



CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO-UNIFAMETRO

CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

CRISTIANA DE OLIVEIRA CASTELO BRANCO DINIZ

KAIO HENRIQUE MORAIS DA SILVA

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

**FORTALEZA**

**2023**

CRISTIANA DE OLIVEIRA CASTELO BRANCO DINIZ

KAIO HENRIQUE MORAIS DA SILVA

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física da Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO sob orientação do professor Me. Bruno Feitosa Policarpo como parte dos requisitos para a conclusão do curso.

FORTALEZA

2023

CRISTIANA DE OLIVEIRA CASTELO BRANCO DINIZ

KAIO HENRIQUE MORAIS DA SILVA

BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Este artigo foi apresentado no dia xx de de Novembro de 2023 como requisito para obtenção do grau de licenciado do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO, tendo sido aprovada pela banca examinadora composta pelos professores

BANCA EXAMINADORA

---

Prof. Me. Bruno Feitosa Policarpo

Orientador - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Jurandir Fernandes Cavalcante

Membro - UNIFAMETRO

---

Prof. Ma. Mabelle Maria Mota

Membro – UNIFAMETRO

# BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA BEBÊS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

**Cristiana de Oliveira Castelo Branco Diniz<sup>1</sup>**

**Kaio Henrique Moraes da Silva<sup>2</sup>**

**Me. Bruno Feitosa Policarpo<sup>3</sup>**

## RESUMO

A natação desenvolveu-se a prática a partir de uma questão de sobrevivência, se tornou uma arma para tropas que enfrentavam períodos de guerra e evoluiu para várias vertentes como, lazer, reabilitação, saúde, competitiva, dentre outras. Quando praticada desde a infância, a natação traz benefícios não só nas áreas cognitiva, motora e social, como também previne a obesidade, fortalece o sistema cardiorespiratório, além de prevenir acidentes. Tomando como base estas informações, o presente trabalho tem o objetivo geral de verificar os benefícios da natação para bebês. A metodologia utilizada trata-se de uma revisão integrativa, ou seja, uma pesquisa feita a partir de levantamentos de referenciais teóricos já analisados, e publicados por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, páginas da web sites etc. Os resultados evidenciaram que a natação na infância contribui para o desenvolvimento psicomotor, melhora da condição corporal e cardiorrespiratória, bem como a saúde de forma geral, prevenindo o surgimento de doenças crônicas, tais como diabetes e asma. Concluiu-se que as aulas de natação para bebês através do contato com o meio líquido vão muito além de aprender a nadar, dar uma interação social e afetiva de uma maneira geral, tendo uma boa relação sócio afetiva também com os pais, principalmente quando esses entram na piscina juntamente com os seus filhos.

**Palavras-chave:** Natação; Natação infantil; Bebê.

## ABSTRACT

Swimming developed from a matter of survival, became a weapon for troops facing periods of war and evolved into several aspects such as leisure, rehabilitation, health, competitive, among others. When practiced from childhood, swimming brings benefits not only in the cognitive, motor and social areas, but also prevents obesity, strengthens the cardiorespiratory system, and prevents accidents. Based on this information, the present work has the general objective of verifying the benefits of swimming for babies. The methodology used is an integrative review, that is, research carried out based on surveys of theoretical references already analyzed, and published in written and electronic media, such as books, scientific articles, web pages, websites, etc. The results showed that swimming in childhood contributes to psychomotor development, improved body and cardiorespiratory condition, as well as general health, preventing the emergence of chronic diseases, such as diabetes and asthma. It was concluded that swimming classes for babies through contact with the liquid environment go far beyond learning to swim, providing social and emotional interaction in general, also having a good socio-affective relationship with parents, especially when these enter the pool together with their children.

**Keywords:** Swimming; Children's swimming; Baby.

---

<sup>1</sup> Graduanda no Curso de Educação Física do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

<sup>2</sup> Graduando no Curso de Educação Física do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

<sup>3</sup> Mestre em Ensino na Saúde. Professor Adjunto do Centro Universitário Fametro - UNIFAMETRO

## 1 INTRODUÇÃO

A natação é uma atividade física baseada na capacidade humana de se locomover na água, havendo relatos de milhares de anos da prática desta atividade. De uma maneira abrangente, a natação pode atender toda uma população, desde que se tenha o ambiente favorável para sua realização (Souza, 2021).

Muitos podem não saber dos benefícios para o bebê quando se está praticando a natação, vai além do só aprender a nadar, e quando os pais matriculam seus filhos na aula de natação, geralmente o pensamento deles é que o filho vai aprender a nadar de imediato, isso no intuito de fazer com que o filho tenha noção de defesa quando estiver na água, pois a natação é como uma proteção para o filho. (Silveira, 2020).

A atividade aquática para bebês cresceu muito, tudo isso se deve aos seus efeitos positivos e benéficos na vida dos bebês que à praticam, mostrando que a natação vem contribuindo muito em vários aspectos na vida desses bebês, desde a capacidade da melhoria de seu repertório motor ao desenvolvimento socioafetivo. Dessa forma, a natação oferece um conteúdo vasto de experiências sensoriais e motoras globais, proporcionando assim, o desenvolvimento íntegro desse bebê. (Souza, 2021).

Para a realização desse projeto de pesquisa, formulou-se a seguinte questão da atividade investigativa: quais os benefícios da natação para bebês? Para responder à pergunta formulada, fundamentado no conhecimento empírico do pesquisador, pode-se supor que são inúmeros os benefícios da natação para bebês, pois o contato com o meio líquido, especificamente através da natação, irá proporcionar diversas formas de estímulo para o bebê, sendo uma modalidade que favorece os aspectos psicomotores, cognitivos, afetivos e psicossociais.

O objetivo geral dessa pesquisa é verificar os benefícios da natação para o bebê. Cientificamente o estudo se justifica por uma busca nos sites eletrônicos da Ebsco Host, Google Acadêmico, Scielo, onde foi verificado 6.760 estudos sobre o tema proposto.

A abordagem desse tema será relevante para informar aos estudantes e a população os benefícios que a natação irá proporcionar na vida dos bebês, e de sua relevância para o desenvolvimento motor, cognitivo, emocional, físico e psicológico.

No tocante a metodologia, o presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura, embasada através de livros e artigos coletados na Internet.

## **2 REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 Natação para bebês**

A natação era conhecida somente como um meio de sobrevivência pelo homem, onde ele tinha que aprender a nadar para sobreviver ao meio líquido, eles aprendiam desde criança a lidar com o meio aquático e assim não se afogar, com o passar dos tempos e surgimentos de estudos foi visto que a natação vai muito além de somente saber nadar, ela engloba vários aspectos na vida dos indivíduos e do bebê principalmente (Aguiar, 2011).

O bebê tem seu primeiro contato com o meio líquido na gestação quando ele é só um feto, e quanto mais cedo o bebê entrar na piscina e começar a ter esse contato com água no meio externo, mais facilidades ele terá de aprender a nadar e de se locomover na água, pois os seus reflexos natatórios são mais fortes no primeiro ano de vida e que com o passar dos anos esse bebê irá perdê-los e vai ficando cada vez mais difícil de recuperá-los (Aguiar, 2011).

A prática da natação para bebês ainda é motivo de grande discussão entre muitos, a idade correta para que se possa fazer a natação não se sabe ao certo ainda, assim como o seu término, pois se tem muito poucos estudos que tratam a respeito disso, e muitos tem convergência quanto a idade. Existem pediatras que defendem essa prática a partir dos 6 meses de idade, pois segundo eles o bebê já adquiriu estabilização da coluna cervical. Outros estudiosos dizem que a natação deve ser iniciada nos três primeiros meses de vida, pois os bebês já conseguem sustentar a cabeça (Silveira, 2020).

Contudo, a natação infantil exige mais atenção por ser um esporte do qual o bebê vai estar diretamente em contato com o meio líquido. Muitos têm medo de estar em contato direto com a água e na ocasião também tem os pais que muitas vezes estão cheios de insegurança e medo (Morais, 2022).

Toda e qualquer atividade física exige um cuidado com o indivíduo como pessoa, tento que ser trabalhado vários aspectos e fatores que faça com que esse ambiente seja favorável e propicio para a realização da prática natação. Assim, o

profissional educador tem que estar sempre atento às necessidades de cada um, seja elas emocionais ou até mesmo medo do contato com o meio líquido, respeitando sempre a individualidade de cada um dos alunos (Souza, 2021).

## **2.2 Benefícios da natação na infância**

Segundo Silveira (2020), a influência da natação na vida da criança ajuda no desenvolvimento motor de forma integral, pois envolve aspectos cognitivos, afetivos, sociais e motores, aos quais desenvolvem-se ao longo da vida. Quando praticada desde a infância, a natação traz benefícios não só nas áreas cognitiva, motora e social, como também previne a obesidade, fortalece o sistema cardiorespiratório, além de prevenir acidentes.

Já para Moraes (2022), a natação proporciona aos bebês benefícios físicos, orgânicos, sociais, terapêuticos e recreativos. Além disso, melhora a adaptação na água, aprimorando a coordenação motora, noções de espaço e tempo. Isso faz com que os bebês aprendam a serem mais afetivos com os pais e professores, trabalha a inteligência emocional e muitos outros aspectos de sua vida.

A natação por sua vez tem uma grande influência na prevenção do afogamento e na sobrevivência ao meio aquático, já que indivíduos tem a capacidade de desenvolver uma boa adaptação na água, tudo isso dentro do aprendizado que é ensinado nas aulas de natação através do professor, onde ele trabalha várias linhas de ensino e aprendizagem dos conceitos e fundamentos da natação (Souza, 2021).

A literatura reporta que a natação proporciona às crianças benefícios físicos, orgânicos, sociais, terapêuticos e recreativos, como, por exemplo, melhora da resistência cardiorespiratória e muscular. Além disso, traz benefícios para a maturação do sistema nervoso por meio dos estímulos, os quais facilitam a descoberta tanto do corpo como as relações que ele pode oferecer (Penha & Rocha, 2020).

Com relação ao desenvolvimento motor, o qual é caracterizado como uma mudança progressiva do comportamento motor ao longo da vida, provocada pela interação entre as demandas das tarefas motoras, a biologia dos indivíduos e as condições do ambiente, verifica-se que a natação tem sido considerada uma excelente atividade motora, na qual a criança experimenta de forma mais natural e

espontânea, uma motricidade aquática dinâmica, essencial no processo de desenvolvimento (Grisi, 2017) .

A participação das crianças em atividades aquáticas promove a construção, desenvolvimento e amadurecimento do esquema corporal, lateralidade, equilíbrio e coordenação global, além de desenvolver o equilíbrio emocional, uma vez que a criança se relaciona com outras crianças e adultos, favorecendo a socialização, a busca por objetivos e a autoestima, sendo importante também destacar o componente da afetividade, já que na aula há a possibilidade dos pais terem um momento de intenso convívio e troca de afeto com o filho (Dourado, 2019).

Para Grisi (2017), a afetividade é um ponto chave nas aulas de natação, já que bebês que não recebem afeto e carinho, principalmente nos primeiros anos de vida, podem não apresentar confiança na realização das atividades, dificultando a aprendizagem da criança na natação, principalmente em atividades que exigem movimentação e diferentes posições.

Além da afetividade entre pais e bebês, ressalta-se a importância do professor neste sentido, uma vez que o mesmo deverá inserir o bebê de forma gradual e evolutiva, proporcionando a ele aulas bastante lúdicas, baseada em atividades com brincadeiras de fantasias e faz de conta (Fontanelli, 2015).

A literatura aponta que bebês que participam de aulas de natação apresentam desempenho motor acima da média, desenvolvendo maior controle de braços e aquisição precoce da postura em pé. O melhor desempenho na postura prono pode ser atribuído às oportunidades diversas as quais os bebês são expostos em decúbito ventral durante as aulas. Além disso, a densidade do meio líquido permite a realização de movimentos que bebês, em geral, não seriam capazes de realizar fora d'água, em decorrência da diminuição da ação da gravidade (Figueredo, 2021) .

Os estudos apresentados permitiram verificar que as habilidades motoras de crianças, incluídas em um programa de natação por 03 meses apresentaram melhora na preensão e equilíbrio estático, e que bebês participantes de atividades aquáticas podem apresentar um desenvolvimento motor acima do esperado para sua respectiva faixa etária.

No entanto, o estudo de Fontanelli (2015) não encontrou diferença no desenvolvimento das crianças avaliadas, entretanto, vale ressaltar que a baixa frequência de atividades (1x/semana) pode ter relação com o resultado do estudo.

Crianças com paralisia cerebral também podem apresentar melhoras psicomotoras relacionadas à prática da natação. Duas aulas semanais, realizadas durante cinco meses, foram capazes de melhorar a coordenação, equilíbrio, esquema corporal, lateralidade, orientação espacial e orientação temporal (PC). A inserção das crianças em aulas de natação auxilia na noção de espaço, e faz com que a criança consiga ter noção do seu próprio corpo, realizando movimentos diversos e, assim, descobrindo novos movimentos (Figueredo, 2021).

As principais limitações apresentadas pelos estudos se referem ao pequeno tamanho de algumas amostras, o que acaba por limitar as análises estatísticas, e o número insuficiente de sessões para propiciar o ganho de novas habilidades. O estudo feito por Dourado (2019) sugere que as intervenções durem aproximadamente 36 semanas, pois os autores acreditam que esse seria um tempo suficiente para influenciar a aquisição de novas habilidades motoras.

### **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

#### **3.1 Tipo de Estudo**

A pesquisa se classifica como uma revisão integrativa, que segundo Moreira (2004), definem revisão integrativa como uma tomada de contas sobre o que foi publicado e acerca de um tópico específico, consiste na construção de uma análise ampla da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como reflexões sobre a realização de futuros estudos.

#### **3.2 Descritores/estratégia de busca**

Os descritores foram selecionados a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). O vocabulário estruturado e multilíngue DeCS, foi criado pela *BIREME* para servir como uma linguagem única na indexação de artigos de revistas científicas, livros, anais de congressos, relatórios técnicos, e outros tipos de materiais, assim como, para ser usado na pesquisa e recuperação de assuntos da literatura científica nas fontes de informação disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) como *LILACS*, *MEDLINE* e outras.

Para essa pesquisa foram utilizados os seguintes descritores: bebês e natação.

### **3.3 Período da pesquisa**

A amostra da presente pesquisa foi realizada em meados de agosto até novembro de 2023.

### **3.4 Amostra**

Para a escolha da amostra foram utilizadas estratégias de busca no site Google Acadêmico, configurando a pesquisa no período de 2019 até 2023, no idioma português, excluindo patentes e citações. Assim, foram obtidos aproximadamente 6.760 estudos, apresentados, 10 estudos por página.

Após a primeira triagem de duplicatas, verificação das 10 primeiras páginas com a verificação do título, 63 estudos foram para análise. Foi então realizada uma segunda leitura, mais minuciosa dos títulos e resumos, sendo selecionados 18 trabalhos para leitura na íntegra. Destes, foram excluídos 15 estudos por não atenderem aos critérios de inclusão, sendo, portanto, incluídos 4 estudos nesta revisão.

A Figura 1 apresenta o fluxograma da seleção dos estudos para a revisão integrativa, desde a sua identificação nas bases de dados até a seleção final.

**Figura 1 - Fluxograma da seleção de artigos**



Fonte: Dados da pesquisa, 2023.

### 3.4.1 Critérios de Inclusão / Exclusão

Foram incluídos artigos originais de pesquisa com seres humanos, artigos completos com publicação do ano de 2019 até 2023, em português. Foram excluídos resumos, editoriais, artigos de revisão de literatura, teses, dissertações ou monografias, bem como os artigos que estavam em duplicata. Também foram excluídos estudos que não respondam à pergunta norteadora.

O processo de seleção dos artigos foi a partir dos seguintes passos: 1) Leitura e análise dos títulos e resumos; 2) Organização e ordenação dos estudos identificados; 3) Leitura na íntegra.

Para isso, foram coletadas as seguintes variáveis: autor(es), ano de publicação, local do estudo, objetivos do estudo, metodologia, resultados e conclusões.

### 3.5 Coleta de dado

A amostra foi selecionada utilizando o Google Acadêmico. O Google Acadêmico é uma ferramenta do Google que possibilita a localização de artigos, teses, dissertações e outras publicações úteis para pesquisadores.

### 3.7 Análise dos dados

As variáveis coletadas foram organizadas em banco de dados no Excel e apresentadas em um quadro com suas principais características. É importante declarar que não existe conflito de interesses na pesquisa.

## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste tópico, apresentam-se os resultados coletados e as respectivas discussões, que teve como base a pesquisa realizada com a temática dos benefícios da natação para bebês: uma revisão integrativa. Para análise, foram coletadas as seguintes variáveis: autor(es); ano de publicação; local do estudo; objetivo do estudo; metodologia; resultados e conclusões.

No Quadro 1, apresentam-se as variáveis que caracterizam os estudos da amostra como: autor(es), ano de publicação, local do estudo.

**Quadro 1: Variáveis: autor(es); ano de publicação; local do estudo.**

<b>Estudo</b>	<b>Autor(es)</b>	<b>Ano de publicação</b>	<b>Local do Estudo</b>
Natação para bebês: A presença dos pais é importante?	Camargo, M.; Mota, N.; Mendes, C.	2012	Goiânia
Aula de natação para bebê: um estudo sobre a metodologia e aplicações	Bernardo, E.; Favaris, F.; Guimarães, T.; Pastore, J.; Costa, F.; Carlos, A.	2016	Várzea Paulista-SP

A prática corporal na disciplina natação nos cursos de formação: saber ou não saber nadar?	Farias, M.; Silva, P.; Oliveira, R.; Melo, M.	2021	Recife-PE
Métodos de ensino utilizados por professores de natação infantil	Ristow, L.; Backes, A.; Brasil, V.; Rosa, R.; Rmos, V.	2022	Brusque-SC

Fonte: Dados pesquisa, 2023.

No Quadro 02, apresentam-se as variáveis relacionadas aos objetivos, metodologia, resultados e conclusão.

**Quadro 2: variáveis: estudo; objetivo; metodologia; resultados; conclusão.**

<b>Estudo</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Metodologia</b>	<b>Resultados</b>	<b>Conclusão</b>
A prática corporal na disciplina natação nos cursos de formação: saber ou não saber nadar?	Analisar a prática corporal durante o saber fazer e o saber ensinar na disciplina natação em três universidades públicas da cidade de Recife-PE	Esta pesquisa está ancorada em uma abordagem qualitativa caracterizada como bibliográfica, documental e com inserção no campo, no qual foram entrevistados três professores. A análise dos dados foi feita através do método hermenêutica-dialética com a contribuição da análise de conteúdo do tipo	Com base nos dados coletados nessa pesquisa, foi possível acompanhar alguns alunos e professores de natação, que passaram pela disciplina de natação, e atuam na área, foi observado que muitos deles saem da universidade sem ter o domínio da natação, muitos desses alunos nem se quer aprenderam a nadar, pois alguns desses estudantes não tem uma boa	Pode concluir-se que mesmo esses universitários não sabem o básico da prática da disciplina natação, isso não os impede de serem aprovados na Educação Física, não os impossibilita de serem professores e trabalharem dando aulas de natação, onde muitos não sabem a diferença entre aprender a nadar e o ensinar a nadar.

		categorial por temática.	base dentro da sala de aula, e são aprovados na disciplina não pela prática feita nas aulas, mas semente pelo aprendizado na teoria.	
Métodos de ensino utilizados por professores de natação infantil.	Caracterizar os métodos utilizados por professores no ensino da natação infantil.	Foi realizada uma pesquisa de natureza aplicada, de abordagem quantitativa e de caráter descritivo. Além disso, foi utilizada a técnica de observação não participante, na qual o pesquisador observa o contexto sem se envolver, atuando como um espectador	Através de um instrumento de coleta de dados, que foram analisados através da técnica de análise de conteúdo, para tanto, os dados coletados foram classificados em categorias determinadas a priori. Nele continha frequência do tipo de instrução, tipo de <i>feedback</i> e tipo de atividades, e foi observado 3 professores de natação para melhor entender qual método de ensino técnicas era utilizado em suas aulas, se era uma aula, mas verbal, uma aula, mas analítica, ou uma aula, mas técnica, se alguns desses participantes utilizava algum de	Pode se concluir através desse estudo e da frequência que foi aplicada, que todos os participantes da pesquisa usavam em suas aulas atividades técnicas e analíticas sendo os educativos a técnica, mas utilizada pelos professores participantes que aplicam em suas aulas de natação educativo para melhorar o aperfeiçoamento do nado

			tipo de educativo nessas aulas de natação.	
Aula de natação para bebê: um estudo sobre a metodologia e aplicações	Verificar: a existência de uma conduta metodológica aproximada entre os profissionais que atuam com a natação para bebê, qual é o conhecimento relacionado à psicomotricidade que os professores utilizam, quais materiais são utilizados para alcançar os objetivos das aulas e qual é o perfil desse profissional.	Este trabalho classifica-se como descritivo e exploratório. O estudo foi concebido através de aplicação de questionário, contendo 27 perguntas fechadas. Além dos questionários, foram observadas as aulas nas mesmas academias dos professores entrevistados.	Com base nos dados da pesquisa feita com 10 professores que davam aulas de natação para bebês em academias, desses professores só tinham 1 que somente possui a graduação em educação física em seu perfil, dos 10 entrevistados 9 tinha uma especialização e nenhum deles um mestrado ou doutorado. Eles relataram não terem tido um embasamento suficiente na universidade natação para bebês e por esse motivo não trabalham com a psicomotricidade em suas aulas, eles alegam não terem um conhecimento técnico tão extenso.	Foi concluído que esses professores não utilizavam ou não tinham domínio do método de ensino que é a psicomotricidade, e muitos deles alegam não utilizar esse método em suas aulas, por não ter tido tanto embasamento e conhecimento do tema na universidade, e outro motivo era a remuneração que esses recebiam, falaram ser muito pouco, não dando nem para investir em estudos futuros, e as aulas de natação para bebês, os professores forma para essa área por gostar de trabalhar com público, e que as aulas eram dadas de acordo com o conhecimento que adquiriram ao

				longo dos anos.
Natação para bebês: A presença dos pais é importante?	Verificar se a presença dos pais de maneira participativa nas aulas de natação pode contribuir para o processo de aprendizagem do bebê.	Uma pesquisa quali quantitativa. A concepção do estudo se deu através de aplicação de questionário com os pais das crianças, visando entender a contribuição da natação.	Por meio da percepção de pais e professores, foi feita a aplicação de um questionário, que foi destinado a pais e professores de natação, o estudo busca saber o que cada um deles acha da presença dos pais nas aulas de natação para bebês, e o que isso trás de positivo para vida desses bebês, e de acordo com a respostas de pais e professores todos foram favoráveis a presença dos pais nas aulas, pois proporciona ao aluno, segurança, afetividade, carinho, e melhoria do seu aprendizado.	Pode-se concluir que a presença dos pais nas aulas de natação para bebê de maneira participativa pode contribuir com a melhoria para o processo de desenvolvimento e aprendizagem do bebê, e que essa presença pode sim reforçar os vínculos de afetividade, vai proporcionar a esse bebê, mas segurança e conforto durante as aulas de natação.

Fonte: Dados pesquisa, 2023.

Para Camargo *et al.* (2012) as aulas de natação para bebês através do contato com o meio líquido vão muito além de aprender a nadar, dar uma interação social e afetiva de uma maneira geral, tendo uma boa relação sócio afetiva também com os pais, principalmente quando esses entram na piscina juntamente com os seus filhos. Esse contato de pai e filho traz aos bebês sentimentos de confiança, conforto, alegria.

Ainda de acordo com Camargo *et al.* (2012) afirma que foi observado uma série de mudanças que ocorreram com os bebês após terem iniciado as aulas de natação. Tiveram uma melhora significativa da alimentação, ganharam confiança ao entrarem na água durante as aulas de natação, e ao entrarem na piscina com o professor, ficaram mais calmos e mais confiantes. Notou-se que eles tiveram melhora da qualidade do sono, foi notado também uma melhora de desenvolvimento motor e cognitivo.

Nesta direção, Bernardo *et al.* (2016) realizaram um estudo que demonstra que o trabalho de natação na infância é capaz de melhorar a performance motora em crianças num período curto de tempo. O trabalho de Ristow *et al.* (2022) demonstra que a natação na infância contribui para o desenvolvimento psicomotor, melhora da condição corporal e cardiorrespiratória, bem como a saúde de forma geral, prevenindo o surgimento de doenças crônicas, tais como diabetes e asma.

Farias *et al.* (2021) mencionam também a falta de conhecimento e despreparo de alguns professores e estagiários universitários que atuam na área da natação. Muitos deles saem da universidade sem ter o domínio da disciplina de natação, e alguns desses alunos nem se quer aprenderam a nadar. Parece não haver uma preocupação se aluno sabe ou não a prática corporal, o que importa é apenas a teoria e o professor saber o básico da natação infantil.

Com relação as atividades a serem repassadas em suas aulas e quais os benefícios das mesmas para os alunos, Farias *et al.* (2021) afirma que é necessário que o professor de educação física tenha total domínio dos aspectos pedagógicos referentes ao ensino da natação, e ter conhecimento das práticas corporais, para que assim possa repassar o seu conteúdo de forma prática e eficaz.

## **5 CONCLUSÃO**

A realização de aulas de natação com crianças nos anos iniciais de vida é bastante complexa, uma vez que a interação aluno/professor precisa ser desenvolvida de forma estratégica, pois muitas vezes as crianças ainda não têm desenvolvida a habilidade da fala. Neste sentido, cabe ao professor desenvolver

métodos de estímulo à interação com essa criança conforme suas particularidades, sendo de suma importância compreendê-la.

Através da avaliação dos trabalhos abordados na presente pesquisa, fica evidente que a natação traz para os bebês a sensação de prazer, diversão e sociabilidade com outras pessoas que estão em seu meio. Além disso, a natação proporciona melhora no desenvolvimento psicomotor destas crianças, considerando-se também desenvolvimento quanto aos aspectos fisiológicos, motores, sociais e cognitivos, perante a visão dos responsáveis pelas crianças.

Conclui-se então que a natação é uma ferramenta eficaz para o desenvolvimento psicomotor de crianças nos anos iniciais de vida. Sua prática aperfeiçoa habilidades motoras e melhora a interação social, fundamentais na aprendizagem e desenvolvimento do ser humano.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, P. As aulas de natação para bebês: Capacidades motoras e princípios do treinamento. 2011. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/302873100\\_AS\\_AULAS\\_DE\\_NATACAO\\_PARA\\_BEBES\\_CAPACIDADES\\_MOTORAS\\_E\\_PRINCIPIOS\\_DO\\_TREINAMENTO](https://www.researchgate.net/publication/302873100_AS_AULAS_DE_NATACAO_PARA_BEBES_CAPACIDADES_MOTORAS_E_PRINCIPIOS_DO_TREINAMENTO). Acesso em: 15 out. 2023.

BERNARDO, E.; FAVARIS, F.; GUIMARÃES, T.; PASTORE, J.; COSTA, F.; CARLOS, A. Aula de natação para bebê: um estudo sobre a metodologia e aplicações. 2016. Disponível em: [https://www.academia.edu/27598999/AULA\\_DE\\_NATA%C3%87%C3%83O\\_PARA\\_BEB%C3%8A\\_UM\\_ESTUDO\\_SOBRE\\_A\\_METODOLOGIA\\_E\\_APLICA%C3%87%C3%95ES\\_SWIMMING\\_LESSON\\_FOR\\_BABY\\_A\\_STUDY\\_ON\\_THE\\_METHODODOLOGY\\_AND\\_APPLICATIONS](https://www.academia.edu/27598999/AULA_DE_NATA%C3%87%C3%83O_PARA_BEB%C3%8A_UM_ESTUDO_SOBRE_A_METODOLOGIA_E_APLICA%C3%87%C3%95ES_SWIMMING_LESSON_FOR_BABY_A_STUDY_ON_THE_METHODODOLOGY_AND_APPLICATIONS). Acesso em: 29 out. 2023.

CAMARGO, M.; MOTA, N.; MENDES, C. Natação para bebês: A presença dos pais é importante?. 2012. Disponível em: <https://fug.edu.br/repositorio/2012-2/EdiFisica/NATA%C3%87%C3%83O%20PARA%20BEBES.pdf>. Acesso em: 25 out. 2023.

DOURADO, F. A contribuição da natação para o bom desenvolvimento da psicomotricidade infantil. Luziânia: UNIDESC, 2019.

FARIAS, M.; SILVA, P.; OLIVEIRA, R.; MELO, M. A prática corporal na disciplina natação nos cursos de formação: saber ou não saber nadar?. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/R4Cmhq8WCYpL6RhkgkbQvqv/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 27 out. 2023.

FIGUEREDO, C. Nadando para o século XXI. São Paulo: Manole, 2021.

FONTANELLI; J. Fontanelli MS. Natação para bebês: entre o prazer e a técnica. São Paulo. Editora Ground Ltda, 2015.

GRISI, R. Natação para Bebês: uma abordagem psicológica das relações pais e filhos no processo ensino-aprendizagem. (Monografia) (Especialização em Ciência da Natação e Hidroginástica) Rio de Janeiro: Universidade Gama Filho; 2017.

MORAIS, S. Natação infantil: a importância da avaliação no processo ensino aprendizagem. 2022. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/29654>. Acesso em: 28 out. 2023.

PENHA, R; ROCHA, M. A influência da psicomotricidade na educação infantil. Rio de Janeiro: Universidade Candido Mendes, 2020.

RISTOW, L.; BACKES, A.; BRASIL, V.; ROSA, R.; RAMOS, V. Métodos de ensino utilizados por professores de natação infantil. 2022. Disponível em: [https://www.google.com/search?client=avast-a-1&q=M%C3%A9todos+de+ensino+utilizados+por+professores+de+nata%C3%A7%C3%A3o+infantil&oq=M%C3%A9todos+de+ensino+utilizados+por+professores+de+nata%C3%A7%C3%A3o+infantil&gs\\_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOdIBCDE5MT RqMGo0qAIAAsAIA&ie=UTF-8#ip=1](https://www.google.com/search?client=avast-a-1&q=M%C3%A9todos+de+ensino+utilizados+por+professores+de+nata%C3%A7%C3%A3o+infantil&oq=M%C3%A9todos+de+ensino+utilizados+por+professores+de+nata%C3%A7%C3%A3o+infantil&gs_lcrp=EgZjaHJvbWUyBggAEEUYOdIBCDE5MT RqMGo0qAIAAsAIA&ie=UTF-8#ip=1). Acesso em: 29 out. 2023.

SILVEIRA, G. NATAÇÃO INFANTIL: A importância da avaliação no processo ensino aprendizagem. 2020. Disponível em: [https://bdm.unb.br/bitstream/10483/29654/1/2021\\_GabrielaSilveiraMoraes\\_tcc.pdf](https://bdm.unb.br/bitstream/10483/29654/1/2021_GabrielaSilveiraMoraes_tcc.pdf). Acesso em: 25 out. 2023.

SOUZA, G. O lúdico no ensino de natação. 2021. Disponível em: [https://bdm.unb.br/bitstream/10483/28753/1/2021\\_GustavoPereiraDeOliveiraSouza\\_tcc.pdf](https://bdm.unb.br/bitstream/10483/28753/1/2021_GustavoPereiraDeOliveiraSouza_tcc.pdf). Acesso em: 29 out. 2023.