (0,9) | 2 (1,3) | 1 (1,3) | 2,6 (0,4) | 63,6 (20,7) ^o | 66,3 (21,5) ^o | 934,6 (256) |
| 3ª Aval | 2,9 (1) | 4 | 3,6 (0,6) [*] | 2,2 (1,4) | 1,5 (1,7) | 3 (0,5) | 72,3 (15,3) [#] | 75,4 (15,9) [#] | 1071,1 (211,1) |

O nível de significância foi estabelecido em p<0,05 e * indica diferença entre a 1ª e a 3ª avaliação; # indica diferença entre a 2ª e a 3ª avaliação; ^o indica diferença entre a 1ª e a 2ª avaliação.

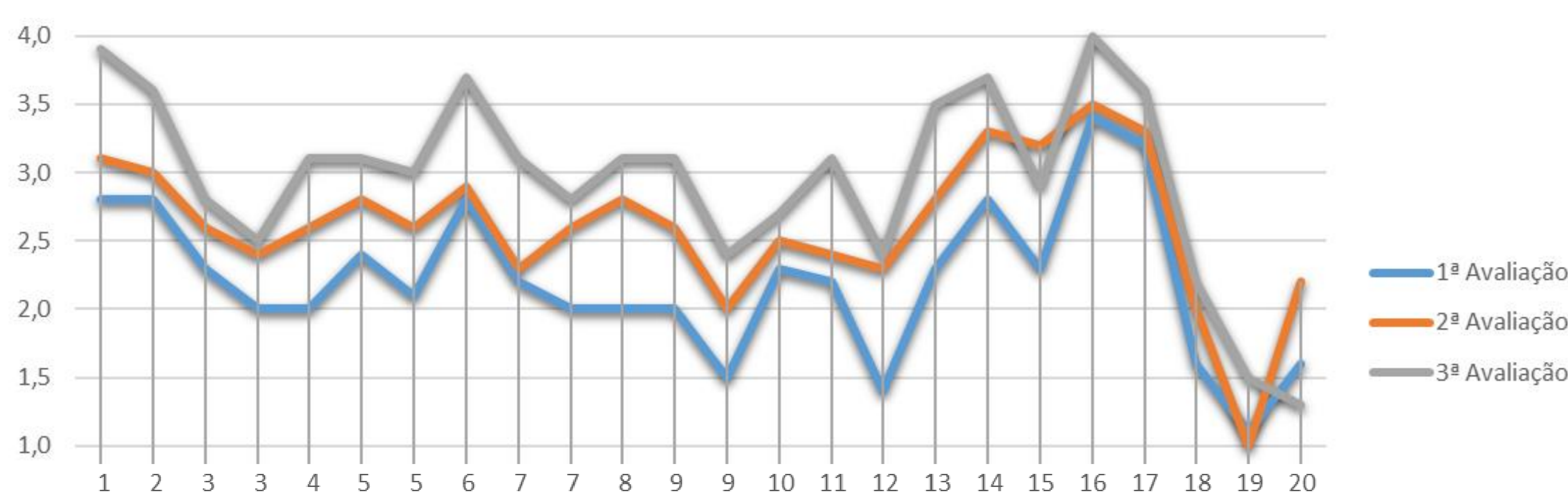


Figura 1. Apresenta a média da pontuação alcançada para cada tarefa em cada uma das avaliações

CONCLUSÃO:

Detectou-se diferenças significativas para o desempenho total nos três momentos das análises, mas especificamente os dados apontaram mudanças em 15 tarefas, que caracterizaram a execução dos nados, viradas e filipinas, bem como, o controle de ritmo. No entanto, não foram evidenciadas mudanças estatísticas para 13 tarefas, que envolviam especificamente saídas do bloco de partida, apneia, virada e filipina do costas e habilidades de salvamento. O programa demonstrou-se eficiente para o aprimoramento da saúde, principalmente porque as crianças aprenderam a controlar o esforço e para a aquisição dos quatro nados culturalmente determinados, finalmente, ajustes devem ser realizados para a potencialização das tarefas menos desenvolvidas.

