

MF10 3099



FACULDADE PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTAVEL DA AMAZÔNIA  
COORDENAÇÃO DO CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

**BRUNA CARVALHO LIMA**



**NATAÇÃO PARA BEBÊS: A SUA IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS  
PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DOS BEBÊS**



797.21  
L732u  
2021  
Ex.2  
Consulta

**PARAUPEBAS**

**2021**

**BRUNA CARVALHO LIMA**



**NATAÇÃO PARA BEBÊS: A SUA IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS  
PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DOS BEBÊS**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado à Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso Bacharelado em Educação Física, para obtenção do Título de Bacharel.

Orientador: Prof.<sup>a</sup> Juliana Maria Silva de Oliveira  
Autor: Bruna Carvalho Lima

**PARAUPEBAS**

**2021**

**BRUNA CARVALHO LIMA**

**NATAÇÃO PARA BEBÊS: A SUA IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS  
PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DOS BEBÊS**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado a Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia (FADESA), como parte das exigências do Programa do Curso de Bacharelado em Educação Física, para obtenção do Título de Bacharel.

APROVADA: \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. (Edilberto Serpa)

---

Prof. Me.(Uallace)

---

Prof. (Juliana Maria)  
Orientador - FADESA

*Dedico a Deus por sempre me dar forças  
durante essa jornada, e a minha família que  
sempre esteve comigo.*

## AGRADECIMENTOS

Eu Bruna Carvalho Lima, quero aqui agradecer primeiramente a Deus pela oportunidade concedida de alcançar este sonho, que de fato hoje sou uma pessoa muito realizada por chegar a este ponta que foi a minha caminhada.

E dar a ele o mérito de toda honra e toda gloria que seja dada somente a ele tudo que vivi serviu de aprendizado cada noite que passei em claro, os momentos de dificuldades foram necessários para o meu aprendizado. Minha prima Sara Debora Carvalho que sempre esteve comigo, desde o inicio dessa jornada me dando apoio e incentivando. A minha família que nunca me desamparou, sempre esteve comigo nos bons e maus momentos da vid por cada palavra de conforto e por acreditarem em mim, pois sem eles não teria chegado até onde cheguei.

Aos meus amigos Cleudiane Barreto, Frank Barros e o Marcelo Cunha que sempre me apoiaram, nesses quatro anos de jornadas me deram forças para eu nuncadesistir dessa caminhada colegas estes que vou leva para toda vida. Aos meus professores, por serem paciente pois sem eles, isso não seria possível, pois foi através dos seus conhecimentos e ensinamentos que pude aprender mais.

Quero também agradecer minha orientadora professora Juliana Maria, por me ajudar, pois, foi essencial os momentos em que estivemos juntas a prestação do seu conhecimento, serei eternamente grata por sua disponibilidade e suas palavras de incentivo, mesmo no momento a qual quis desistir você sempre esteve por perto para me motivar e da palavras de conforto, suas experiências serviram para que e pudesse me expirar cada dia mais, foram anos de convivência, quem diria que um dia fossemos nos encontra novamente em sala de aula e hoje parceiras de profissão.

As dificuldades foram grandes, e as vezes nem acredito que conseguir chegar onde cheguei e é surpreendente o quanto Deus trabalha em nossas vidas, obrigado novamente meu pai eterno, dou graças a cada conquista que o senhor Jesus Cristo me concedeu.

**"Não tente se tornar uma pessoa de  
sucesso, mais sim uma pessoa de  
valor" ...**

**Albert Einstein**

## RESUMO

A prática de natação é uma modalidade muito antiga, era usada pelos nossos antepassados como um meio de sobrevivência, assim como a pesca e caça. As atividades aquáticas podem ser praticadas por todos os públicos. Segundo Carvalho (1994) saber nadar é fundamentalmente ser capaz de flutuar e deslocar-se na água sem recursos a apoios fixos ou a meios auxiliares de sustentação. A pesquisa teve como objetivo analisar as fases do desenvolvimento motor adquiridos durante o percurso realizado no meio líquido, tanto nos benefícios quanto na qualidade de vida futura para esses indivíduos, evitando possíveis doenças são inúmeros os benefícios que ela pode proporcionar desde condicionamento respiratório, ajuda na qualidade de vida, estimulam o desenvolvimento motor cognitivo, trabalham o equilíbrio e a coordenação motora, promovem o fortalecimento da musculatura. Nesta fase, o movimento é extremamente fundamental para que os bebês se desenvolvam continuamente aquisição dos movimentos voluntários mostram-se variável no ritmo, em função de restrição de ordem do bebê do ambiente e da tarefa. O presente estudo tem como motivação levar as informações precisa da importância da natação para os bebês pois o desenvolvimento motor aquático consisti em algumas mudanças ao longo da vida possibilitando uma melhora na qualidade. Segundo Connolly (2000), para o autor o desenvolvimento motor se torna uma ação que levamos para o resto da vida e é algo individual.

**Palavras-chave:** . Bebês. Benefícios. Desenvolvimento Motor. Natação

## ABSTRACT

The practice of swimming is a very old sport, it was used by our ancestors as a means of survival, as well as fishing and hunting. Water activities can be practiced by all audiences. According to Carvalho (1994), knowing how to swim is fundamentally being able to float and move in the water without resources for fixed supports or auxiliary means of support. The research aimed to analyze the phases of motor development acquired during the journey carried out in the liquid environment, both in terms of benefits and future quality of life for these individuals, avoiding possible diseases. quality of life, stimulate cognitive motor development, work balance and motor coordination, promote muscle strengthening. At this stage, movement is extremely fundamental for babies to develop continuously. The acquisition of voluntary movements is variable in rhythm, due to the restriction of the baby's order of the environment and the task. The present study is motivated to provide accurate information on the importance of swimming for babies, as the water bike development consists of some changes throughout life, enabling an improvement in quality. According to Connolly (2000), for the author, motor development becomes an action that we take for the rest of our lives and is something individual.

**Key words:** Babies. Benefits. Motor development. Swimming



## Sumário

<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>10</b>
<b>2. REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	<b>12</b>
2.1 HISTÓRIA DA NATAÇÃO .....	12
2.2 NATAÇÃO PARA OS BEBÊS .....	13
2.3 A NATAÇÃO E OS PROCESSOS DO DESENVOLVIMENTO MOTOR NA PRIMEIRA INFÂNCIA.....	14
2.4 DESENVOLVIMENTO MOTOR .....	16
2.5 OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO .....	18
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	<b>19</b>
3.1 TIPO DE ESTUDO.....	19
3.2 COLETA DE DADOS.....	19
3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS DE COLETAS DE DADOS.....	19
3.4 ANÁLISE DOS DADOS .....	20
3.5 ASPECTOS ÉTICOS .....	20
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	<b>22</b>
4.1 NATAÇÃO PARA BEBÊS: A SUA IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DOS BEBÊS.....	22
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	<b>25</b>
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	<b>26</b>

## INTRODUÇÃO

A prática de natação é uma modalidade muito antiga, foi usada pelos nossos antepassados como um meio de sobrevivência, assim como a pesca e a caça tinha como interesse atender as necessidades. Com o passar do tempo a natação foi ganhando seu espaço tornando-se uma atividade de lazer e esportiva, pelo fato de ter grandes benefícios pois ajuda a melhorar a qualidade de vida, condicionamento físico, coordenação motora, o cardiorespiratório e a flexibilidade, e por conta de todos esses motivos a pratica dessa modalidade vem aumentando devivo ser uma atividade de baixo impacto. As atividades aquáticas podem ser praticadas por todos os públicos pois exigem poucas restrições (MOURA JR., 2000).

Para o publico infantil a natação pode começar bem cedo, estudos afirma que os primeiros reflexos dos movimentos são visiveis na primeira infância, pois estimula o apitite do bebê, a uma preparação neurologica e piscicologica nessa fase além de ajudar no auto-salvamento. "Busca-se, desde a mais tenra idade, dar condições para que os pequeninos também possam aproveitar-se dos benefícios das atividades aquáticas e aprender as primeiras lições de auto salvamento". (De LIMA, 2003).

Para os bebês a natação é de extrema importância, pois é neste periodo em que os pais deve ser mais presente, e ela se torna um momento em que as crianças constroem a propria imagem corporal e a dos pais. Para Mc Graw (1993) os bebes apresentam um comportamento semelhante aos de outros mamíferos quadrúpedes mantendo um bom domínio de postura na locomoção. É importânte a natação para os bebês pois o desenvolvimentomotor aquático consisti em algumas mudanças ao longo da vida, possibilitando uma melhora na qualidade de vida tendo progressão ao longo do tempo.

O presente estudo tem relevância visto que busca sanar e apresentar os resultados dos pontos a serem considerados quanto a importância e os benefícios que a natação pode proporcionar a vida de um bebê, visto que esta fases de desenvolvimento é uma fases de grande mudanças físicas. A pesquisa teve como objetivo analisar as fases do desenvolvimento motor adquiridos e realizados no meio liquido e seus benefícios para ma boa qualidade de vida futura.

A presente pesquisa trata-se de abordagem qualitativa, e bibliografica, a qual foi possivel levantar dados certificano o assunto abordado no estudo. As fontes de

pesquisas que foram utilizadas para a realização do presente estudo, foram sites acadêmicos, artigos e livros fizeram presente.

O ensino da natação mostra que ela é uma atividade que continua proporcionando diversos benefícios sendo assim realizado com a presença de profissionais qualificados na área de educação física, possuem entendimento tanto da técnica de ensino quanto das áreas complementares, como o desenvolvimento que esta sendo abordado aqui. (de LIMA, 2003).

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 HISTÓRIA DA NATAÇÃO

A realização da prática da natação já é bem antiga vem desde a pré-história, historiadores relatam tal afirmação devido a algumas pinturas rupestres que foram deixadas ao longo dos tempo, por volta de 7.000 anos atrás. A natação tinha o objetivo de atender as necessidades de sobrevivência dos homens e animais. Originalmente ela foi propagada por esse motivo. A sua característica principal são os movimentos de braçadas e pernadas coordenadas dentro da água e assim já era praticadas em comunidades primitivas.

No ano de 1800 na Europa a natação deu se inicios a primeira competição, onde so ano de 1896 na cidade de Atenas a natação fez parte dos primeiros Jogos Olímpicos, no ano 1908 foi fundada a Federação Internacional de Natação (FINA).

Segundo Carvalho (1994) a tecnica de saber nadar, flutuar, ou se deslocar sem usar nem um recurso, ou ate mesmo apoios fixos para uma sustentação no meio liquido, da ao aluno uma seguração. Caso isso não ocorra existem a tecnicas de iniciação, adaptação ao meio líquido que requer um conjunto de tecnicas que nelas exigem, coordenação motora, equilíbrio, respiração, e noção de espaço que axialia no bom desempenho.

Antigamente, a natação era considerada um pré-requisito fundamental na formação de jovens e dos soldados gregos, pois ajudava na forma fisica de toda uma população. Neste tempo, o exercício dentro da água funcionava como um aprimoramento pessoal e não como uma modalidade esportiva.(LEWIN, 1979; RODRIGUEZ, 1997).

A natação era um pré requisito, considerado fundamental na formação de jovens soldados gregos, uma vez que ela era usada para a manutenção da forma fisica da população.

Na Grécia antiga, os romanos praticavam a natação como um meio de treinamento dos soldados, as atividades eram realizadas em rios e piscinas (PERINAZZO, 2000), já no Brasil, os indios pratavam a natação como meio de transporte, pesca, caça e lazer (ARAÚJO JR, 1993). Com isso a pratica da modalidade foi crescendo, e ganhando espaço de modo que a atividade pode ser realizada por qualquer pessoa. A pratica da modalidade foi oficializada no ano

de 1897 no Brasil, quatro clubes do Rio de Janeiro (Botafogo, Gragoatá, Icarai e Flamengo) criaram a URF (União de Regatas Fluminense). Já em 1908 foi fundada a Federação Internacional de Natação (FINA) e depois de alguns anos surgiu a Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos (CBDA). (SANTOS, 2010).

## 2.2 NATAÇÃO PARA OS BEBÊS

Para Abrantes (2012) a periodização consiste em histórico cultural é definido por épocas, que consiste Primeira Infância (36 meses). Qual a idade correta de se iniciar a natação? Segundo Fouace (1980) citado por Barbosa (2001) consiste nas aulas de natação para a primeira infância que devem ter seu início aos três meses de vida, pois é quando consegue sustentar sua cabeça e terminar aos 36 meses, já Sarmento (1992) determina que o início da atividade é a partir dos seis meses, pois é neste período que o bebê já estará com suas vacinas tomadas e seu término aos 36 meses, seguindo a literatura que determina de 24 a 36 meses de idade. (SAAVEDRA; ESCALANTE; RODRÍGUEZ, 2003).

Quando começar, e porque “ensinar”. Entende-se que após o nascimento as vacinas são necessárias pois os bebês tornam-se mais ricos em anticorpos, aumentando seu sistema imunológico, não prejudicando seu organismo podendo assim proporcionando uma melhor defesa para a defesa do seu organismo. (SAAVEDRA; ESCALANTE; RODRÍGUEZ, 2003).

Segundo Pereira (2009), as modalidades aquáticas devem conter atividades lúdicas pois elas ajudam nas descobertas sensoriais e motoras trabalhadas no ambiente, a segurança e atenção deve ser essencial, quando se trata de bebês e crianças os pais e professores precisam estar atentos quando se refere a este público. A natação para os bebês podem antecipar algumas capacidades até mesmo a fase da postura de como ficar em pé esse desenvolvimento exige algumas aptidões, é através do desenvolvimento que acontece dentro da água que acontece o processo de maturação, aprimoramento dos reflexos da coordenação motora. A natação proporciona melhorias na capacidade do nível motor, tornando mais ativos com isso ajuda a melhorar o domínio cognitivo. As atividades aquáticas, aumentam o conhecimento e domínio corporal, trazem um nível maior de segurança, trazendo consigo uma comunicação tanto para os bebês, crianças e adultos visando uma qualidade de vida de um modo geral.

Para alguns autores a natação serve como um suporte de segurança em quanto bebê, podendo evitando possíveis acidentes graves, além proporciona competências motoras no meio líquido podendo beneficiar o seu desenvolvimento integral, também favorece a consciência do bebê em relação a si mesmo. (SAAVEDRA; ESCALANTE; RODRÍGUEZ, 2003).

Segundo Bresges (1980), o bebê não aprende a nadar assim que entra em contato com o meio líquido, a princípio é necessário passar por um processo pedagógico que exige uma série de fundamentos e um processo de aprendizado, assim faz com que haja aperfeiçoamento em suas habilidades de como trabalhar a respiração, flutuação podendo evitar riscos de afogamento. Quanto mais cedo o bebê for encaminhado à a prática da natação, terá elevada sua aptidão psicomotora, pois esse tipo de atividade funciona como um pré-estímulo motor, conseguindo fazer alguns exercício que não conseguiria fora da água.

Para Gallahue e Ozmun (2003), as atividades no meio líquido para bebês ajudam na formação de modificações nervosas além da estimulação motora e sensorial das atividades exercidas na água, alguns estímulos são desenvolvidos nas ramificações dos neurônios quando crescer, e unem-se a outros neurônios aumentando o número de sinapses que é: conexão por onde segue as informações, tendo assim a possibilidade de desenvolver capacidade de memorização. As adaptações dos estímulo e resposta, acontece quando o bebê entra na fase da criança é quando expande seu acervo sensorio motor, mais adaptativo fazendo assim crescer o nível de inteligente, de maneira agradável e motivadora.

## 2.3 A NATAÇÃO E OS PROCESSOS DO DESENVOLVIMENTO MOTOR

### NAPRIMEIRA INFÂNCIA

A natação é uma forma de desenvolver o bebê de jeito excelente sendo que os resultados aparecem de maneira leve e divertida. É importante que seja desenvolvida na primeira infância, pois nesta fase algumas mudanças parecem estar ligadas aos aspecto físicos e padrões e comportamentos, incluindo prontidão que vem dominar algumas habilidades como: engatinhar, caminhar e correr. (PEREIRA, 2009).

A água proporciona ao bebê um leque de opções de movimentos, quando o

bebê entrar em contato com motricidade ele pode, caminhar mais cedo, e com isso ajuda melhor desenvolvimento neuromotor, uma vez que é proporcionado o número de sensações são importantes. (LIMA, 2003).

Aquisição das habilidades aquáticas básicas. Segundo Navarro (1995), segue-se a fase dos saltos, rotações, movimento, equilíbrio, empurrar são fatores essenciais para o início da prática da natação. As manipulações, que também abrangem os lançamentos e as recepções, é uma etapa muito importante, pois representa os pré-requisitos algumas habilidades motoras que são realizadas no meio líquido podem ser aperfeiçoadas, com a introdução de técnicas de nado.

O domínio da aprendizagem do desenvolvimento motor, são habilidades motoras básicas que exige pré-requisito para uma aquisição, de algumas habilidades mais complexas e específicas como são as desportivas. (Barbosa, 2001).

De acordo com Cirigliano (1981), citado por Raiol e Raiol (2010), é neste período que o professor passa a explorar os reflexos naturais do bebê. O amadurecimento faz com que vários reflexos sejam inibidos e com o passar do tempo venha desaparecer. Os reflexos no processo de aprendizagem da natação faz com que bebê realize movimentos de pernas e braços. Quando acontece esse reflexo do bloqueio da glote que impede que a água chegue até aos pulmões faz com que desapareça por volta dos 10 a 12 meses. O reflexo de preensão se dá quando a palma da mão é estimulada, gerando a flexão dos dedos, e por fim a mão fecha, desaparecendo por volta dos 3 a 4 meses. Reflexo de paraquedas se cair na piscina, isso na primeira infância é quando o bebê estende os braços, protegendo o rosto. Reflexo de moro, consiste na adução e abdução dos braços, acompanhado de choro, essa fase desaparece por volta dos 4 meses. Em seguida o reflexo de endireitamento é o reflexo que provocado por pressão dos pés, que corresponde a verticalização das pernas e do tronco fazendo leve movimento de rotação do tronco e a parte inferior do corpo.

Os autores Pereira (2009) e Breges (1980) citam que é no período da gestação, enquanto o bebê está no meio líquido se inicia os seus primeiros movimentos natatórios são movimentos lentos de baixa intensidade, movimentos estes involuntários, pelo fato de espaço ser pequeno, até mesmo na hora do nascimento é possível que execute movimentos bruscos. Afirmar que uma mulher grávida ouça e sinta os movimentos de seu bebê são bastante bruscos, porém se for ver o espaço que o bebê tem dentro da placenta é bem reduzido, deixando espaço

somente para movimentos desordenados involuntários.

Pereira (2009) afirma que a diferenças no processo do desenvolvimento motor e é possível observar em bebês de diferentes culturas. A motricidade segue em discussão pois a mesma é aliada com o tema do desenvolvimento motor que justamente faz parte do estudo do homem e seu corpo em movimento. As atividades aquáticas é de extrema importância para os bebês, ao descobrir do seu corpo, num meio onde ele consegue se deslocar quase completamente de um local, dá a ele a liberdade e e autonomia, podendo ver um mundo que a em seu redor. A fase da motricidade fará com que o bebê no meio liquido, desenvolva todos os elementos o equilíbrio corporal até sua noção no liquido para sua coordenação de movimentos. O desenvolvimento motor faz parte do dia a dia do bebê quanto para um adulto, conforme vai se passando o tempo vai criando um nivel de maturidade para as próximas fases, movimentos como engatinhar, manipular e andar. São esses movimentos alçados que levam os aperfeiçoamento nas habilidades que revelam os periodos e as fases que estão vivendo. Para Matos (2009) afirma, que os bebês realizam séries movimentos que proporcina uma grande satisfação mediante as suas necessidades, fase movimentação é muito importante pois é nela que encontramos a satisfações das necessidades primárias e fundamentais.

Não é que natação antecipa as fases de desenvolvimento motor dos bebês. Simplimente a natação ela vem auxiliar na coordenação dos movimentos na primeira infância, pois estimula alguns movimentos qe de acordo com sua capacidade e sua fase motora, abre espaço para a capacidade de realizar outros movimentos de sua faixa etária. (GALLAHUE, 2013).

## 2.4 DESENVOLVIMENTO MOTOR

Segundo Gallahue (2013) define-se que o desenvolvimento motor é a mudança contínua do comportamento motor ao longo do ciclo da vida, se dá pela interação de exigências do nosso comportamento da tarefa motora, a biologia de cada indivíduo varia com as condições de cada ambiente a uma diferenciação dos termos crescimento e desenvolvimento, usando o mesmo sentido de tecnicas. Para Gallahue (2013) diferencia o crescimento do desenvolvimento pois a um sentido puro enquanto ao crescimento que se refere ao aumento do tamanho do corpo do indivíduo ou de suas partes durante a maturação. Em outras palavras, crescimento



físico é o aumento na estrutura do corpo provocado pela multiplicação ou aumento das células. O desenvolvimento no seu sentido mais puro refere-se a mudanças no nível de funcionamento do indivíduo ao decorrer do tempo.

Segundo Connolly (2000), para o autor o desenvolvimento motor se torna uma ação que levamos para o resto da vida algo biológico. Contudo, proporciona uma realização de atividades diárias. Neste caso desenvolvimento motor é alteração que tem uma sequência lógica, indo do mais fácil para o mais complexo, se proporcionando uma ordem de seguintes etapas, tem uma sequência muito importante de execução de movimento crescente, com isso se torna uma ferramenta de suma importância e indispensável para a demonstração da ordem do movimento.

Algumas habilidades motoras é um comportamento relacionado ao desenvolvimento motor, tem como objetivo, compreender e entender as tentativas de locomoção em várias formas e várias direções, com isso realizando uma atividade motivadora para o domínio de um movimento. Segundo Gallahue e Ozmun (2002), o desenvolvimento motor é uma formação contínua de alteração no comportamento motor ao longo da vida, proporcionada pela participação na necessidade da tarefa. Já Bresges (1980), define o desenvolvimento motor como uma transformação de movimentos que atua ao longo da vida. E isso está baseado no processo de mudanças diárias relacionando aos ambientes e tarefas que realizamos no decorrer do dia é o processo que os seres humanos adquirem ao longo da vida.

Os movimentos estabilizadores são aqueles que em sentido mais restrito, não locomotor e não manipulativo. A categoria inclui movimentos como girar, virar-se, empurrar e puxar, que não pode ser classificada como locomotores ou manipulativos. Enquanto que os locomotores se caracterizam por movimentos que envolvem mudanças na localização do corpo relativamente a um ponto fixo na superfície, caminhar, pular, correr ou saltar um obstáculo é desenvolver uma função locomotora. As categoria de movimentos manipulativos são divididas em duas fases: fase 1 que é manipulação motora rudimentar e manipulação motora refinada. Já na fase 2 que é a rudimentar, envolve aplicar força sobre objetos ou receber força deles, bem como tarefas de arremessar, apanhar, chutar e derrubar, envolve o uso complexo dos músculos da mão e do punho (GALLAHUE e OZMUN,2002).

Gallahue (2002), ainda no que diz respeito ao desenvolvimento motor. As seguintes fases do desenvolvimento motor são: fase motora reflexiva, fase motora rudimentar, fase motora fundamental e por último a fase motora especializada, são

juntamente classificadas pela faixa etária de desenvolvimento e pelos estágios de desenvolvimento motor.

## 2.5 OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO

A natação é uma atividade diferenciada por conta de ser uma modalidade de baixo impacto, e seus benefícios são inúmeros pois trabalha tanto os membros superiores quanto os membros inferiores há inúmeros benefícios que a natação proporciona, no que diz respeito aos aspectos físico, há mais facilidade em realizar movimentos de baixo impacto evitando possíveis fraturas nas articulações e tendões, estimulando toda musculatura, adquirimos vários benefícios no sistema respiratório e cardiovascular, recuperando e prevenindo doenças, nos aspectos psicológicos há uma elevação da auto estima, diminuindo o stress, disposição para demais atividades, no aspecto social melhora a relação interpessoal e aumento dos círculos de amizade, compartilhando experiências e ideias (TAHARA et al, 2006).

A natação é uma atividade motora que contribui de várias formas para o desenvolvimento e evolução dos seus praticantes. Há um fortalecimento da musculatura, colabora para a aprendizagem do equilíbrio, orientação espacial e coordenação motora trabalhando a flexibilidade. A diversidade de movimentos na água, faz com que as crianças explorem seu corpo e o espaço a sua volta. Aumenta a capacidade cardiovascular, aumenta o apetite devido o gasto calórico, além de proporcionar um sono mais tranquilo. Favorece o equilíbrio emocional, favorece a socialização, favorece a autoestima, favorece a prevenção de doenças respiratórias, e oferece descontração e ludicidade através das orientações e descontrações dinâmicas do professor. (SILVA, 2012 apud AZEVEDO et al, 2008).

### 3. METODOLOGIA

Como metodologia para a realização deste trabalho foram utilizadas pesquisas bibliográficas alguns instrumentos de consultas como artigos, sites acadêmicos, livros materiais estes que contiam assuntos que abordavam temas como: natação para beês, desenvolvimento motor, as fases do desenvolvimento e os benefícios. A análise da pesquisa foram relevantes, pois teve bons resultados.

#### 3.1 TIPO DE ESTUDO

A presente pesquisa trata-se de abordagem qualitativa, que aborda uma metodologia bibliográfica, a qual foi possível levantar dados científicos do assunto abordado no estudo.

Pesquisas realizadas em fontes bibliográficas direcionadas para área da saúde, educação física foram de extrema importância, pois através destes estudos que somaram que tivesse um resultado satisfatório, e com a atuação de professores de educação física que vêm, ganhando espaço na área da saúde tomando seu tomado posse da sua devida posição no mercado de trabalho. (LAKATOS e MARCONI, 2007).

#### 3.2 COLETA DE DADOS

A coleta de dados foi realizada através de estudos, consultas em fontes bibliográficas, indexadas no bancos de dados: LILICS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Social e Saúde), Scielo (Scientific Eletronic Library OnLine). Enquanto á amostra, partiu dos artigos que foram selecionados totalizando 18 artigos.

A seleção foi realizada apartir de leitura criteriosa dos artigos, teses e dissertações encontradas na base de dados selecionados que atendia os criterios de inclusão a fim de tomar possível a coleta de dados, e é necessário que se determine a população a ser estudada. Foram incluídas apenas as publicações que atendiam a as exigencias do estudo publicadas no periodo de 1984 a 2012.

### 3.3 INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS DE COLETAS DE DADOS

Os instrumentos que serviram como base para este estudo foram quatro artigos e um livro como referência maior, referente aos de 1984 a 2012 foi seguido a proposta do estudo a quais foram exigidos critérios de seleções de inclusão e exclusão, delimitando algumas pesquisas e teve como o intuito de estudar os artigos livros e sites para uma escolha que vinhece enriquecer o estudo aqui presente. Segundo Oliveira (1997) "A pesquisa bibliográfica tem por finalidade conhecer as diferentes formas de contribuição científica que se realizaram sobre determinado assunto ou fenômeno".

Então o mais importante é que se defina, desde o início da sua pesquisa, o que se pretende com ela. As pesquisas são feitas segundo alguns aspectos específicos, ou seja: por assunto, autores, veículos, período de tempo. Segundo oliveira (1997, pg.108) "Uma vez definido o tema e os problemas iniciais, o pesquisador poderá enquadrá-los num marco referencial mais amplo, de natureza teórica".

### 3.4 ANÁLISE DOS DADOS

Nesta etapa foi realizado um estudo que teve com a finalidade de obter informações necessárias para o estudo aqui presente pesquisas estas que contia assunto sobre Natação para bebês: A sua importância dos para o desenvolvimento motor dos bebês tendo como base na pesquisa a garantia da melhora da qualidade de vida futura desses indivíduos.

Tendo como base principal nesta pesquisa o livro, Natação para Bebês, foram utilizados artigos e revistas que serviram como inspiração os seguintes autores Segundo Fouace (1980), Segundo Connoly (2000), Segundo Oliveira (1997), citado por Barbosa (2001), Para Abrantes (2012), Para Gallahue (2013).

### 3.5 ASPECTOS ÉTICOS

O presente estudo por ser de revisão bibliográfica não será submetido à avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa de acordo com a Resolução 466/12 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), seguindo todos os preceitos éticos que foram estabelecidos na pesquisa vem zelar e respeitar as informações aqui presente,

seguinto total sigilo das informações.

O projeto será submetido à análise do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia, e no seu desenvolvimento serão observadas as orientações e demais normas e recomendações éticas para a realização de pesquisas no Brasil.

O material coletado será de uso exclusivo do pesquisador, sendo utilizado com a única finalidade de fornecer elementos para a realização deste projeto de pesquisa, da própria pesquisa e dos artigos e publicações que dela resultem. No projeto da pesquisa e mesmo na escrita da dissertação, será assegurada a confidencialidade dos dados e das informações que possibilitem a identificação dos participantes.

O estudos, que respeitam as autorias das fontes pesquisadas, referenciado aos autores citados nos textos e nas referências bibliográficas conforme a lei vigente querege direitos autorais no país Brasil (1998).

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

##### NATAÇÃO PARA BEBÊS: A SUA IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR DOS BEBÊS.

Observando a história da natação, como passar dos anos, foi possível observar que a natação foi tomando outros rumos, sendo atualmente praticada por motivos que vão desde o lazer até a prática esportiva, por isso, é recomendada, visto proporcionar inúmeros benefícios a seus praticantes, que vão desde: melhora da coordenação motora, aumento do equilíbrio, condicionamento cardiorrespiratório, desenvolvimento da lateralidade, aumento da flexibilidade e do nível de força. (EVANS, 2009, ARROYO; OLIVEIRA, 2007).

Visando os benefícios da natação é na primeira infância que a o indivíduo se descobre a fase a qual o desenvolvimento motor tem o processo de mudanças no comportamento, relacionado ao crescimento. É na água que acontece os primeiros movimentos básicos é importante realizar um acompanhamento do desenvolvimento motor da criança e o progresso nas habilidades aquáticas, pode ser observado durante uma aula, com essa mudança de comportamento se nota o quanto é importante a natação na primeira infância a fase do bebê a indícios de que um bom desenvolvimento motor repercute na vida futura da criança, nos aspectos sociais, intelectuais e culturais, mas esse é assunto para outro estudo.

Em relação ao desenvolvimento infantil que se inicia ainda na vida uterina, com o crescimento físico, a maturação neurológica a construção de habilidades relacionadas ao comportamento e as esferas cognitiva, afetiva e social. A primeira infância, que abrange a idade entre zero a cinco anos, é a fase onde a criança se encontra mais receptiva aos estímulos vindo do ambiente e o desenvolvimento das habilidades motoras ocorre muito rapidamente. É sabido aproveitar esse período, principalmente no primeiro ano de vida, os primeiros marcos motores aparecem com o controle de cabeça, o rolar, o arrastar e mais tarde o sentar, o engatinhar e a marcha no final do primeiro ano para ensinar por meio da natação e estimular de um modo bem didático, no caso por meio da natação, visto que a água não causa impacto diminuindo o risco de "machucar" a criança. Mas claro o risco existe e é necessário um adulto que consiga conduzir com a orientação do profissional.

Segundo Breges (1980), o bebê não aprende a nadar quando em contato comum meio propício a aprendizagem, e sim fazer uso de suas habilidades inatas (flutuabilidade, reserva de oxigênio, inconsciência do perigo), para assim, ficar livre do perigo na água eventualmente. Percebe-se que quanto mais cedo à criança foren caminhada a prática da natação, será elevada sua aptidão psicomotora, pois esse tipo de atividade funciona como um pré-estimulomotor, já que a criança primeiramente consegue deslocar-se dentro da água, porque fica muito leve, conseguindo assim, executar movimentos que não conseguiria fora da água.

De acordo com Gallahue e Ozmun (2003), as atividades aquáticas para bebês favorecem a formação de modificações nervosas com a estimulação motora e sensorial dos exercícios desenvolvidos na água, onde como estímulos do aprendizado, as ramificações dos neurônios crescem, unem-se a outros neurônios aumentando o número de sinapses (conexão por onde passam informações), formando assim uma boa capacidade de memorização. Nessas adaptações de estímulo e resposta, a criança expande seu acervo sensorio motor, mais adaptativo e mais inteligente, de maneira agradável e motivadora.

Essa faixa etária se justifica primeiramente em virtude de que antes de começar a frequentar as atividades aquáticas, o bebê deve aumentar de peso, em vista da probabilidade de apresentar um estado de hipotermia, uma vez que seu sistema termorregulador não está bem desenvolvido, segundo por que o sistema imunológico do recém-nascido é bastante deficitário, sendo necessário algum tempo para que o mesmo se desenvolva, antes de frequentar um meio propenso a contratação de inúmeros problemas de saúde, como o de foro virológico, bacteriológicos ou micóticos (SAAVEDRA; ESCALANTE; RODRÍGUEZ, 2003).

O fim dessas atividades no período de (36 meses) com base que o desenvolvimento motor desse bebê que está entrando na fase da criança, ou seja, os programas devem-se adequar ao nível de desenvolvimento ontogenético que eles evidenciam.

No decorrer desta pesquisa foi possível perceber a importância da natação nos primeiros meses de vida dos bebês. Reconhecer movimentos voluntários, reflexos e movimentos rudimentares traz base para notar o quanto estimular o bebê e o que esperar que ele realize, respeitando que os benefícios vem com o tempo e a constância da prática. Os benefícios do desenvolvimento motor, em se tratando de realidade varia e criança para criança, porém oportunizar, motivar e auxiliar o bebê

a de adaptar e se perceber no ambiente aquático além de todos os ganhos físicos prepara a criança para respeitar o ambiente e não querer ousar além do que ela pode, sendo desenvolvido com isso a consciência corporal de si e melhorando a percepção do meio ao qual está inserida. O fortalecimento muscular, a coordenação motora, a lateralidade e todos os benefícios físicos aqui citados ou anteriormente, se tornam pequenos quando fala-se na inquestionável valor de um pai ou mãe realizar a aula de natação junto com seu bebê e ambos fortalecerem os laços de afetividade por meio do instrumento natação.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa realizada, foi bibliográfica e exploratória, visando importância dos benefícios da natação para o desenvolvimento motor dos bebês, usando os meios qualitativos e quantitativos para a obtenção de bons resultados perante o trabalho aqui presente.

O principal objetivo desta pesquisa foi analisar a importância da revisão bibliográfica, trazendo a importância da natação para os primeiros meses de vida na primeira infância. A natação é uma das modalidades mais completas, pois pode ser iniciado desde o começo da vida, fazendo com que os bebês e crianças consigam realizar os movimentos na água. O desenvolvimento motor do bebê está associado às habilidades que o mesmo adquire no decorrer do tempo, que vão desde movimento simples a movimentos complexos.

Segundo Ferreira (2003) são inúmeros os benefícios que a natação proporciona, além de ser uma atividade que melhora a coordenação motora, proporcionando noções de espaço e tempo, prepara a criança psicologicamente e neurologicamente para o auto-salvamento, além de aumentar o condicionamento cardiorrespiratório, estimulando o apetite, e por fim trazer qualidade no sono.

As atividades para bebês devem ter seu início entre os três e seis meses de idade, confrontando com os dados obtidos a idade de ingresso permitido na maior parte das academias é de no mínimo seis meses. Segundo Velasco (1997) sugere que a duração da aula não ultrapasse trinta minutos, pelo fato de ser movimentos intensos e exaustivos, natação tem essa realidade que foi observada na pesquisa tendo todos os locais de visitação a duração de aula de exatos trinta minutos.

Conclui-se que a natação na primeira infância trazem inúmeros benefícios como desenvolvimento motor, a socialização, a formação cognitiva para os bebês e crianças. O estudo presente tem como objetivo analisar, por meios pesquisas de revisão bibliográficas, os benefícios da prática da natação para o desenvolvimento motor de bebês. Após os critérios de inclusão e exclusão, foram analisados alguns artigos, sites e livros como base principal, a melhoria do desenvolvimento motor de bebês, quanto praticantes de natação. Pode-se constatar através dos estudos encontrados que, bebês que a natação para primeira infância gera uma maior formação de modificações nervosas através da estimulação motora e sensorial dos exercícios projetados na água.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABRANTES, A. A. A educação escolar e a promoção do desenvolvimento do pensamento: a mediação da literatura infantil. 2011. 249 f. Tese (Doutorado em Educação) – Faculdade de Educação da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2011.
- ARROYO, C. T.; OLIVEIRA, S. R. G. Atividade Aquática e a psicomotricidade de crianças com paralisia cerebral. *Motriz*, Rio Claro, v. 13, n.2, p. 97-105, 2007
- BARBOSA, T. Generalidades sobre a organização e a gestão dos programas de natação para bebês. Disponível em: Acesso em 18 jan. 2003a, 23:09:12.
- BARBOSA, T. Generalidades sobre a organização e a gestão dos programas de natação para bebês. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, v. 6, n. 17, 2001.
- BRESGES, L. Natação para o meu neném. Tradução de Maria Lenk. Rio de Janeiro: Ao livro técnico, 1980.
- CARVALHO, C. (1994). Natação – contributo para o sucesso do ensino – aprendizagem, Edição do Autor.
- DAMASCEDO, L.G. Natação, psicomotricidade e desenvolvimento. Brasília Secretarias dos Desportos da Presidência da República, 1992.
- DAMASCEDO, L.G. Natação para Bebês dos conceitos fundamentais á pratica sistematizada. 2. ed. Rio de janeiro: Sprint, 1997.
- e LIMA, E. L. A pratica da natação para bebês. 1ª Ed. Jundiaí – SP: Ed. Fontoura, 2003.
- EINSTEIN, Albert. Como Vejo o Mundo. São Paulo: Círculo do Livro Ltda, 1998.
- EVANS, J. Natação Total. Barueri: Manole, 2009.
- FERREIRA, Cesar Osvaldo. Trabalho de conclusão de curso de Especialização de Pós-Graduação em Administração da UFRGS como requisito parcial para obtenção de título de Especialista de Gestão de Pessoas. Porto Alegre, 2005.
- FERREIRA, F. G.. *Natação para bebês*. Disponível em <http://www.guidobebe.com.br>. Acesso em: 18 de janeiro de 2010.
- FRIMER, L.D.F.M. Natação para bebês de 0 a 2 anos –atividades práticas na piscina. 2009. Disponível em: <<http://www.cdof.com.br/natacao9.htm>>. Acesso em 12 fev. 2013.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. (2005). *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo: Phorte, 2005.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C.; GOODWAY, J. D. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. 7. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

GALLAHUE, David L. A classificação das habilidades de movimento: um caso para modelos multidimensionais. *Revista de Educação Física*, 2002.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C. *Compreender o desenvolvimento motor em bebês, crianças, adolescentes e adultos*. 3.ed. São Paulo: Phorte, 2002.

HAYWOOD, K.M.; GERCHELL, K.N. *Desenvolvimento motor ao longo da vida*. 5.5. ed. Porto Alegre ArtMed, 2010.

[http://revistacrescer.globo.com/Revista/Crescer/0,,EMI93511-15152,00\\_ESTUDO+MOSTRA+QUE+A+NATACAO+FACILITA+RESPIRACAO+DE+CRIANCAS+COM+ASMA.html](http://revistacrescer.globo.com/Revista/Crescer/0,,EMI93511-15152,00_ESTUDO+MOSTRA+QUE+A+NATACAO+FACILITA+RESPIRACAO+DE+CRIANCAS+COM+ASMA.html).

JACOB, S.H. *Estimulando a mente do seu bebê*. São Paulo: Madras, 2002.

LIMA, E. L. *A prática de natação para bebês*. Jundiaí, SP: Fontoura, 2003. LIVRO: *A História dos Esportes*, Orlando Duarte, 4ª ed. Editora Senac, SP, 2004.

LIMA, E.L. *A pratica da natação para bebês*. Jundiaí: Fontoura, 2003.

LEWIN, G. (1979). *Natação*. Madri: Augusto Pilha Teleña.

MAGILL, R.A. *Aprendizagem motora: conceitos aplicações*. 5. ed. São Paulo: Edgar Blucher, 2000.

MANOEL, E, J.O que é ser criança? Algumas contribuições de uma visão dinâmica de desenvolvimento motor. In: Krebs, R.J.; Copetii, F.; Beltrame, T.S (Orgs.), *discutindo o desenvolvimento infantil*. Santa Maria: Pallotti, 1998, p. 109-30.

MCGRAW, M. B. *Swimming behavior of the human infant*. *Journal of Pediatrics*. 1939, 15: 495-500.

MEINEL, K. *Motricidade II: o desenvolvimento motor do ser humano*. v. 2, Rio de Janeiro; Ao livro técnico, 1984.

McGRAW, M. *Swimming behavior of te uman infant*. *jouanal of Pediatrics*, n. 1.p 48509, 1939.

MOURA, N.J.M. *Natação e sua aplicação em diferentes momentos da vida dos seres humanos*. Universidade de Marília, Faculdade de Ciências da Saúde Educação Física: Monografia do curso de Pós-Graduação "Lato Senso", 2000.

NAVARRO, F. (1995). *Hacias el dominio de la Natación*. Editorial Gymnos. Madrid.

NORONHA, Daisy Pires; FERREIRA, Sueli Mara S. P. *Revisões de literatura*. In:

CAMPELLO, Bernadete Santos; CONDÓN, Beatriz Valadares; KREMER, Jeannette Marguerite (orgs.) Fontes de informação para pesquisadores e profissionais. Belo Horizonte: UFMG, 2000.

OLIVEIRA, Gisele de Campos. Psicomotricidade: educação e reeducação num enfoque psicopedagógico. 4.ed. Petrópolis/RJ: Vozes, 2000.

PAPALIA, D.E.; OLDS, S.W.; FELDMAN, R.D. Desenvolvimento Humano. 10. ed. Porto Alegre; ArtMed, 2009.

PAYNE, V.G.; ISAACS, L.D. Desenvolvimento Motor Humano: uma abordagem vitalícia. Rio de Janeiro: Guanabara Kooga.2007.

PERINAZZO, S. N. *O lúdico como processo de aprendizagem da natação*. Universidade de Marília, Faculdade de Ciências Da Saúde Educação Física: Monografia do curso de Pós-graduação "Lato Sensu", 2000.

PEREIRA, K. Atividades aquáticas para bebês. Influência no desenvolvimento motor. 2009. Monografia (Conclusão de Curso de Educação Física) Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto alegre , 2009.

RODRIGUIZ, L. (1997). História da natação e evolução dos estilos. Natação, Saltos e Waterpolo, 19 (1), 38-49.

SANTOS, S. SOUZA, S. P. Atividades aquáticas: contribuições para o desenvolvimento psicomotor no início da infância. Data de publicação: 21 de janeiro de 2010. Disponível em: <http://www.cdof.com.br> Acesso em: 28 de abril de 2011.

SARMENTO, P.; MONTENEGRO, M. *Adaptação ao meio aquático - um projeto educativo*. Lisboa: Edições A. P. T. N., 1992. SAAVEDRA, J. M.; ESCALANTE, y RODRÍGUEZ, F. A. A evolução da natação. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, v. 9, n. 66, 2003.

SAAVEDRA, J. M.; ESCALANTE, y RODRÍGUEZ, F. A. A evolução da natação. *EFDeportes.com, Revista Digital*. Buenos Aires, v. 9, n. 66, 2003. SILVA, Diogo. Relato de experiências de atividade do segmento não-formal. Trabalho de conclusão de curso de graduação em Educação Física. Universidade Estadual da Paraíba. Campina Grande. 2012

TAHARA, Alexander; SANTIAGO, Danilo; TAHARA, Ariany. As atividades aquáticas.

VELASCO, C.G Natação segundo a psicomotricidade. Rio de Janeiro: Fontes, 1989.

VELASCO, C.G. Natação segundo a psicomotricidade. 2.ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1997.