



**SABERES
COMPARTILHADOS**
2



**SHARED
KNOWLEDGE**
2



**CONOCIMIENTOS
COMPARTIDOS**
2

AB
PB
NTI

ACADEMIA BRASILEIRA
DE PROFISSIONAIS DE
NATAÇÃO INFANTIL



11º

CONGRESSO
BRASILEIRO
de
NATAÇÃO
INFANTIL



INATI

INSTITUTO DE NATAÇÃO INFANTIL

Caí na água... E agora????

NADAR

Deslocar-se na água sem qualquer auxílio que não seja o da força e da habilidade do próprio



SOBREVIVER

Não morrer afogado

Quando um ser humano está diante de um fato novo (cair na água sem intenção), a primeira resposta corporal é a de entrar em um estado de TENSÃO. Existem fatores internos e externos que poderiam ser explorados de forma negativa ou positiva. São eles:

Fatores Internos:

- a- Nível maturacional;
- b- Vivências anteriores

Fatores externos:

- a- Estado de relaxamento;
- b- Conhecimentos adquiridos por um professor

Aprendizagem Gerador de TENSÃO

Fatores internos

- Nível maturacional
- Vivências anteriores

Fatores externos

- Estado de relaxamento
- Conhecimentos pelo professor

A → RTN

Podemos afirmar que a interação entre os fatores internos e externos fará com que a criança poderá ter uma redução da tensão da necessidade de flutuar.

Em se tratando de bebês, o reforço em estimulações de poder virar em decúbito dorsal deveria ser enfatizado ou reforçado. Crianças até os 7 anos de idade, sob o aspecto cognitivo, estariam saindo dos movimentos mais rústicos para os refinados podendo assim executar variações entre os cúbitos ventral e dorsal, com deslocamentos até um local seguro ou um auxílio de uma pessoa mais velha.

A partir desta faixa etária, teríamos alguns novos conceitos a ser orientados já que o cérebro estaria com um mínimo de 95% de construção onde o cognitivo poderia ser mais explorado, dando assim o conhecimento do relaxamento muscular através de exercícios de comprovação de que ao mergulhar e se manter tranquilo, o princípio de Arquimedes (“Todo corpo imerso em um fluido, receberá um EMPUXO de baixo para cima igual ao volume da massa líquida deslocada”) fará o corpo subir à tona e por con-

seqüência a realização de deslocamentos ventrais ou dorsais, alternados ou simultâneos afim de chegar ao seu objetivo maior que é o de sobreviver.

A densidade do corpo é maior que a densidade da água, porém na presença de ar nos pulmões e da musculatura relaxada poderemos ter uma flutuação parcial.

Aquafobia – transtorno psicológico caracterizado pelo medo excessivo ou irracional da água e que, na maioria das vezes, está relacionada com algum evento traumático (Amaral Natação)

Trauma – experiência negativa (vivências anteriores) É necessário o professor compreender o medo do aluno para direcionar o procedimento da didática a ser utilizada. O fator emocional é um dos desencadeadores da dificuldade (medo) - cognitivo – reativo associada aos mecanismos de sobrevivência.

Medo – latim *metus* que significa Temor. Excitação do organismo, que gera uma sensação desagradável ao indivíduo (Huber, 2000).

Lent (2001) classifica as emoções como:

- Positiva
- Pares de emoções opostas (alegria e tristeza)
- Experiências únicas (desprezo)



ALBERTO BERNARDO
KLAR

Fobia	Ansiedade	Manifestações Involuntárias
Medo específico	Terror	Secura de boca
Ansiedade	Horror	Suor
Assustada	Alarme	Arrepio
Irracional	Pânico	Tremor

O Corpo não só fala, como grita... E registra



CACILDA GONÇALVES
VELASCO

Nosso CORPO é a casa onde habita o sujeito que sou eu. Nessa metáfora, podemos afirmar que uma casa bonita, bem pintada e conservada retrata um cuidado especial do morador. O mesmo podemos dizer do corpo, o que olhamos no espelho re-

flete nossos hábitos de vida.

No entanto, queremos aqui apresentar o que “as paredes” dessa casa não mostram... rachaduras internas, o tipo de estrutura com a qual foi construída e principalmente o clima do interior dela. Daí, o corpo também tem suas marcas, muitas inconscientes e outras bem claramente identificáveis, onde o sujeito que habita nesse corpo tenta cuidar ou não... quando a boca cala, o corpo fala... quando a boca fala, o corpo sara.

Desde que nascemos nossa casa está sendo construída, não só com material próprio, mas principalmente com a “geografia” do entorno. Na adolescência sofremos grandes transformações. O espelho nos mostra um desconhecido. O conflito reside no próprio corpo, onde a necessidade de adaptação atinge altos níveis de estresse, onde os conhecimentos e domínios adquiridos na infância podem cair por terra. As mudanças da puberdade chegam distorcendo nossa autoimagem, impondo-lhe um novo corpo. As desordens que surgem no campo

da imagem corporal são decorrentes de dificuldades emocionais e hormonais, rápidas e nada simples, portanto, não se trata de uma perda de coordenação específica, mas sim do impacto da libido atuando em seu organismo, distanciando-o das referências motoras. Vivemos numa sociedade estereotipada e extrovertida. Dia e noite, pelos meios de comunicação, recebemos estímulos extravagantemente eróticos, ao mesmo tempo em que muitas dificuldades para lidar com diversidades corporais que fogem dos padrões impostos pela mídia. Talvez por isso o adolescente tende a se fechar, a construir fortalezas corporais e se esconder do que sente.

Já na fase adulta, nosso corpo vai ficando cada vez mais mudo e podemos constatar que o corpo fala e não mente... registra tudo. Quando sentimos uma dor que seja ela qual for, a última coisa que pensamos é que ela é um aviso de nosso corpo nos alertando que em algum setor de nossa vida existe alguma coisa errada.

Existem situações onde o nosso comportamento corporal demonstra a somatização realizada de mecanismos emocionais vividos. Inconscientemente não temos explicações e respostas, mas a Psicomotricidade nos ensina que através dos movimentos dos olhos, cor da pele, temperatura do corpo ou movimentos sutis dos músculos, é revelada a verdadeira intenção de uma personalidade. Por isso é muito importante aprendermos a conhecer bem nosso corpo, estando atentos as alterações que ele apresenta, pois ele nos diz exatamente onde estamos falhando e em que precisamos mudar.

Autonomia e parâmetros de segurança dentro da água

A prática de atividades aquáticas faz grande diferença na vida de uma criança, e os professores de natação devem colaborar para que uma criança possa ter autonomia na água. Isto, com certeza, se difundirá para outras áreas da vida.

A criança precisa aprender a ser autônoma em muitos aspectos e a atividade aquática ensina habilidades imitativas e de resolução de problemas. Num ambiente aquático a criança tem a oportunidade de se auto expressar e se tornar autônoma.

Encorajar o desejo de independência nas atividades aquáticas é nossa tarefa, mas os pais, super protetores, impedem que as crianças explorem o ambiente ao seu redor e desencorajam a independência, por terem medo que elas escorreguem, caiam ou se afoguem.

Assim, podemos contribuir para que esses pais saibam lidar com situações de insegurança, guiando e mostrando-lhes que as crianças devem aprender a exercitar suas vontades, escolhas, e descobrir possibilidades de movimentos que a água lhes oferece seguindo com sucesso em direção a novos estágios.

A criança segura de si explora o espaço aquático com confiança e usa os pais como base de partida para suas explorações e a partir de suas primeiras experiências com a água tem uma atitude particular. Uma explora prudentemente, tenta pega-la, degusta-la; outra sem medo se aventura e submerge; uma terceira agarra-se nos braços dos pais, antes de tentar suas primeiras explorações. A piscina infantil deve ser um lugar, onde a criança brinca, um espaço para suas aventuras, ou seja, um local, que quebre a linearidade tradicional e seu desenho geométrico.

Desse modo, para chamar a atenção da criança e convidá-la à exploração, a piscina deve ser colorida, pequenos brinquedos na superfície da água, que facilitam a aproximação às atividades e favorece que a criança se separe dos pais e vá a busca daquilo que ela quer pegar.

A colocação sistemática de grandes módulos coloridos no meio aquático é de extrema importância, a fim de que a criança perceba a segurança da aula. Dessa forma, o professor tem a chance de descobrir as necessidades de cada uma e observá-la, participando em atividades

dirigidas por ela própria. Quando os equipamentos estão na água, a criança aparenta ter maior interesse neles do que no medo que poderia sentir ao entrar na água.

Assim, ao explorar suas habilidades, ela se torna cada vez mais ágil, porque ao aceitar uma falha momentânea que modifica seu equilíbrio, ajusta seu plano de ação e aprende mais sobre o

mundo aquático e sobre ela mesma. Melhora sua competência pela atenção que dá ao efeito de suas ações, pois a água oferece muitas oportunidades para modificar as respostas mal adaptadas da criança.

Convém destacar que uma criança segura de si, também deve aceitar os limites de sua autonomia e aprender a obedecer e respeitar regras e comandos.

Nesse caso, ajudar a criança ser autônoma significa:

- NÃO TER PRESSA em que ela adquira técnica e domínio na água;
- NÃO PREGAR PARTIDAS INESPERADAS, para que a criança não perca a confiança;
- NÃO QUERER QUE A CRIANÇA SE SEPARE da mãe/pai, pois pode atrasar mais ainda a autonomia se forçarmos essa separação;
- NÃO DRAMATIZAR SITUAÇÕES que possam acontecer (beber água, engasgar-se, ter água nos olhos, nos ouvidos...) e devolver a segurança à criança, através da calma, carinhos e sorrisos; e
- DEIXAR A CRIANÇA CONDUZIR sua ação através de brincadeiras e do prazer que a água proporciona.



DENISE MARTINS DE ARAÚJO

Sarmiento & Montenegro, 1992, p.46
Langendorfer e Bruya, 1995, p.8

Conduta dos pais frente às aulas de natação infantil



**EGLE RIBEIRO
DA LUZ**

Além de cuidar do desenvolvimento de nossos alunos, temos também que nos preocupar com um elemento importante no nosso cotidiano: os pais de nossos alunos.

Teremos os pais presentes tanto dentro d'água, nas aulas de natação para bebês,

quanto fora dela, acompanhando o desenvolvimento de seus filhos.

Em todos os dois casos os pais são muito importantes no processo ensino aprendizagem. Devemos enxergar os pais como nossos parceiros, pois são eles os grandes responsáveis e interessados no desenvolvimento psicomotor, afetivo e social que está em evolução durante as aulas de natação. Foram eles que tomaram a decisão de confiar seus filhos em nossas mãos.

Portanto, devemos, a partir do momento que este pai matriculou seu filho, oferecer informações e manter diálogos constantes para que compreendam a proposta pedagógica da instituição e se comprometam com o comportamento deles. Isso pode ser feito por meio de muitos canais e recursos como folhetos informativos sobre a metodologia, conversas informais, entrevistas, reuniões, avaliações e outros mais.

Dentro e fora d'água esperamos ter pais que respeitam o ritmo de seus filhos, que os deixam encontrar as soluções para os problemas e tomar suas próprias decisões. Pais imaginativos, criativos

e lúdicos, que brincam com seus filhos ou que os deixam brincar sem achar que não estão “fazendo nada”. Pais que dão liberdade para seus filhos explorarem o ambiente, para aceitarem ou recusarem uma atividade proposta, que permitem que eles ganhem independência e autonomia. Pais que não bloqueiam e atemorizam seus filhos com gestos, palavras ou olhares ameaçadores. Pais estimuladores, participativos e presentes. Que valorizam os momentos de intercâmbios, de carícias e de prazer. Pais que criam limites, que dizem não, que dão explicações, fazem acordos. Pais que sabem decifrar os sinais não verbais do corpo do filho. Que controlam suas emoções, que superam seus temores e oferecem confiança.

Porém, os pais não são perfeitos e ideais, são seres humanos que erram, mas também aprendem. Existem pais super protetores que controlam excessivamente e obstruem o desenvolvimento dos filhos. Pais que só reforçam as condutas de êxito e não aceitam os fracassos e frustrações. Outros que querem que as crianças pratiquem posições e ações motoras precoces adiantando seu desenvolvimento. Pais ansiosos que são inseguros, que têm muitas dúvidas e estão sempre em alerta. Pais que são muito permissivos satisfazendo todos os desejos dos filhos e não conseguem dizer não e impor limites. Pais que não interagem e são apenas expectadores. Pais que esperam de seus filhos mais do que eles são capazes. E ainda pais imaturos, repressores, incoerentes, inconsequentes, que deixam seus filhos confusos, inseguros, reprimidos. Iremos nos deparar com os mais diversos tipos de pais. E deveremos estar preparados para lidarmos com cada um deles, orientá-los e trazê-los para “nosso lado” com muita paciência, transparência e fundamentação teórica.

As “affordances” e o desenvolvimento de habilidades motoras no meio aquático

Um conceito no domínio da ciência serve não só para descrever um fenômeno, mas também para explicá-lo. Assim é importante que o conceito seja simples no sentido de ser elegante, explicando-se por si mesmo. Há, entretanto, conceitos passíveis de inúmeras interpretações e nesse caso seu poder de explicação é dúbio e sua descrição vaga.

O conceito de reflexo refere-se a uma importante forma de reação ou movimento em animais ou humanos e tem sido tratado como uma resposta automática e estereotipada a algum estímulo sensorial

Se há problemas na definição do que seja reflexo, na literatura de controle motor, a sua utilização como um conceito na explicação do desenvolvimento também vem carregada de problemas. Inegavelmente o conceito de reflexo é valioso na descrição de aspectos específicos do controle neural de alguns comportamentos, bem como nos exames neurológicos para se aferir a “saúde” da estrutura ou função observada. Pensando numa utilização mais abrangente, das ações motoras, sua utilização pode ser inadequada principalmente no que diz respeito ao desenvolvimento motor.

Sob a perspectiva da ação os movimentos dos bebês, mesmo dos recém nascidos, não podem ser considerados como sendo fruto apenas dos reflexos, mas sim fruto da percepção-ação e incluem metas, planejamento e motivação, por essa razão o desenvolvimento não seria apenas uma questão de ganho de controle das ações motoras e sim de saber como um movimento em particular é planejado e organizado e como ele se integra no repertório motor do bebê.

Recorro nesse breve ensaio ao conceito de “affordances” termo em inglês que se refere-se ao ajuste entre as capacidades de um ser humano ou animal e os suportes e ou oportunidades ambientais que tornam possível uma determinada ação motora.

A nosso ver os bebês são agentes de seu próprio desen-

volvimento, isto é, eles são muito interessados nos estímulos visuais, são fascinados pelo rosto humano, podem alcançar um brinquedo suspenso sobre o seu berço e podem reconhecer o cheiro, vozes e canções até do período fetal e por isso se esforçam e repetem essas ações.

Até um ano de idade, o cérebro dos bebês é muito maleável, o que significa dizer que eles se adaptam facilmente ao seu ambiente e mesmo na água são capazes de saber agir com o que está ao seu redor.

Sabendo que o ambiente aquático tem um rico potencial para estimular a aquisição das habilidades motoras das crianças, é através de brincadeiras e de múltiplas formas de interação com diferentes tipos de materiais e movimentos que eles aprendem rapidamente a interagir com o ambiente e pessoas que o cercam. Dizemos então que as “affordances” presentes nesse meio estão a favorecer o desenvolvimento do sistema de percepção-ação dos bebês. Incorporadas às rotinas diárias dos bebês as atividades aquáticas tem inegáveis vantagens não só para saúde, mas também para influenciar a aquisição e desenvolvimento de habilidades motoras.

A água é um contexto importante para interação é um lugar para encontrar amigos e tem um papel chave no desenvolvimento de capacidades motoras e sociais. Estudos futuros devem se concentrar na avaliação das características materiais e sociais das “affordances” e sua relação com a aquisição das habilidades/capacidades motoras ao longo da vida.



PROF. DR. ERNANI XAVIER
FILHO PIRAJU UEL

Quando frustração e aprendizagem andam juntos



JOCIAN MACHADO
BUENO

Aprender a nadar envolve conquistar novas habilidades. Mas nem sempre em uma aula de natação tais conquistas são possíveis sem gerar momentos de frustração, fazendo parte da aprendizagem. A palavra frustração na nossa sociedade tem um lugar de negatividade, pois a convivência

com o desemprego, a exclusão social e econômica, a cidadania restrita, acabam por determinar nas práticas educacionais, como a natação, um contrato oculto de que não podemos frustrar nosso aluno, pois ele vem para aprender. Ainda a pressão do sistema econômico, da culpa dos pais para promover o melhor aos filhos, a relação trabalhista desnivelada, trazem ao contexto da aula de natação o conceito de que é proibido frustrar a criança.

Prazer e desprazer são faces de uma mesma moeda e o desprazer, como sensação primária, é evidenciado pela frustração nas situações em que a criança não realiza, suscitando uma condição psíquica de desapontamento e decepção, com sensações de desconforto, constrangimento e vergonha, pois se relacionam com ocasiões em que a criança tenta fazer algo que ainda não consegue, ou àquelas em que a conquista ainda não aconteceu, como a ação adequada de um nado ou o atravessar a piscina num tempo determinado, ou conseguir tocar o fundo da piscina em um mergulho.

Com esforço o sucesso do nado transforma-se em habilidade. Porém, a prática disciplinada é necessária, com a mediação do professor, que pode ser mui-

to gratificante como, por exemplo, quando vibra ao perceber a progressão nos fundamentos aquáticos, no êxtase pelo bom desempenho em um deslocamento na piscina, dentre outros.

Para isso, é preciso que a meta a ser atingida seja clara e as relações de poder existentes entre o professor e o aluno asseguradoras dos passos pessoais a tomar na aprendizagem, não podendo representar mecanismos de coerção, onde a liberdade de pensar e de executar seus próprios movimentos é tolhida. Ainda a concentração e a dedicação, ligadas ao tempo de atenção e do olhar sobre a criança, com o investimento carinhoso, despertando a motivação naquela etapa da aprendizagem, com o feedback imediato e informativo, e não impositivo.

Na aprendizagem o professor ajuda as crianças a compreender que os sentimentos de frustração que porventura aparecem não representam, necessariamente, um indício de que elas estão no caminho errado. Tentar fazer as coisas que ainda não conseguem, errando e descobrindo o que precisam fazer diferente, através da reflexão e encaminhamento continuados, é o jeito certo de aprender, com a relação de confiança presente, gerando a conquista dos movimentos almejados.

Quanto menor for a participação e o engajamento do aluno, menor será a troca com o meio e maior será a frustração no momento em que esse aluno se deparar com situações que exijam dele uma autonomia pessoal.

Com a consciência das dificuldades e o desenvolvimento das capacidades para superá-las, associadas às trocas nos grupos ao compartilhar de experiências de aprendizagem, o aluno será agente de sua evolução como pessoa, pleno de si e de suas possibilidades frente ao meio.

Portanto, frustrar é também aprender a lidar com si mesmo e com o mundo.

Alguns estímulos afetivos aquáticos e seus benefícios

Sabemos que o afeto, o carinho, o amor e o respeito ao ser humano tem uma influência muito importante no desenvolvimento global dos bebês e crianças. A mesma importância devemos aplicar nas aulas de natação. Afetividade não deve ser confundida com permissividade, desrespeito. O bom senso deve imperar sempre respeitando a individualidade do ser. Impor limites é demonstração de amor, oferece segurança a criança e principalmente segurança aquática. Crianças com excesso de liberdade tornam-se jovens (adultos) sem noção de limites e responsabilidades.

De acordo com Asha Phillips, psicoterapeuta, “pais que se recusam a dizer não nos momentos apropriados estão roubando de seus filhos à capacidade de exercitar suas emoções. Frustração, ódio, raiva, angústia, disputa e privação fazem parte do aprendizado de uma criança tanto quanto o afeto e carinho que ela deve receber dos pais”.

Os bebês devem vivenciar uma relação rica de prazer oferecida pelos pais, professores, e pelos amigos da água. Através de carinho e cuidados específicos o bebê desenvolve segurança afetiva, o que o auxiliará também na desenvoltura de habilidades aquáticas. Através dela e do convívio aquático pode dominar ou perder a timidez, própria do temperamento. Acostumar-se ou perder o medo de pessoas estranhas, aos poucos e calmamente introduzir o bebê ao grupo.

O contato através do toque aprofunda a relação afetiva. Através dos estímulos adquire autoconfiança, também física, enfrentando melhor as novas propostas e as dificuldades que podem surgir. De acordo com o desenvolvimento psicomotor da criança devem-se oferecer as tarefas e deixa-los conquistar por conta própria conforme os objetivos solicitados, dar apoio não significa fazer por eles ou facilitar demais. Devemos nos preocupar com os riscos possíveis para

o bebê /criança não se machucarem. Adquirem autoconfiança psicológica, enfrentando novos desafios e aprendem a lidar melhor com as frustrações. Desenvolve autoconhecimento e independência, alcançando gradativamente sua autonomia. Sente-se importante como centro das atenções, mas aprende a dividi-la com outros. Percebem as emoções, triste, alegre, bravo, feliz, de quem o cerca.

Através das experiências emocionais também vivencia as qualidades físicas da água. Observam os movimentos dos outros bebês, dos pais e professor percebendo o ritmo, a velocidade de movimento, imitando-os. Quando sente segurança a exploração e interesse pelo meio ambiente são fortalecidos. Através dos estímulos afetivos desenvolve sua concentração e atenção. A afetividade através do olhar, do conversar, do tocar, do cantar, olhos nos olhos, são uma troca enriquecedora para bebês/crianças.

Os pais justificam a falta de limites, como “coitadinho é tão pequeno”... Os pais devem ser ponderados e flexíveis, firmes e determinados. Os limites e as privações fazem parte da vida a partir do momento que fomos gerados. É crime treiná-los para queimar etapas, o desenvolvimento é uma sequência cuidadosamente planejada pela natureza. O treino precoce pode gerar ansiedade e problemas emocionais que prejudicam seu desenvolvimento físico e intelectual. Não confundir afeto com superproteção, nem impor limites com agressão.



**JULIANA C.
JANSSEN BARBOSA**

O respeito a individualidade para superar as dificuldades



PAULO ANDRÉ POLI DE FIGUEIREDO

Dificuldades, desafios e novidades se apresentam para a criança a todo momento. É através da adaptação e a busca por alternativas a estas situações que a criança descobre e desenvolve seu potencial.

Neste caminho, a criança irá descobrir

o prazer da realização. Quanto mais dificuldades superamos, mais desafios queremos encarar. Quanto mais situações novas dominamos, maior será nossa curiosidade. Quanto mais compreendemos o mundo que nos cerca, maior será nossa possibilidade de superar dificuldades.

Entretanto, uma dificuldade não superada, um desafio desproporcional ou uma novidade ameaçadora, pode levar a criança ao desconforto da frustração e a inibição de sua iniciativa. Muitas vezes, isso acontece porque a criança não tem a maturação necessária para executar determinadas tarefas ou o desafio não condiz com a característica da criança. Expor a criança a uma situação que ela não está preparada, não é um desafio, mas um convite ao fracasso. Respeitar as diferenças e características é a base para o sucesso no processo de desenvolvimento.

As características individuais influenciam, diretamente, o trabalho do professor de natação. Algumas crianças são fáceis e respondem positivamente a novos eventos, são mais sorridentes e interagem naturalmente, outras, são mais cho-

rosas e reagem negativamente às novidades e são de difícil interação. Existe ainda, as que mostram uma resistência inicial e depois aceitam e gostam das proposições.

O vigor com que a criança responde aos estímulos são características marcantes. Ao entrar na piscina, algumas crianças começam a explorar, batendo suas mãos na água e movimentando seus pezinhos; outras apenas observam, e suas respostas são mais brandas.

A agitação de uma criança pode influenciar a turma toda, A autoridade do professor será, muitas vezes, testada. Deverá o professor, portanto, proceder com firmeza e definir regras claras para melhor controle da turma.

A timidez pode ser um complicador e o primeiro contato deve ser muito sutil. A busca do olhar, um leve sorriso, um tom de voz calmo e seguro, a manutenção de uma distância que permita à criança observar o professor, evitando um contato maior, poderá ajudar uma criança mais tímida a aceitar a intervenção do professor.

A curiosidade faz com que a criança explore o ambiente. Para esse tipo de criança, as atividades livres podem ser muito proveitosas; entretanto, para crianças com falta de iniciativa, as atividades dirigidas podem render mais e ajudá-las a explorar o meio.

Portanto, identificar a característica individual da criança e moldar-se a ela é fundamental para o sucesso do programa de natação, além de ajudar a criança a superar dificuldades e criar um ambiente propício para o seu desenvolvimento.

Buscamos uma natação livre de traumas, onde o processo de aprendizagem e domínio do meio respeite os limites e a individualidade da criança.

O choro da criança na natação

“**N**ão quero que meu filho chore na natação, pois não quero traumatizá-lo.”

Essa frase tem sido recorrentemente ouvida por muitos pais desta nova geração, pois existe uma angústia permanente que deixa as famílias estressadas em relação aos filhos que choram nas aulas de natação. Sabemos que os pais e mães querem o melhor para os seus filhos e que não desejam ver seus pequenos infelizes, mas se a criança está em um ambiente de segurança, com afeto e acolhedor não há o que temer. O choro é um meio importante de comunicação dos bebês e das crianças pequenas. Ele ocupa um papel crucial para a sobrevivência, saúde e o desenvolvimento sadio da criança. Saber discernir suas diversas sutilezas é essencial para atender eficazmente às necessidades da criança e tranquilizar os pais.

Chorar faz parte do processo de amadurecimento das crianças pequenas. É o choro do novo, o choro da adaptação, o choro da criança que está rompendo com um mundo restrito ao convívio da família, para a descoberta de um mundo onde novas relações serão construídas. Essa criança vai para a creche, escola, ballet, natação... ela vai para o mundo e com isso muitas emoções e transformações virão.

Os profissionais de natação infantil precisam acolher a criança que chora e se relacionar verdadeiramente com ela, em um ambiente de conforto, segurança e prazer. Mostrar aos pais que eles estão fazendo a escolha certa ao matricular seu filho onde

existem profissionais especializados, um projeto pedagógico sério, que respeita o tempo, a individualidade e oferece aulas que são experiências descobertas na água de forma positiva. Se a criança não tem nenhuma doença, disfunção ou comportamen-

to que possa ser considerado anormal, se não for um choro crescente e intenso, se o profissional mostrar conhecimento e estabelecer laços de confiança com a família, diferenciando o choro do trauma do choro de uma criança que esta em pleno processo de desenvolvimento, não há o que temer. Crescer não é traumático se existe uma família presente, que faz boas escolhas, apoia e dialoga. A aula de natação bem conduzida, profissionais competentes e um ambiente acolhedor contribuem para um processo de crescimento saudável, contribuindo para a formação de um indivíduo mais seguro e feliz.



RENATA
RODRIGUES

A importância do acolhimento



SANDRA ROSSI
MADORMO

Quando o ritmo dos cuidados diários se repete, o bebê se sente mais seguro e o ambiente se torna mais calmo e tranquilo. Eles aprendem a esperar, porque confiam no adulto que sempre os atendeu de forma rítmica, isto é, seguindo uma rotina e uma sequência nos cuidados cotidianos.

Nada é feito com pressa e afobação e a orientação é que seja dado o tempo necessário para que o bebê aproveite a experiência de forma prazerosa, sentindo cada cuidado que recebe. Sempre falando com o bebê durante os cuidados diários, olhando nos olhos do bebê e percebendo suas reações. Isto porque o bebê capta a intencionalidade por trás das palavras que lhes são ditas e se mostra mais calmo e colaborativo quando antecipamos e nomeamos de forma clara e simples o que está se passando e o que vai acontecer a seguir”.

Pediatra Emmi Pikler - Hungria

Esta importantíssima parte de um texto da Dra Emmi Pikler, nos permite entender o profundo significado da palavra acolhimento e o quanto ele deve ser praticado pelos professores nas aulas de natação com bebês e crianças.

Devemos ter esta postura diariamente em nossas aulas e não somente quando recebemos este bebê ou criança e seus pais em seu primeiro dia de aula, mas em todos momentos. Em situações cotidianas do professor como uma substituição de um colega, uma reposição de

aula, uma mudança de nível, horário ou dia, o acolhimento será fundamental, pois a lembrança afetiva e corporal de disponibilidade e receptividade ficará gravada, tanto para a criança como para o acompanhante.

A postura acolhedora é ainda mais necessária quando a criança tem medo. É condição básica para o acolhimento, explicarmos a ela o que vamos fazer, que vamos ajudá-la e que ela pode confiar em nós. Esta atitude auxiliará ela adquirir segurança e tranquilidade para a sequência do seu convívio com a água.

O movimento da água, por si só, provoca nos alunos, em fase de adaptação, uma insegurança maior, pois provoca seu desequilíbrio, ativando ainda mais o sistema vestibular. Isso o deixa mais inseguro e por consequência, ativa o sistema límbico e a amígdala cerebral ou amígdala cerebelosa, que é responsável entre outras coisas, pela identificação do perigo, gerando medo e ansiedade.

Neste momento é ainda mais importante o acolhimento, segurando, dando a mão para o aluno, fazendo sons engraçados e ou caretas divertidas, brincando, descontraído, pois isto irá gerar um suporte emocional, que trará a confiança para que ele prossiga no exercício solicitado e dê seguimento em seu aprendizado, evitando assim não querer fazer ou mesmo querer ir embora.

Portanto, é fundamental o professor ter consciência que se for acolhedor na fala e na expressão corporal, se entregando de coração nas suas ações, as relações com as crianças serão mais profundas e melhores, resultando em um trabalho mais prazeroso com resultado positivo para o profissional e, especialmente, para o aluno.

A valorização da vida através da água

Consenso nos países europeus desde 1.500 século XVI, é constante a preocupação na valorização da vida através da água, seja no aspecto de sobrevivência através da ingestão da água ou como locomoção – naus, barcos, balsas, nadando - e auto salvamento.

Em relação à ingestão, à medida que a população global continua aumentando rapidamente, a demanda por água doce acompanha esse crescimento. Estima-se que o aumento na demanda por água doce para uso agrícola, industrial e doméstico aumente em até 50% em todo o mundo entre 2000 e 2030. A prevenção é a melhor estratégia para a valorização da vida e com a água não deveria ser diferente. A partir do humanismo, século XVI, a preocupação com o ser humano passou a ser prioridade, seja pelo higienismo ou simplesmente pela prática esportiva aquática, os governos europeus se preocupavam com a vida dos indivíduos. Leis governamentais estabeleciam aulas obrigatórias de natação aos seis anos onde se aprendia nas escolas, utilizando como apoio os centros esportivos, o nado peito de sobrevivência, com a cabeça fora da água o tempo todo e uma pernada de peito adaptada – um dos pés empurrando a água com a sola do pé e outra com o peito do pé. No nosso país não seria difícil adotar a estratégia dos europeus, pois nos bairros onde encontramos escolas também encontramos escolas de natação que poderiam ser utilizadas aos sábados com aulas de natação para a população dos seis anos, evitando a situação no Brasil do afogamento ocupar a primeira colocação entre as causas das mortes, entre crianças de 01 a 04 anos, segundo o Ministério da Saúde (2004).

CAUSAS DA MORTE Crianças de 01 a 04 anos

Colocações	Causas	Número
1º	Afogamentos	533
2º	Atropelamentos	290

Fonte: Ministério da Saúde (2004)

Em 2013 fui convidado pelo Conselho Regional de Educação Física do Estado de São Paulo – CREF/SP-4 a coordenar com o auxílio de colaboradores, um protocolo de procedimentos para segurança nas piscinas durante as aulas, através de um questionário sobre a segurança nas piscinas durante as aulas.

PROTOCOLO DE PROCEDIMENTOS PARA SEGURANÇA NAS PISCINAS DURANTE AS AULAS - CREF SP-4 (2013)

Principais Procedimentos:

- 1) Limitar e definir o ambiente pedagógico;
 - 2) Quando o ambiente aquático apresentar várias piscinas verificar se os portões que as separam estão fechados;
 - 3) Não confiar nos materiais pedagógicos flutuantes e não acreditar que são sinônimos de segurança;
 - 4) Nunca deixar o ambiente aquático, antes da saída do último aluno;
 - 5) Definir a relação alunos/professor nas aulas;
 - 6) Ensinar aos alunos que somente ao comando do professor é para entrar na água;
 - 7) Evitar dar as costas para os alunos;
 - 8) Evitar ensinar os mergulhos de cabeça – de ponta – nos lugares sem a profundidade ideal. Cuidados especiais devem ser tomados para trampolins e plataformas de saltos;
 - 9) Verificar os azulejos e pisos danificados, objetos pontiagudos como parafusos, pregos etc., e a profundidade da piscina adequada ao nível pedagógico;
 - 10) Verificar que os buracos de aspiração estejam fechados, e que os ralos de filtração estejam com a grade de proteção.
- Seja como sobrevivência alimentar ou como utilização para aulas e atividades de lazer a água representa vida para nós seres humanos e o profissional de Educação Física tem um papel importante na valorização da vida através da água, aproveitando a oportunidade de conscientizar os seus alunos quanto à preservação dos mananciais e na prevenção de acidentes, afinal de contas a vida é uma só e temos que valorizá-la.



**WILLIAM URIZZI
DE LIMA**

Lima, W. Klar, A. *Atividades Aquáticas – Pedagogia Universitária – Volume I – 3ª. Edição - São Paulo – Literativa – 2012.*

Lima, W. *Atividades aquáticas com segurança – Revista CREF4/SP no. 36, Ano XIV – Fevereiro 2013 – páginas 12 e 13.*

Sites: inati.com.br - sobnasa.org

I fell into the water...

What now????



ALBERTO BERNARDO KLAR

SWIMMING

Move in the water without any help other than the strength and ability of the individual himself



SURVIVING

Avoid drowning to death

When a human being faces a new fact (falling into the water unintentionally), the first body response is to enter a state of TENSION. There are internal and external factors that could be exploited negatively or positively, such as:

Internal Factors:

- a- Maturity level;
- b- Previous experiences

External Factors:

- a- Relaxation state;
- b- Knowledge acquired from a teacher

Learning TENSION

Internal Factors

- Maturity level
- Previous experiences

External Factors

- Relaxation state
- Knowledge acquired from a teacher

A → **RTN**

We can state that the interaction between internal and external factors will cause the child to have a reduction in the tension generated from the need to float.

more explored, thus giving the knowledge of muscle relaxation through affirmation exercises which teach them to remain calm when diving. Archimedes' principle ("the upward buoyant force that is exerted on a body immersed in a fluid, whether fully or partially submerged, is equal to the weight of the fluid that the body displaces and acts in the upward direction at the center of mass of the displaced fluid") claims that the body will rise to the surface and consequently, we will see ventral or dorsal displacements, alternating or simultaneous, in order to reach its greatest goal, which is to survive.

The density of the body is greater than the density of water, but in the presence of air in the lungs and relaxed muscles we may have a partial fluctuation.

Aquaphobia - a psychological disorder characterized by excessive or irrational fear of water and which, most of the time, is related to a traumatic event (Amaral Natação)

Trauma - negative experience (previous experiences)

It is necessary for the teacher to understand the student's fear to direct the didactic procedure to be used. The emotional factor is one of the triggers of difficulty (fear) - cognitive - reaction associated with survival mechanisms.

Fear - *Metus*, in Latin. This is the excitement of the organism, which generates an unpleasant sensation to the individual (Huber, 2000).

Lent (2001) classifies emotions as:

- Positive
- Pairs of opposing emotions (joy and sadness)
- Unique experiences (contempt)

When it comes to babies, the reinforcement in power stimulation turns into dorsal decubitus and should be emphasized or reinforced. From the cognitive aspect, children up to 7 years of age should be moving up, from the more rustic movements to more refined ones, thus being able to perform variations between the ventral and dorsal ulna, and move to a safe place or to an aid of an older person.

As of this age group, we should have some new concepts that require guidance, since the brain would be approximately 95% developed and the cognitive sense could be

Phobia	Anxiety	Involuntary Manifestations
Specific Fear	Terror	Dry mouth
Anxiety	Horror	Sweat
Scared	Alarm	Shivers
Irrational	Panic	Tremors

The body doesn't just talk, it screams... And records

Our BODY is the home where the being called “me” lives.

In this metaphor, we can say that a house that is pretty, well painted and maintained reflects a special care from the resident. The same can be said of our bodies, what we see in the mirror reflects our habits in life.

However, we want to present here what the “walls” of this house do not show... internal cracks, the type of structure with which it was built and especially the interior feeling within it. Hence, the body also has its marks, many of them unconscious and others clearly identifiable, that the subject that inhabits this body tries to care for or not... when the mouth is silent, the body speaks... when the mouth speaks, the body heals.

From the moment we are born the house is being built, not only with its own material, but especially with the surrounding “geography”. During our teen years we suffer major transformations. The mirror shows us a stranger. The conflict resides in our own body, where the need to adapt reaches high levels of stress, where the knowledge and mastery acquired during childhood can fail us.

The changes during puberty distort our self-image, imposing a new body. The disorders that arrive in the field of body image come from the emotional and hormonal difficulties, fast and not at all simple, therefore this is not about a loss of specific coordination, but of the impact of libido acting in your organism, distancing it from motor references. We live in a society that is stereotyped and extroverted. Day and night, by means of communication, we receive stimulus that is extravagantly

erotic, while at the same time facing many difficulties in dealing with diverse body types that are not up to the standards imposed by the media. Maybe this is why the teenager tends to close himself off, to build body fortresses and hide what they feel.

During the adult stage, our body becomes increasingly muter and we can see that the body speaks and does not lie... it records everything. When we feel a pain, whatever it may be, the last thing we think about is that it is a warning from our bodies, letting us know there is something wrong in some area of our life.

There are situations where our corporal behavior demonstrates the somatization of emotional mechanisms that have been experienced. Unconsciously we do not have explanations and answers, but psychomotor studies teach us that through the movements of the eyes, the color of the skin, temperature of the body or subtle movements of the muscles, the true intent of a personality is revealed. This is why it is so important we learn to know our body well, being aware of the alterations it presents, because it tells us exactly where we are going wrong and what we need to change.



**CACILDA GONÇALVES
VELASCO**

Autonomy and safety parameters in the water



**DENISE MARTINS
DE ARAÚJO**

Water activities make a big difference in the life of a child, and swimming teachers should collaborate so that a child can have autonomy in the water. This, of course, will spread to other areas of life.

The child must learn to be autonomous in many respects and aquatic activity teaches imitative and

problem-solving skills. In an aquatic environment, the child has the opportunity to express himself and become autonomous.

Our task is to encourage the desire for independence in water activities, but super-protective parents prevent children from exploring the environment around them and discourage independence because they fear the child may slip, fall, or drown.

Thus, we can help these parents deal with these insecurities by guiding and showing them that children should learn to exercise their wills, choices, and discover the possibilities of movement that water offers them by successfully moving to new stages.

The self-confident child explores the aquatic space with confidence and uses the parents as a starting point for their explorations and, as of their earliest experiences with water, he displays a specific behavior. One child may try to explore with prudence, try to grab it, taste it; another may want to fearlessly venture and submerge; a third one may want to hold on to the arms of the parents, before trying to go on his first exploration. The children's pool should be a place where children play, a space for adventures, that is, a place that breaks the traditional linearity and its geometric design.

Thus, to attract the child's attention and provide encouragement to explore, the pool should be colorful,

have small toys on the surface of the water, which facilitate the approach to the activities and encourages the child to move away from the parents and towards a search of what he/she wants to do.

The systematic placement of large colored modules in the aquatic environment is of utmost importance in order for the child to feel safe in the class. Thus, the teacher has the chance to discover the needs of each child and observe it, and finally providing activities directed by the child.

When the equipment is in the water, the child seems to have more interest in them than in the fear he might feel when entering the water.

Thus, by exploring his abilities, he becomes increasingly agile as of the moment when he notices a momentary flaw that modifies his balance, adjusts his plan of action and learns more about the aquatic world and himself. It improves its competence by the attention it gives to the effect of its actions, since water offers many opportunities to modify the poorly adapted responses of the child.

It is important to emphasize that a child who is sure of himself must also accept the limits of his autonomy and learn to obey and respect rules and commands.

In this case, helping the child be autonomous means:

- DO NOT BE IN A HURRY to make him acquire technique and mastery in the water;
- DO NOT PLAY WITH UNEXPECTED STARTS, so that the child does not lose confidence;
- DO NOT SEEK TO SEPARATE THE CHILD FROM THE MOTHER/FATHER, since it may delay further autonomy if we force that separation;
- DO NOT DRAMATIZE SITUATIONS that may happen (drink water, choke, have water in the eyes, ears...) and return the child's confidence by staying calm, providing affection and smiling; and
- LET THE CHILD CONDUCT HIS ACTION through play and enjoyment of the water.

Sarmiento & Montenegro, 1992, p.46

Langendorfer e Bruiya, 1995, p.8

Conduct of parents regarding children's swimming classes

In addition to taking care of the development of our students, we also have to worry about an important element in our daily lives: the parents of the children.

We will have both, parents in the water during the swimming classes for babies, and out of the water, following the development of their children.

In both cases, parents are very important in the teaching/learning process. We must see the parents as our partners, as they are the ones responsible for and most interested in the psychomotor, affective and social development that is evolving during the swimming lessons. They were the ones who made the decision to entrust their children to us.

Therefore, we must, from the moment that parents enrol their child, offer information and keep constant lines of communication so that they understand the pedagogical proposal of the institution and commit to their behavior. This can be done through many channels and resources such as information leaflets on methodology, informal conversations, interviews, meetings, reviews and more.

In and out of the water, we expect to have parents who respect the rhythm of their children, who let them find solutions to problems and make their own decisions. Imaginative, creative and playful parents who play with their children or let them play without thinking they are “doing nothing”. Parents who give their children the freedom to explore the environment, to accept or refuse an activity that allows them to gain independence and autonomy. Parents who do not block and frighten their children with menacing gestures, words or stares. Stimulating, participative and present parents. They value moments of exchanges, ca-

resses and pleasure. Parents who impose limits, who say ‘no’, who give explanations, make agreements. Parents who know how to decipher the non-verbal signals of the child's body. Who control their emotions, who overcome their fears and provide them with confidence.

However, parents are not perfect and ideal, they are human beings who make mistakes, but also capable of learning. There are super protective parents who excessively control and obstruct the development of children. Parents who only reinforce successful behaviors and do not accept failures and frustrations. Others who want children to practice positions and early motor actions to advance their development. Anxious parents who are insecure, who have many doubts and are always on the alert. Parents who are very permissive, fulfilling all the desires of their children and cannot say ‘no’ and impose limits. Parents who do not interact and are mere spectators. Parents who expect their children to do more than they can. And also immature, repressive, incoherent, inconsequential parents who make their children feel confused, insecure, repressed.

We will come across the most diverse types of parents. And we must be prepared to deal with each of them, to guide them and to bring them to ‘our side’ with lots of patience, transparency and theoretical foundation.



**EGLE RIBEIRO
DA LUZ**

Affordances and the development of motor skills in the aquatic environment



PROF. DR. ERNANI XAVIER FILHO PIRAJU UEL

In science, a concept serves not only to describe a phenomenon, but also to explain it. Thus, it is important that the concept be simple in the sense of being elegant and self-explanatory. There are, however, concepts amenable to numerous interpretations and in this case their

power of explanation is dubious and their description vague.

The concept of reflex refers to an important form of reaction or movement in animals or humans and has been treated as an automatic and stereotyped response to some sensory stimulus.

If there are problems defining what is reflex, in the motor control literature, its use as a concept in the explanation of development is also fraught with problems. Undeniably, the concept of reflex is valuable in describing specific aspects of neural control of some behaviors, as well as in neurological examinations to gauge the “health” of the observed structure or function. Thinking of a more comprehensive use of motor actions, its use may be inadequate mainly in regard to motor development.

From the perspective of action, the movements of babies, even of new-borns, cannot be considered as being the result of reflexes alone, but rather the result of action-perception and includes goals, planning and motivation, a matter of gaining control of motor actions, but of knowing how a particular

movement is planned and organized and how it integrates into the baby’s motor repertoire.

I turn in this brief essay to the concept of affordances, which refers to the adjustment that takes place between the capabilities of a human being or animal and the environmental supports and opportunities that make a particular motor action possible. In our view, babies are agents of their own development, that is, they are very interested in visual stimuli, are fascinated by the human face, can reach a toy suspended over their crib and can recognize the smell, voices and songs as a foetus and therefore strive and repeat these actions.

The brains of babies under the age of one are very malleable, which means that they adapt easily to their environment and they are even able to figure out how to act with what is around them when they are placed in an aquatic environment.

Knowing that the aquatic environment has a rich potential to stimulate the acquisition of children’s motor skills, it is through play and multiple forms of interaction with different types of materials and movements that they quickly learn to interact with the environment and people around them. We say that the affordances present in this environment favors the development of the perception-action system of infants.

Incorporated into the daily routines of infants’ aquatic activities have undeniable advantages not only regarding health but also to influence the acquisition and development of motor skills.

Water is an important context for interaction, it is a place to meet friends and has a key role in the development of motor and social skills. Future studies should focus on assessing the material and social characteristics of affordances and their relationship to the acquisition of lifelong motor skills/abilities.

When frustration and learning walk hand-in-hand

Learning to swim involves obtaining new skills. But it's not always possible to achieve this without generating moments of frustration, which is part of the learning process.

In our society, the word 'frustration' carries a negative tone, as it is commonly linked to unemployment, social and economic exclusion, restricted citizenship, it ends up creating, in educational activities, such as swimming, a hidden contract that says that we cannot frustrate our student, since he came here to learn. Still, the pressure of the economic system, the guilt of the parents to provide the best to their children, the uneven labor relationship, bring the concept that it is forbidden to frustrate the child to the context of the swimming lesson.

Pleasure and displeasure are two sides of a coin, and displeasure, as a primary sensation, is demonstrated by frustration in situations in which the child does not perform, provoking a psychic condition of disappointment with feelings of discomfort, embarrassment and shame, as they relate to occasions when the child tries to do something that he/she cannot do yet, or to those who have not achieved something yet, such as the proper action of a swimming technique or crossing the pool at a given time, or being able to touch the bottom of the pool when diving.

With effort, swimming becomes a skill. However, it is necessary to have disciplined practice with the teacher's mediation - which can be very rewarding - for example, when a child becomes excited over progress made in their aquatic skills, in the ecstasy reached after a good performance in the swimming pool, among others.

For this, it is necessary that the goal to be achieved be clear and the power relations existing between the teacher and the student assures the personal steps to be taken in the learning process, not being able to

represent mechanisms of coercion, where the freedom to think and to execute their own movements is hampered. Still, concentration and dedication, linked to the time of attention and the look on the child, with the affectionate investment, awakening the motivation in that stage of learning, with immediate and informative feedback, and not imposition.

In the learning process, the teacher helps the children understand that the feelings of frustration that may come up do not necessarily represent a sign that they are on the wrong path. Trying to do the things that one is not ready to do, doing something wrong and figuring out what needs to be done differently, through continued reflection and guidance, is the right way to learn, with trust, helping them achieve the desired movements.

The lower the student's participation and engagement, the less the exchange with the environment, and the greater the frustration at the moment when this student is faced with situations that require personal autonomy from him.

By being aware of the difficulties and the development of the skills necessary to overcome them, associated to the changes in the groups from sharing of learning experiences, the student will be an agent of his own evolution as a person, full of confidence on himself and his possibilities when facing the environment.

So, being frustrated is also learning to deal with yourself and the world.



**JOCIAN MACHADO
BUENO**

Some affective aquatic stimuli and their benefits



JULIANA C.
JANSSEN BARBOSA

As we know, affection, fondness, love and respect is key for the overall development of infants and children. We should give swimming classes the same importance. Affection should not be confused with permissiveness, disrespect. Common sense must always prevail respecting the being's individuality.

Imposing limits is a demonstration of love as it provides the child safety and especially water safety. Children who experience excessive freedom become young (adults) with no notion of limits and responsibilities. According to Asha Phillips, a psychotherapist, "parents who refuse to say 'no' at the right times are stealing from their children the ability to exercise their emotions. Frustration, hatred, anger, anguish, quarrelling, and deprivation are part of a child's learning as much as the affection and love he/she must receive from the parents."

Babies should experience a relationship filled with pleasure from their parents, teachers, and water friends. Through affection and specific care, the baby develops affective security, which will also aid in the development of aquatic abilities. Through it and the aquatic conviviality, children can learn to control or overcome shyness, a key characteristic of temperament. In order to help them get used to or overcome the fear of strangers, slowly and quietly introduce the baby to the group.

Contact deepens the affective relationship through

touching. Stimuli helps them acquire self-confidence and physical ability to deal with the new situations and difficulties that can arise. According to the psychomotor development of the child, the tasks must be offered and they should be allowed to do them on their own, according to the objectives requested, giving support does not mean doing it for them or facilitating it too much. We should be concerned about the possible risks for the baby/child not to get hurt. They gain psychological self-confidence, face new challenges, and learn to cope with frustrations. It develops self-knowledge and independence, gradually reaching autonomy. You feel important as the center of attention, but you learn to share it with others. They perceive the emotions - sadness, joy, braveness, happiness - of those around them.

Through emotional experiences, they can also experience the physical qualities of water. They observe the movements of the other babies, of the parents and the teacher, and they can perceive the rhythm, the speed of their movements, and emulate them. When they feel safe, the exploration and interest in the environment is strengthened. Through affective stimuli, they develop their own concentration and attention. Affection through looks, words, touches, songs, eye contact, is an enriching exchange for babies/children.

Parents justify the lack of limits, as "Poor thing, he is so small..." Parents should be thoughtful and flexible, firm and determined. Limits and deprivations are part of life from the moment we were generated. It is a crime to train them to burn steps, development is a sequence carefully planned by nature. Early training can generate anxiety and emotional problems that hamper physical and intellectual development.

Do not get affection mixed up with overprotection, nor impose limits with aggression.

Respect for individuality to overcome the difficulties

Hardships, challenges and novelties present themselves to children at all times. Adaptation and the search for alternatives to these situations is what helps children discover and develop their potential.

By doing this, children are able to discover the pleasure of achieving a goal. The more obstacles we overcome, the more challenges we want to face. The more new situations we master, the greater our curiosity. The more we understand the world around us, the greater our chance of overcoming difficulties.

However, an unresolved difficulty, a disproportionate challenge or a threatening novelty, can lead children to the discomfort of frustration and inhibition of their initiative. Often, this happens because children do not have the maturity required to perform certain tasks or the challenge does not match their potential. Exposing children to situations that had not been prepared is not a challenge, but an invitation to failure. Respecting differences and characteristics is the basis for success in the development process.

Individual characteristics directly influence the work of the swimming teacher. Some children are easy and respond positively to new events, smile more and interact naturally, others are more tearful and react negatively to novelties and are difficult to interact with. There are also those who show an initial resistance and then accept and like the proposed activities.

The energy with which children respond to the stimuli are striking characteristics. Upon coming into the pool, some children begin to explore, beating their hands in the water and moving their feet; others just observe, and their responses are milder.

The agitation of a child can influence the whole class, The authority of the teacher will often be tested. The teacher should therefore proceed firmly and set clear rules for better control of the class.

Shyness can be a complication and the first contact must be very subtle. The search a look, a faint smile, a calm and sure voice, maintaining a distance that allows the child to observe the teacher, avoiding a greater contact, can help a more timid child accept the teacher's intervention. Curiosity encourages the child to explore the environment. For this type of child, free activities can be very helpful; however, in cases where children lack initiative, directed activities can yield better results and help them explore the environment. Therefore, identifying and shaping the child's individual character is critical to the success of the swimming program, as well as helping the child overcome difficulties and create an environment conducive to their development.

We seek a swimming free of traumas, where the process of learning and mastery of the environment respects the limits and the individuality of the child.



**PAULO ANDRÉ POLI
DE FIGUEIREDO**

Children crying during swim class



RENATA RODRIGUES

“I don't want my child to cry during swimming lessons, because I don't want to traumatize them”.

This sentence has been uttered over and over again by many parents of this generation, because there is a constant worry

that leaves families stressed with regards to children who cry during swimming lessons. We know that fathers and mothers want the best for their children and do not want to see their little ones unhappy, but if the child is in a safe environment, with affection and warmth there is nothing to fear. Crying is an important means of communication for babies and small children. It occupies a crucial role in survival, health and the development of the child. Knowing how to discern the various subtleties is essential to effectively meet the needs of the child and put parents at ease. Crying is a part of the maturing process of small children. It is the cry of the new, the cry of adaptation, the cry of the child that is breaking with the world restricted to family, to discover a world where new relationships will be built. This child goes to daycare, ballet, swimming... she goes out

to the world and with that many emotions and transformations will come.

The child swimming professionals need to support the child that cries and really relate to them, in an environment of comfort, safety and pleasure. Showing parents that they are making the right choice in enrolling their child where there are specialized professionals, a serious pedagogical project, that respects time, individuality and offers classes that are about discovering experiences in the water in a positive way. If the child has no illness, dysfunction or behavior that may be considered abnormal, if it is not a crying that is intense and increasing, if the professional displays knowledge and establishes bonds of trust with the family, being able to tell the cry of trauma from that of a child that is in the process of development, there is nothing to fear.

Growing is not traumatic if there is family present, that makes good choices, supports and communicates. A well-run swimming class, competent professionals and a warm environment contribute to a process of healthy growth, leading to an individual that is more secure and happy.

The importance of caring

When the rhythm of daily cares is repeated, the baby feels safer and the environment becomes calmer and more tranquil. They learn to wait, because they trust in the adult that has always catered to them in a rhythmic way, that is following a routine and a sequence in the daily care. Nothing is done in a hurry and the idea is that the necessary time is given so that the baby enjoys the experience in a pleasurable way, feeling each care received. Always talking to the baby during the daily cares, looking them in the eyes and noticing their reactions. This is because the baby notices the intent behind the words that are being said and is calmer and more cooperative when we anticipate and name, in a clear and simple way, what is happening and what is going to happen next". *Pediatra Emmi Pikler - Hungria*

This crucial section of a text by Dr. Emmi Pikler, allows us to understand the profound meaning of the word "care" and how it should be practiced by teachers during swim lessons with babies and children.

We should have this attitude daily in our lessons and not only when we welcome this baby or child and their parents in their first day of class, but at all times. In daily situations such as the substitution of a colleague, making up a class, changing levels, times or days, caring will be essential, because the affective and corporal memory of availability and receptiveness will be imprinted, for the child as well as for the parent.

A caring attitude is even more necessary when the child is afraid. It is a basic condition of caring that we explain to them what we will do, that we will help them and that they can trust

us. This attitude will help them acquire safety and tranquility to carry out their experiences in the water.

The movement of the water by itself causes in students, during the adaptation stage, a greater insecurity, because it leads to loss of balance, activating the

vestibular system even more. This leaves them more insecure and, consequently, activates the limbic system and the amygdala, which is responsible for, amongst other things, the identification of danger, generating fear and anxiety. In this moment caring is even more important, holding the student, offering them your hand, making funny sounds and or funny faces, playing, relaxing them, because this will create an emotional support, which will bring them the confidence they need to carry out the required exercise, and following through with their learning, thus avoiding not wanting to do it or wanting to leave.

Therefore, it is essential that the teacher is aware of being caring in their speech and body language, committing wholeheartedly in his actions, the relationship with the children will be more profound and better, resulting in a more pleasurable work with a positive result for the professional and, especially, the student.



**SANDRA ROSSI
MADORMO**

The valuation of life through water



WILLIAM URIZZI DE LIMA

Consensus in European countries since the sixteenth century, there is constant concern for the valuation of life through water, whether in the aspect of survival through water intake or as locomotion - ships, boats, rafts, swimming - and self-rescue.

In relation to water intake, as the global population continues to increase rapidly, the demand for fresh water follows this growth.

The demand for freshwater for agricultural, industrial and domestic use is estimated to increase by up to 50% worldwide between 2000 and 2030. Prevention is the best strategy for valuing life and with water it should be no different.

From the humanism period in the sixteenth century, the concern with the human being became a priority, either by the hygienist movement or simply by the creation of aquatic sports, European governments worried about the life of the individuals. Governmental laws established compulsory swimming lessons at age six years in schools using sport centers as support, children were taught breaststroke for survival, to keep their heads out of the water at all times, and an adapted breaststroke leg movement - one of the feet pushing water with the sole of the foot and another with the instep. It would not be difficult to adopt the European strategy in our country, since the neighborhoods that have schools generally have swimming schools that could be used on Saturdays for swimming lessons for kids at the age of 6, reducing the risk of drowning, which is the most common death among children between the ages of 1 and 4 in Brazil, according to the Ministry of Health (2004).

CAUSES OF DEATH Children between the ages of 1 and 4		
Position	Causes	Number
1st	Drowning	533
2nd	Being run over	290

Source: Ministry of Health (2004)

In 2013, I was invited by the Regional Council of Physical Education of the State of São Paulo - CREF/SP-4 to coordinate, with the assistance of employees, a protocol of procedures for swimming pool safety during classes, through a questionnaire on safety in pools during class.

SAFETY PROCEDURES PROTOCOL FOR CLASSES INSIDE A SWIMMING POOL - CREF SP-4 (2013)

Main Procedures:

- 1) Limit and define the pedagogical environment;
- 2) When the aquatic environment has several swimming pools, check that the gates that separate them are closed;
- 3) Do not trust floating teaching materials and do not believe they are synonyms of safety;
- 4) Never leave the aquatic environment before the last student leaves;
- 5) Define the student/teacher ratio in the classes;
- 6) Teach students that they can only enter the water at the teacher's command;
- 7) Avoid turning your back on students;
- 8) Avoid teaching head dives in places without the ideal depth. Special care should be taken for trampolines and jumping platforms;
- 9) Check damaged tiles and floors, sharp objects such as screws, nails, etc., and whether or not the depth of the pool is appropriate to the pedagogical level;
- 10) Check that the suction holes are closed, and that filtration drains have guardrails.

Whether as survival or as a use for classes and leisure activities, water represents life for us humans and the Physical Education professional plays an important role in valuing life through water, taking advantage of the opportunity to raise awareness among students about preservation of water sources and the prevention of accidents, after all, we only have one life and we must value it.

Lima, W. Klar, A. *Atividades Aquáticas – Pedagogia Universitária – Volume 1 – 3ª. Edição – São Paulo – Literativa – 2012.*

Lima, W. *Atividades aquáticas com segurança – Revista CREF4/SP no. 36, Ano XIV – Fevereiro 2013 – páginas 12 e 13.*

Sites: inati.com.br e sobrasa.org

Caí en el agua ... Y ahora ????

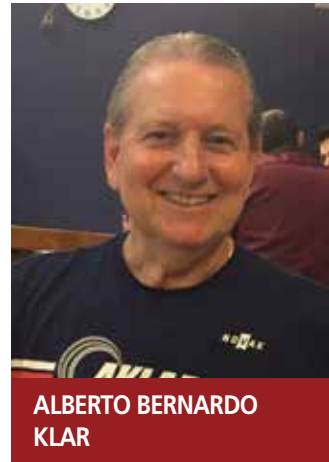
NADAR

Desplazarse en el agua sin ninguna ayuda que no sea el de la fuerza y de la habilidad del propio



SOBREVIVIR

No morir ahogado



**ALBERTO BERNARDO
KLAR**

Cuando un ser humano está frente a un hecho nuevo (caer en el agua sin intención), la primera respuesta corporal es la de entrar en un estado de TENSION. Hay factores internos y externos que podrían ser explorados de forma negativa o positiva. Ellos son:

Factores Internos:

- a- Nivel de madurez;
- b- Vivencias anteriores

Factores externos:

- a- Estado de relajamiento;
- b- Conocimientos adquiridos por un profesor.

Aprendizaje Generador de TENSION

Factores internos

- Nivel de madurez
- Vivencias anteriores

Factores externos

- Estado de relajamiento
- Conocimientos del profesor

A —————> **RTN**

Podemos afirmar que la interacción entre los factores internos y externos permitirá con que el niño pueda tener una reducción de la tensión por la necesidad de flotar.

superficie y por consecuencia la realización de desplazamientos ventrales o dorsales, alternados o simultáneos para llegar a su objetivo mayor que es el de sobrevivir.

La densidad del cuerpo es mayor que la densidad del agua, pero en la presencia de aire en los pulmones y de la musculatura relajada podremos tener una flotación parcial.

Aquafobia - trastorno psicológico caracterizado por el miedo excesivo o irracional de agua y que, la mayoría de las veces, está relacionado con algún evento traumático (Amaral Natación).

Trauma - experiencia negativa (vivencias anteriores)
Es necesario que el profesor comprenda el miedo del alumno para dirigir el procedimiento de la didáctica que será utilizado. El factor emocional es uno de los desencadenadores de la dificultad (miedo) - cognitivo - reactivo asociado a los mecanismos de supervivencia.

Miedo - latín *metus* que significa Temor. Excitación del organismo, que genera una sensación desagradable al individuo (Huber, 2000).

Lent (2001) clasifica las emociones como:

- Positiva
- Pares de emociones opuestas (alegría y tristeza)
- Experiencias únicas (desprecio)

Fobia	Ansiedad	Manifestaciones Involuntarias
Miedo específico	Terror	Boca seca
Ansiedad	Horror	Sudor
Susto	Alarma	Escalofrío
Irracional	Pánico	Tembladera

En lo que se refiere a los bebés, el refuerzo en las estimulaciones de poder vendrá en decúbito dorsal que debería ser enfatizado o reforzado. Los niños hasta los 7 años de edad, bajo el aspecto cognitivo, estarían saliendo de los movimientos más rústicos para los refinados, pudiendo así realizar variaciones entre los decúbitos ventral y dorsal, con desplazamientos hasta un lugar seguro o la ayuda de una persona mayor.

A partir de esta faja etaria, tendríamos algunos nuevos conceptos a ser orientados ya que el cerebro estaría con un mínimo de 95% de construcción donde el cognitivo podría ser más explorado, dando así el conocimiento del relajamiento muscular a través de ejercicios de comprobación de que al bucear y mantenerse tranquilo, el principio de Arquímedes ("Todo cuerpo inmerso en un fluido, recibirá un EMPUJE de abajo hacia arriba igual al volumen de la masa neta desplazada") hará que el cuerpo suba a la

El cuerpo no solamente habla, como grita... Y registra



CACILDA GONÇALVES
VELASCO

Nuestro CUERPO es la casa donde vive el sujeto, que soy yo.

En esa metáfora, podemos afirmar que una casa bonita, bien pintada y conservada retrata un cuidado especial de quien vive en ella. Lo mismo podemos decir del cuerpo, lo que vemos en el espejo

refleja nuestros hábitos de vida.

Sin embargo, queremos aquí presentar lo que “las paredes” de esta casa no muestran ... grietas internas, el tipo de estructura con la que fue construida y principalmente el clima interior. De ahí que el cuerpo también tiene sus marcas, muchas inconscientes y otras claramente identificables, donde el sujeto que habita ese cuerpo intenta cuidarlo o no... cuando la boca calla, el cuerpo habla... cuando la boca habla, el cuerpo sana.

Desde que nacemos nuestra casa está siendo construida, no solo con material propio, sino principalmente con la “geografía” alrededor. En la adolescencia ocurren grandes transformaciones. El espejo nos muestra un desconocido. El conflicto reside en el propio cuerpo, donde la necesidad de adaptación alcanza altos niveles de estrés, que pueden hacer caer por tierra los conocimientos y dominios adquiridos en la infancia.

Los cambios de la pubertad llegan distorsionando nuestra autoimagen, imponiéndole un nuevo cuerpo. Los desórdenes que surgen en el campo de la imagen corporal se derivan de dificultades

emocionales y hormonales, rápidas y nada sencillas, por lo tanto, no se trata de una pérdida de coordinación específica, sino del impacto de la libido actuando en su organismo, distanciándolo de las referencias motoras. Vivimos en una sociedad estereotipada y extrovertida. Día y noche, a través de los medios de comunicación, recibimos estímulos exageradamente eróticos, al mismo tiempo que existen muchas dificultades para enfrentar las diversidades corporales que escapan de los patrones impuestos por los medios. Tal vez por eso el adolescente tiende a cerrarse, a construir fortalezas corporales y esconderse de lo que siente.

Ya en la fase adulta, nuestro cuerpo se va quedando cada vez más mudo y podemos constatar que el cuerpo habla y no miente... lo registra todo. Cuando sentimos un dolor sea cual sea, en lo último que pensamos es que se trata de un aviso de nuestro cuerpo alertándonos que en algún sector de nuestra vida hay algo equivocado.

Hay situaciones donde nuestro comportamiento corporal demuestra la somatización realizada de mecanismos emocionales vividos. Inconscientemente no tenemos explicaciones y respuestas, pero la Psicomotricidad nos enseña que a través de los movimientos de los ojos, color de la piel, temperatura del cuerpo o movimientos sutiles de los músculos, se revela la verdadera intención de una personalidad. Por eso es muy importante aprender a conocer bien nuestro cuerpo, estando atentos a las alteraciones que él presenta, ya que nos dice exactamente dónde estamos fallando y en qué necesitamos cambiar.

Autonomía y parámetros de seguridad dentro del agua

La práctica de actividades acuáticas hace una gran diferencia en la vida de un niño, y los profesores de natación deben colaborar para que éste pueda tener autonomía en el agua. Esto, seguramente, se difundirá a otras áreas de la vida.

El niño necesita aprender a ser autónomo en muchos aspectos y la actividad acuática enseña habilidades imitativas y de resolución de problemas. En un ambiente acuático, el niño tiene la oportunidad de autoexpresarse y ser autónomo.

Alentar el deseo de independencia en las actividades acuáticas es nuestra tarea, pero padres super protectores, impiden que los niños aprovechen el ambiente a su alrededor y desalientan la independencia, por temor a que se resbalen, se caigan o se ahoguen.

De esta manera, podemos contribuir a que estos padres sepan manejar situaciones de inseguridad, guiarlos y mostrarles que los niños deben aprender a ejercitar sus deseos, elecciones, y descubrir posibilidades de movimientos que el agua les ofrece siguiendo con éxito hacia nuevas etapas.

El niño seguro de sí explora el espacio acuático con confianza y usa a los padres como base de partida para sus exploraciones y a partir de sus primeras experiencias con el agua tiene una actitud particular. Uno explora prudentemente, intenta agarrarla, saborearla; otro sin miedo se aventura y se sumerge; un tercero se aferra en los brazos de los padres, antes de intentar sus primeras exploraciones.

La piscina infantil debe ser un lugar donde el niño juega, un espacio para sus aventuras, es decir, un lugar que rompa la idea tradicional de línea y su diseño geométrico.

De este modo, para llamar la atención del niño e invitarlo al descubrimiento, la piscina debe ser de colores, pequeños juguetes flotando en la superficie, que facilitan la aproximación a las actividades y favorece que éste se separe de los padres y vaya a la búsqueda de aquello que quiere coger.

La colocación sistemática de grandes módulos de colores en el medio acuático es de extrema importancia, a fin de que el niño perciba la seguridad de la clase. De esta forma, el profesor tiene la oportunidad de descubrir las

necesidades de cada uno y observarlo, participando en actividades dirigidas por él mismo.

Cuando los equipos están en el agua, el niño parece tener mayor interés en ellos que en el miedo que podría sentir al entrar en el agua.

Así, al explorar sus habilidades, se vuelve cada vez más ágil, porque al aceptar un fallo momentáneo que modifica su equilibrio, ajusta su

plan de acción y aprende más sobre el mundo acuático y sobre él mismo. Mejora su competencia por la atención que da al efecto de sus acciones, pues el agua ofrece muchas oportunidades para modificar las respuestas mal adaptadas de él mismo.

Conviene destacar que un niño seguro de sí, también debe aceptar los límites de su autonomía y aprender a obedecer y respetar reglas y comandos.

En este caso, ayudar al niño a ser autónomo significa:

- NO TENER PRESIÓN en que él adquiera técnica y dominio en el agua;
- NO REALIZAR PARTIDAS INESPERADAS, para que el niño no pierda la confianza;
- NO QUERER QUE EL NIÑO SE SEPARE de la madre/padre, pues puede retrasar aún más la autonomía si forzamos esa separación;
- NO DRAMATIZAR SITUACIONES que puedan ocurrir (beber agua, ahogarse, tener agua en los ojos, en los oídos...) y devolver la seguridad al niño, a través de la calma, cariños y sonrisas; y
- DEJAR AL NIÑO CONDUCIR su acción a través de juegos y del placer que el agua proporciona.



**DENISE MARTINS
DE ARAÚJO**

Sarmiento & Montenegro, 1992, p.46

Langendorfer e Bruya, 1995, p.8

Conducta de los padres frente a las clases de natación infantil



**EGLE RIBEIRO
DA LUZ**

Además de cuidar del desarrollo de nuestros alumnos, también tenemos que preocuparnos por un elemento importante en nuestro cotidiano: sus padres.

Tendremos a los padres presentes tanto dentro del agua, en las clases de natación para bebés, como fuera de

ella, acompañando el desarrollo de sus hijos.

En todos los casos, los padres son muy importantes en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Debemos ver a los padres como nuestros socios, pues son ellos los grandes responsables e interesados en el desarrollo psicomotor, afectivo y social que está en evolución durante las clases de natación. Fueron ellos quienes tomaron la decisión de dejar a sus hijos en nuestras manos.

Por lo tanto, debemos, a partir del momento que este padre matriculó a su hijo, ofrecer informaciones y mantener diálogos constantes para que comprendan la propuesta pedagógica de la institución y se comprometan con su comportamiento. Esto puede hacerse a través de muchos canales y recursos como folletos informativos sobre la metodología, conversaciones informales, entrevistas, reuniones, evaluaciones y otros más.

Dentro y fuera del agua esperamos tener padres que respeten el ritmo de sus hijos, que los dejen encontrar las soluciones a los problemas y tomar sus propias decisiones. Los padres imaginativos, creativos y lúdicos, que juegan con sus hijos o que

los dejan jugar sin pensar que no están “haciendo nada”. Los padres que les dan libertad para explorar el ambiente, para aceptar o rechazar una actividad propuesta, que les permitirá ganar independencia y autonomía. Padres que no bloquean y atemorizan a sus hijos con gestos, palabras o miradas amenazadoras. Padres estimuladores, participativos y presentes. Que valoran los momentos de intercambios, de caricias y de placer. Los padres que crean límites, que dicen no, que dan explicaciones, hacen acuerdos. Los padres que saben descifrar las señales no verbales del cuerpo del hijo. Que controlan sus emociones, que superan sus temores y ofrecen confianza.

Pero los padres no son perfectos e ideales, son seres humanos que se equivocan, pero también aprenden. Hay padres superprotectores que controlan excesivamente y obstruyen el desarrollo de los hijos. Padres que sólo refuerzan las conductas de éxito y no aceptan los fracasos y frustraciones. Otros que quieren que los niños practiquen posiciones y acciones motoras tempranas anticipando su desarrollo. Los padres ansiosos que son inseguros, que tienen muchas dudas y siempre están en alerta. Padres que son muy permisivos satisfaciendo todos los deseos de los hijos y no consiguen decir no e imponer límites. Que no interactúan y son sólo espectadores. Padres que esperan de sus hijos más de lo que ellos son capaces. Y aun padres inmaduros, represores, incoherentes, inconsecuentes, que dejan a sus hijos confusos, inseguros, reprimidos.

Vamos a encontrarnos con los más diversos tipos de padres. Y deberemos estar preparados para tratar con cada uno de ellos, orientándolos y trayéndolos a “nuestro lado” con mucha paciencia, transparencia y fundamentación teórica.

Las “affordances” y el desarrollo de habilidades motoras en el medio ambiente

Un concepto en el dominio de la ciencia sirve no sólo para describir un fenómeno, sino también para explicarlo. De esta manera es importante que el concepto sea simple en el sentido de ser elegante, explicándose a sí mismo. Hay, sin embargo, conceptos pasibles de innumerables interpretaciones y en ese caso su poder de explicación es dudoso y su descripción vaga. El concepto de reflejo se refiere a una importante forma de reacción o movimiento en animales o humanos y ha sido tratado como una respuesta automática y estereotipada a algún estímulo sensorial.

Si hay problemas en la definición de lo que sería el reflejo, en la literatura de control motriz, su utilización como un concepto en la explicación del desarrollo también viene cargada de problemas. Es innegable que el concepto de reflejo es valioso en la descripción de aspectos específicos del control neural de algunos comportamientos, así como en los exámenes neurológicos para evaluar la “salud” de la estructura o de la función observada. Pensando en una utilización más amplia, de las acciones motoras, su utilización puede ser inadecuada principalmente en lo que se refiere al desarrollo motriz. En la perspectiva de la acción, los movimientos de los bebés, incluso de los recién nacidos, no pueden ser considerados como fruto solamente de los reflejos, sino de la percepción-acción e incluyen metas, planificación y motivación, por esa razón el desarrollo no sería solo una cuestión de ganancia de control de las acciones motoras y sí el de saber cómo un movimiento en particular es planeado y organizado y cómo se integra en el repertorio motor del bebé.

En este breve ensayo me refiero al concepto de “affordances” en inglés, que trata sobre el ajuste entre las capacidades de un ser humano o animal y los soportes y/u oportunidades ambientales que hacen posible una determinada acción motora.

Desde nuestro punto de vista los bebés son agentes de su propio desarrollo, es decir, ellos están muy interesados

en los estímulos visuales, son fascinados por el rostro humano, pueden alcanzar un juguete suspendido sobre su cuna y reconocer el olor, voces y canciones hasta del período fetal y por eso se esfuerzan y repiten esas acciones.

Hasta el primer año de edad, el cerebro de los bebés es muy moldeable, lo que significa que se adaptan fácilmente a su ambiente e incluso en el agua son capaces de saber actuar con lo que está a su alrededor.

Sabiendo que el ambiente acuático tiene un rico potencial para estimular la adquisición de las habilidades motoras de los niños, es a través de juegos y de múltiples formas de interacción con diferentes tipos de materiales y movimientos que ellos aprenden rápidamente a interactuar con el ambiente y las personas que los rodean. Decimos entonces que las “affordances” presentes en ese medio están favoreciendo el desarrollo del sistema de percepción-acción de los bebés.

Incorporadas a las rutinas diarias de los bebés las actividades acuáticas tienen innegables ventajas no sólo para la salud, sino también para influenciar la adquisición y el desarrollo de habilidades motoras.

El agua es un contexto importante para la interacción, es un lugar para encontrar amigos y desempeña un papel clave en el desarrollo de las capacidades motoras y sociales. Los estudios futuros deben centrarse en la evaluación de las características materiales y sociales de las “affordances” y su relación con la adquisición de las habilidades/capacidades motoras a lo largo de la vida.



PROF. DR. ERNANI XAVIER
FILHO PIRAJU UEL

Cuando la frustración y el aprendizaje andan juntos



**JOCIAN MACHADO
BUENO**

Aprender a nadar implica conquistar nuevas habilidades. Pero no siempre en una clase de natación dichas conquistas ocurren sin generar momentos de frustración, haciendo parte del aprendizaje.

La palabra frustración en nuestra sociedad tiene un lugar de negatividad, pues la conviven-

cia con el desempleo, la exclusión social y económica, la ciudadanía restringida, acaban por determinar en las prácticas educativas, como la natación, un contrato oculto en el sentido de que no podemos frustrar a nuestro alumno porque él viene para aprender. Además de la presión del sistema económico, de la culpa de los padres para promover el deseo de los hijos, la relación laboral desnivelada, trae al contexto de la clase de natación el concepto de que está prohibido frustrar al niño.

El placer y el desagrado son caras de una misma moneda y el desagrado, como sensación primaria, es evidenciado por la frustración en las situaciones en que el niño no realiza, suscitando una condición psíquica de frustración y decepción, con sensaciones de incomodidad, humillación y vergüenza, pues están relacionadas con ocasiones en que el niño intenta hacer algo que aún no consigue, o aquellas en que la conquista aún no ocurrió, como la ejecución adecuada de un nado o cruzar la piscina en un tiempo determinado, o conseguir tocar el fondo de la piscina en una inmersión.

Con esfuerzo el éxito del nado se convierte en habilidad. Sin embargo, la práctica disciplinada es neces-

ria, con la mediación del profesor, que puede ser muy gratificante como, por ejemplo, cuando vibra al ver la progresión en los fundamentos acuáticos, en el éxtasis por el buen desempeño en un desplazamiento en la piscina, entre otros.

Para ello, es necesario que la meta que debe ser alcanzada sea clara y las relaciones de poder existentes entre el profesor y el alumno garantizadoras de los pasos personales a tomar en el aprendizaje, no pudiendo representar mecanismos de coerción, donde la libertad de pensar y de ejecutar movimientos propios sea dificultada. También la concentración y la dedicación, relacionadas al tiempo de atención y de la mirada sobre el niño, con la inversión cariñosa, despertando la motivación en aquella etapa del aprendizaje, con el feedback inmediato e informativo, y no impositivo.

En el aprendizaje el profesor ayuda a los niños a comprender que los sentimientos de frustración que aparecen no representan necesariamente un indicio de que están en el camino equivocado. Intentar hacer las cosas que aún no logran, equivocándose y descubriendo lo que necesitan hacer diferente, a través de la reflexión y dirección continuadas, es la manera correcta de aprender, con la relación de confianza presente, generando la conquista de los movimientos deseados.

Cuanto menor sea la participación y el compromiso del alumno, menor será el intercambio con el medio y mayor será la frustración en el momento en que ese alumno se encuentre con situaciones que exijan de él una autonomía personal.

Con la conciencia de las dificultades y el desarrollo de las capacidades para superarlas, asociadas a los intercambios en los grupos al compartir experiencias de aprendizaje, el alumno será agente de su evolución como persona, pleno de sí y de sus posibilidades frente al medio. Por lo tanto, frustrar es también aprender a lidiar consigo mismo y con el mundo.

Algunos estímulos acuáticos afectivos y sus beneficios

Sabemos que el afecto, el cariño, el amor y el respeto al ser humano tienen una influencia muy importante en el desarrollo global de los bebés y niños. La misma importancia debemos aplicar en las clases de natación. Afectividad no debe confundirse con permisividad o falta de respeto. El buen sentido debe imperar siempre respetando la individualidad del ser. Imponer límites es demostración de amor, ofrece seguridad al niño y principalmente seguridad acuática. Los niños con exceso de libertad se vuelven jóvenes (adultos) sin noción de límites y responsabilidades.

De acuerdo con Asha Phillips, psicoterapeuta, “padres que se niegan a decir no en los momentos apropiados están robando de sus hijos la capacidad de ejercitar sus emociones. Frustración, odio, rabia, angustia, disputa y privación forman parte del aprendizaje de un niño tanto como el afecto y el cariño que él debe recibir de los padres”.

El bebé debe experimentar una relación rica de placer ofrecida por los padres, los profesores y los amigos del agua. A través de cariño y cuidados específicos él desarrolla seguridad afectiva, lo que le ayudará también en la desventura de habilidades acuáticas. A través de ellas y de la convivencia acuática puede dominar o perder la timidez, propia del temperamento. Acostumbrarse o perder el miedo de personas extrañas, poco a poco y con tranquilidad introducirlo en el grupo.

El contacto a través del toque profundiza la relación afectiva. A través de los estímulos adquiere autoconfianza, también física, enfrentando mejor las nuevas propuestas y las dificultades que pueden surgir. De acuerdo con el desarrollo psicomotor del niño se deben ofrecer las tareas y dejarlos conquistarlas por cuenta propia conforme a los objetivos solicitados, dar apoyo no significa hacer por ellos o facilitarles demasiado. Debemos preocuparnos por los riesgos posibles para que el bebé/niño no se lastime. Adquieren

autoconfianza psicológica, enfrentando nuevos desafíos y aprenden a enfrentar mejor las frustraciones. Desarrolla autoconocimiento e independencia, alcanzando gradualmente su autonomía. Se siente importante como centro de atención, pero aprende a dividirla con otros. Percibe más las emociones -triste, alegre, bravo, feliz-, de quien lo rodea.

A través de las experiencias emocionales también vive las cualidades físicas del agua. Observando los movimientos de los otros bebés, de los padres y del profesor, percibiendo el ritmo, la velocidad de movimiento, imitándolos. Cuando se siente seguro la exploración y el interés por el medio ambiente se fortalece. A través de los estímulos afectivos desarrolla su concentración y atención. La afectividad a través de la mirada, la conversación, el toque, el canto, los ojos en los ojos, son un intercambio enriquecedor para los bebés/niños.

Los padres justifican la falta de límites, con “pobrecito, es tan pequeño”... Los padres deben ser ponderados y flexibles, firmes y determinados. Los límites y las privaciones forman parte de la vida a partir del momento en que fuimos generados. Es crimen entrenarlos para quemar etapas, el desarrollo es una secuencia cuidadosamente planificada por la naturaleza. El entrenamiento precoz puede generar ansiedad y problemas emocionales que perjudican su desarrollo físico e intelectual.

No confundir afecto con sobreprotección, ni imponer límites con agresión.



**JULIANA C.
JANSSEN BARBOSA**

El respeto a la individualidad para superar las dificultades



PAULO ANDRÉ POLI DE FIGUEIREDO

Dificultades, desafíos y novedades aparecen para el niño a todo momento. Es a través de la adaptación y la búsqueda de alternativas a estas situaciones que él descubre y desarrolla su potencial.

En este camino, él descubrirá el placer de la realización. Cuanto

más dificultades superamos, más desafíos queremos encarar. Cuanto más nuevas situaciones dominamos, mayor será nuestra curiosidad. Cuanto más comprendemos el mundo que nos rodea, mayor será nuestra posibilidad de superar dificultades.

Sin embargo, una dificultad no superada, un desafío desproporcionado o una novedad amenazadora, puede llevarlo a la incómoda situación de la frustración e inhibición de su iniciativa. Muchas veces, esto sucede porque no tiene la madurez necesaria para realizar ciertas tareas o el desafío no concuerda con su característica. Exponerlo a una situación que no está preparado, no es un desafío, sino una invitación al fracaso. Respetar las diferencias y características es la base para el éxito en el proceso de desarrollo.

Las características individuales influyen directamente el trabajo del profesor de natación. Algunos niños son fáciles y responden positivamente a nuevos eventos, son más sonrientes e interactúan naturalmente, otros, son más llorosos y reaccionan negativamente a las novedades y son de difícil in-

teracción. Hay todavía, los que muestran una resistencia inicial pero luego aceptan y disfrutan de las propuestas.

El vigor con que el niño responde a los estímulos es una característica marcante. Al entrar en la piscina, algunos empiezan a explorar, golpeando sus manos en el agua y moviendo sus pies; otros apenas observan y sus respuestas son más blandas. La agitación de un niño puede influenciar a la clase entera. La autoridad del profesor será a menudo probada. Él deberá, por lo tanto, proceder con firmeza y definir reglas claras para un mejor control de la clase.

La timidez puede ser un complicador y el primer contacto debe ser muy sutil. La búsqueda de la mirada, una leve sonrisa, un tono de voz tranquilo y seguro, el mantenimiento de una distancia que permita al niño observar al profesor, evitando un contacto mayor, podrá ayudar a uno más tímido a aceptar la intervención del profesor.

La curiosidad hace que él explore el ambiente. Para este tipo de niños, las actividades libres pueden ser muy provechosas; sin embargo, para algunos con falta de iniciativa, las actividades dirigidas pueden rendir más y ayudarlos a explorar el medio.

Por lo tanto, identificar la característica individual del niño y moldearse a ella es fundamental para el éxito del programa de natación, además de ayudarlo a superar dificultades y crear un ambiente propicio para su desarrollo.

Buscamos una natación libre de traumas, donde el proceso de aprendizaje y dominio del medio respete los límites y su individualidad.

El llanto del niño en la natación

“No quiero que mi hijo lllore en la natación, ya que no quiero traumatizarlo”.

Esta frase ha sido oída muchas veces por padres de esta nueva generación, pues existe una angustia permanente que deja a las familias estresadas en relación a los hijos que lloran en las clases de natación. Sabemos que los padres y madres quieren lo mejor para sus hijos y no desean ver a sus pequeños infelices, entonces si el niño está en un ambiente de seguridad, acogedor y con afecto no hay qué temer. El llanto es un medio importante de comunicación de los bebés y los niños pequeños. Él desempeña un papel crucial para la supervivencia, la salud y el desarrollo sano del niño. Saber discernir sus diversas sutilezas es esencial para atender eficazmente a las necesidades del niño y tranquilizar a los padres.

Llorar forma parte del proceso de maduración de los niños pequeños. Es el llanto de lo nuevo, el llanto de la adaptación, el llanto del niño que está rompiendo con un mundo restringido a la convivencia de la familia, para el descubrimiento de un mundo donde nuevas relaciones serán construidas. Este niño va a la guardería, escuela, ballet, natación... él va al mundo y con eso muchas emociones y transformaciones vendrán.

Los profesionales de natación infantil necesitan acoger al niño que llora y relacionarse verdaderamente con él, en un

ambiente confortable, seguro y divertido. Mostrarle a los padres que están haciendo la elección correcta al matricular a su hijo donde hay profesionales especializados, un proyecto pedagógico serio, que respeta el tiempo, la individualidad y ofrece clases que son experiencias descubiertas en el agua de forma positiva. Si el niño no tiene ninguna enfermedad, discapacidad o comportamiento que pueda ser considerado especial, si no es un llanto crecientemente e intenso, si el profesional muestra conocimiento y establece lazos de confianza con la familia, diferenciando el llanto del trauma del llanto común de un niño que está en pleno proceso de desarrollo, no hay qué temer.

Crecer no es traumático si existe una familia presente, que hace buenas elecciones, que apoya y dialoga. La clase de natación bien conducida, profesionales competentes y un ambiente acogedor contribuyen a un proceso de crecimiento sano, permitiendo de esta manera la formación de un individuo más seguro y feliz.



**RENATA
RODRIGUES**

La importancia de la acogida



**SANDRA ROSSI
MADORMO**

Cuando el ritmo de los cuidados diarios se repite, el bebé se siente más seguro y el ambiente se vuelve más calmo y tranquilo. Ellos aprenden a esperar, porque confían en el adulto que siempre los atendió de forma rítmica, es decir, siguiendo una rutina y una secuencia

en los cuidados cotidianos. Nada se hace con prisa y apuro y la orientación es que se dé el tiempo necesario para que el bebé aproveche la experiencia de forma placentera, sintiendo cada cuidado que recibe. Siempre hablando con él durante el cuidado diario, mirándolo a los ojos y fijándose en sus reacciones. Esto porque él capta la intención detrás de las palabras que se le dicen y se muestra más tranquilo y colaborativo cuando anticipamos y nombramos de forma clara y sencilla lo que está pasando y lo que va a suceder enseñada". Peditra EmmiPikler – Hungría

Este trecho importante de un texto de la Dra. EmmiPikler, nos permite entender el profundo significado de la palabra acogida y cuánto debe ser practicado por los profesores en las clases de natación con bebés y niños.

Debemos tener esta postura diariamente en nuestras clases y no solo cuando recibimos a este bebé o niño y sus padres en su primer día de clase, sino en todos los momentos. En situaciones cotidianas del profesor como una sustitución de un compañero, una reposición de

clase, un cambio de nivel, horario o día, la acogida será fundamental, pues el recuerdo afectivo y corporal de disponibilidad y receptividad quedará grabado, tanto para el niño como para el acompañante.

La postura acogedora es aún más necesaria cuando el niño tiene miedo. Es condición básica para la acogida, explicarle lo que vamos a hacer, que vamos a ayudarlo y que puede confiar en nosotros. Esta actitud le ayudará a adquirir seguridad y tranquilidad para la secuencia de su convivencia con el agua.

El movimiento del agua, por sí solo, provoca en los alumnos, en fase de adaptación, una inseguridad mayor, pues provoca su desequilibrio, activando aún más el sistema vestibular. Esto le deja más inseguro y por consiguiente, activa el sistema límbico y la amigdalina cerebral, que es responsable entre otras cosas, por la identificación del peligro, generando miedo y ansiedad. En este momento es aún más importante la acogida, sosteniéndolo, dándole la mano, haciendo sonidos divertidos y muecas graciosas, jugando, relajándose, pues esto generará un soporte emocional, que le traerá la confianza para que prosiga el ejercicio solicitado dando continuidad a su aprendizaje, evitando así el no querer hacerlo o incluso querer irse.

Por lo tanto, es fundamental que el profesor tenga conciencia de que si es acogedor al hablar y en la expresión corporal, si se entrega de corazón en sus acciones, las relaciones con los niños serán más profundas y mejores, resultando en un trabajo más placentero con resultado positivo para el profesional y, especialmente, para el alumno.

La valorización de la vida a través del agua

Consenso en los países europeos desde 1.500, siglo XVI, es constante la preocupación con la valorización de la vida a través del agua, sea en el aspecto de supervivencia a través de la ingestión o como locomoción -navíos, barcos, balsas, nadando - y auto rescate.

En cuanto a la ingestión, a medida que la población global continúa aumentando rápidamente, la demanda de agua dulce acompaña ese crecimiento. Se estima que el aumento en la demanda de agua dulce para uso agrícola, industrial y doméstico aumente en hasta un 50% en todo el mundo entre 2000 y 2030. La prevención es la mejor estrategia para la valorización de la vida y con el agua no debería ser diferente. A partir del humanismo, siglo XVI, la preocupación con el ser humano pasó a ser prioridad, ya sea por el higienismo o simplemente por la práctica deportiva acuática, los gobiernos europeos se preocupaban por la vida de los individuos. Las leyes gubernamentales establecían clases obligatorias de natación desde los seis años de edad, utilizando como apoyo los centros deportivos, se aprendía en la escuela el nado pecho de supervivencia, con la cabeza fuera del agua todo el tiempo y una pernada de pecho adaptada -uno de los pies empujando agua con la planta y el otro con el pecho del pie-. En nuestro país no sería difícil adoptar la estrategia de los europeos, pues en los barrios donde encontramos colegios también hay escuelas de natación que podrían ser utilizadas los sábados con clases de natación para la población de seis años, evitando que la situación del ahogamiento ocupe la primera la colocación entre las causas de muertes en Brasil, con niños de 01 a 04 años, según el Ministerio de Salud (2004).

CAUSAS DE MUERTES Niños de 01 a 04 años

Posición	Causas	Número
1º	Ahogameintos	533
2º	Atropellamientos	290

Fuente: Ministerio de Salud (2004)

En 2013 fui invitado por el Consejo Regional de Educación Física del Estado de São Paulo CREF / SP-4 a coordinar con el auxilio de colaboradores, un protocolo de procedimientos para la seguridad en las piscinas durante las clases, a través de un cuestionario sobre este tema en las piscinas en el período de clases.

PROTOCOLO DE PROCEDIMIENTOS PARA LA SEGURIDAD EN LAS PISCINAS DURANTE LAS CLASES -CREF SP-4 (2013)

Principales Procedimientos:

- 1) Limitar y definir el entorno pedagógico;
- 2) Cuando el ambiente acuático está conformado por varias piscinas, comprobar que las puertas que las separan están cerradas;
- 3) No confiar en los materiales pedagógicos flotantes y no pensar que son sinónimos de seguridad;
- 4) Nunca dejar el ambiente acuático, antes de la salida del último alumno;
- 5) Definir la relación alumno/profesor en las clases;
- 6) Enseñar a los alumnos que sólo se debe entrar en el agua al mando del profesor;
- 7) Evitar darle la espalda a los alumnos;
- 8) Evitar enseñar las inmersiones de cabeza -clavados- en los lugares sin la profundidad ideal. Los cuidados especiales deben ser tomados para trampolines y plataformas de saltos;
- 9) Verificar los azulejos y pisos dañados, objetos puntiagudos como tornillos, clavos, etc., y la profundidad de la piscina adecuada al nivel pedagógico;
- 10) Verificar que los agujeros de aspiración estén cerrados, y que los desagües de filtración estén con la rejilla de protección. Ya sea como supervivencia alimentar o como medio de utilización para clases y actividades de ocio el agua representa vida para nosotros seres humanos y el profesional de Educación Física tiene un papel importante en la valorización de la vida a través de ella, aprovechando la oportunidad de concientizar a sus alumnos en cuanto a la preservación de los manantiales y en la prevención de accidentes, después de todo la vida es única y tenemos que valorarla.



WILLIAM URIZZI DE LIMA

Lima, W. Klar, A. *Atividades Aquáticas – Pedagogia Universitária – Volume I – 3ª. Edição – São Paulo – Literativa – 2012.*

Lima, W. *Atividades aquáticas com segurança – Revista CREF4/SP no. 36, Ano XIV – Fevereiro 2013 – páginas 12 e 13.*

Sites: inati.com.br - sobrasa.org

Cumprindo sua missão

Cumpliendo con su misión
Fulfilling it's mission



“Ajudar a criar condições para que o mercado se desenvolva através da disseminação de informação, na conscientização da segurança aquática, no fomento à pesquisa, na formação de profissionais, na preservação da história e no reconhecimento dos profissionais que atuam na Natação Infantil.”

“The mission is to help creating conditions for the market to develop itself through the dissemination of information. Based on water saving awareness, fostering research, qualification of professionals, preservation of history and recognition involving those who work with Infant Swimming.”

“Ayudar a crear las condiciones para que el mercado se desarrolle a través de la difusión de la información, en la conciencia de seguridad acuática, en el fomento a la investigación, en la formación de profesionales, en la preservación de la historia y en el reconocimiento de los profesionales que trabajan en la Natación Infantil.”