



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO-UNIFAMETRO**  
**CURSO DE OU BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**MATHEUS MAXWEL COSTA DE MENEZES**

**VITOR GABRIEL DA SILVA BARROS**

**NATAÇÃO PARA O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS:  
UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

**FORTALEZA**

**2023**

MATHEUS MAXWEL COSTA DE MENEZES

VITOR GABRIEL DA SILVA BARROS

NATAÇÃO PARA O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS:  
UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Projeto de Pesquisa apresentado ao curso de Bacharelado em Educação Física do CENTRO UNIVERSITÁRIO FAMETRO - UNIFAMETRO - sob orientação do Professor Me. Paulo André Gomes Uchoa como parte dos requisitos para a conclusão do curso.

FORTALEZA

2023

MATHEUS MAXWEL COSTA DE MENEZES

VITOR GABRIEL DA SILVA BARROS

NATAÇÃO PARA O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS:  
UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Este artigo foi apresentado no dia 12 de dezembro 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. Paulo André Gomes Uchoa

Orientador - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Bruno Nobre Pinheiro

Membro - UNIFAMETRO

---

Prof. Me. Lino Delcio Scipião Júnior

Membro – UNIFAMETRO

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO .....	6
2 REVISÃO DE LITERATURA .....	7
2.1 Histórico da Natação .....	7
2.2 Processo de desenvolvimento infantil de crianças .....	7
2.3 Natação para Processo de desenvolvimento infantil de crianças.....	8
2.4 Benefícios da natação na infância para o aumento da capacidade funcional .....	9
3 METODOLOGIA.....	11
3.1 Tipo de Estudo .....	11
3.2 Descritores/estratégia de busca .....	11
3.3 Período da pesquisa .....	12
3.4 Amostra .....	12
3.5 Critérios de Inclusão / Exclusão .....	12
3.6 Coleta de dados .....	13
3.7 Análise dos dados .....	13
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	13
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	20
REFERÊNCIAS.....	21

# NATAÇÃO PARA O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Matheus Maxwel Costa Menezes<sup>1</sup>

Vitor Gabriel da Silva Barros<sup>2</sup>

Prof. Me. Paulo André Gomes Uchoa<sup>3</sup>

## RESUMO

Em se tratando de esportes, a natação se destaca pela abrangência de benefícios, tais como desenvolvimento de coordenação motora, condicionamento aeróbio e melhor qualidade de vida, independente da idade em que é praticada. Tomando como base as informações acima, o objetivo do presente trabalho é demonstrar a importância da natação para desenvolvimento infantil. A metodologia da pesquisa utilizada classifica-se como uma revisão integrativa de análise qualitativa, onde foram selecionados estudos dentro das bases de dados Pubmed e Scielo, inicialmente foram encontrados 126 estudos, que após os critérios de elegibilidade utilizados na presente pesquisa, resultaram em 04 estudos, que compuseram o quadro de resultados. Os resultados demonstram que as crianças que praticam natação possuem melhor performance motora do que as crianças que não praticam. Isso torna evidente que os movimentos realizados na prática de natação contribuem para melhoria da psicomotricidade, fundamental para crianças nas fases iniciais de descobrimento dos movimentos. Além disso, foi verificado aumento da flexibilidade e da capacidade funcional, proporcionando melhora nas facetas psicológica e de relação social.

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

## ABSTRACT

When it comes to sports, swimming stands out for its range of benefits, such as development of motor coordination, aerobic conditioning and better quality of life, regardless of the age at which it is practiced. Based on the information above, the objective of this work is to demonstrate the importance of swimming for child development. The research methodology used is classified as an integrative review of qualitative analysis, where studies were selected within the Pubmed and Scielo databases, initially 126 studies were found, which after the eligibility criteria used in the present research, resulted in 04 studies, which made up the results table. The results demonstrate that children who practice swimming have better motor performance than children who do not practice. This makes it clear that the movements performed during swimming contribute to improving psychomotricity, which is essential for children in the initial stages of discovering movements. Furthermore, an increase in flexibility and functional capacity was observed, providing improvements in psychological and social relationship aspects.

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

---

<sup>1</sup> Graduando 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, 2017).

Em se tratando de esportes, Chatard (1992), diz que a natação se destaca pela abrangência de benefícios. A natação desenvolve coordenação, condicionamento aeróbico, reduz a espasticidade e resulta em menos fadiga do que outras atividades. Além disso, a natação traz grandes contribuições para o processo de reabilitação e pode reduzir o grau de fraqueza e de complicações.

A criança sofre mudanças no seu organismo durante o processo de crescimento e desenvolvimento, tais como: comportamento motor, afetividade, aprendizagem, percepção, entre outros benefícios. Deve-se respeitar o desenvolvimento de habilidades básicas das crianças, pois se isso não for privilegiado é provável que a criança enfrente dificuldades para combinar habilidades de forma mais eficiente e adquirir habilidades mais complexas (DAMASCENO, 2017).

Muitos podem não saber dos benefícios para a criança 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 (SOUZA, 2017).

Para a realização desse projeto de pesquisa formulou-se a seguinte questão da atividade investigativa: Quais os benefícios da natação para o processo de desenvolvimento infantil? Diante dos aspectos mencionados surge o objeto de demonstrar a importância da natação para desenvolvimento infantil.

A natação movimenta grande parte dos músculos e das articulações, possuindo como um dos principais benefícios: diminuição do estresse, controle do colesterol e da pressão alta, liberação de tensões, aumento da resistência muscular e melhora na circulação sanguínea. Cientificamente, o estudo se fundamenta nas páginas eletrônicas da Pubmed e Scielo.

A importância desse artigo é mostrar notabilidade da natação nos anos iniciais de uma vida, tornando seu desenvolvimento notório e positivo para agregar em uma vida saudável. Além disso, tal pesquisa é de suma importância para conscientizar os pais, familiares, população e público em geral, visto que a natação pode melhorar consideravelmente o desenvolvimento físico, mental, cognitivo e motor das crianças.

## **2 REVISÃO DE LITERATURA**

### **2.1 Histórico da Natação**

De acordo com a revista digital e fdeportes os primeiros registos históricos que fazem referência à natação aparecem em Egito, no ano 5.000 a.C., nas pinturas da Rocha de Gilf Kebir. Porém, até o esplendor de Grécia, a natação não vai desprender dessa mera função de sobrevivência. É então quando a natação passa a ser uma parte mais da educação dos gregos. Quanto à natação desportiva nos Jogos Olímpicos antigos, não existe constância de sua prática, a verdade é que as competições de natação são algo pouco frequente, mas a natação sim tem uma grande importância no treinamento militar e como medida recuperadora para os atletas (LEWIN, 1979).

Depois do conhecimento da modalidade e sua exploração e aprimoramento, no Brasil se procurou saber mais sobre a modalidade competitiva, onde a admiração causada pelas performances dos nadadores japoneses resultou, inclusive, na introdução do treinamento sistematizado dentro do país (RODRÍGUEZ, 1997).

O então Primeiro-Tenente Médico Heriberto Paiva, da Marinha de Guerra, que acompanhava a delegação brasileira aos Jogos Olímpicos de Los Angeles (1932), observou que a inferioridade dos nadadores brasileiros devia-se ao desconhecimento de um método de trabalho adequado. Regressando ao Brasil, incutiu nos dirigentes da extinta "Liga de Sports da Marinha" a necessidade da adoção de novas técnicas (LEWIN, 1979).

### **2.2 Processo de desenvolvimento infantil de crianças**

Segundo Marcondes (1980), desenvolvimento é o aumento da capacidade do indivíduo na realização das funções complexas. O desenvolvimento infantil é um processo que tem início na vida intrauterina envolvendo o crescimento físico, a maturação neurológica, habilidades relacionadas ao comportamento, visando tornar a criança competente para resolver às suas necessidades a às do seu meio.

O desenvolvimento humano é dinâmico, com mudanças biológicas e psicológicas que permitem que a criança adquira novos comportamentos e também modifique os antigos. Com isso, o desenvolvimento neuropsicomotor corresponde à aquisição progressiva de capacidades motoras e psicocognitiva de modo ordenado e sequencial (PIAGET, 1982).

De acordo com Barbosa (2007), as características humanas básicas são biologicamente determinadas (genética), porém é no contexto social (fatores ambientais) que se encontram os estímulos que guiarão os estímulos, moldando os comportamentos de cada indivíduo durante o processo de desenvolvimento.

### **2.3 Natação para Processo de desenvolvimento infantil de crianças**

Novikoff (2012) afirma que os esportes na infância contribuem com o desenvolvimento psicomotor, condicionamento físico e cardiorrespiratório, também na melhora da saúde, auxiliando o tratamento de doenças crônicas tipo asma e diabetes. O esporte para as crianças deve ser visto como uma ferramenta de desenvolvimento, não como uma obrigação em se tornar atleta. Destacar-se na modalidade praticada é uma consequência e a criança não deve ser forçada pela família e/ou treinadores.

A Sociedade Brasileira de Medicina do Esporte adverte que, deve-se priorizar a inclusão da atividade física no cotidiano e valorizar a educação física escolar que estimule a prática de atividade física para toda a vida, de forma agradável e prazerosa, integrando as crianças e não discriminando os menos aptos. Com isso, devem-se respeitar as singularidades de cada criança, bem como as fases do seu desenvolvimento (ROHLFS, 1999).

Sendo Rodríguez (1997), a natação na atualidade tem como objetivo o tratamento e prevenção de enfermidades, a melhoria do condicionamento físico, recreativo, competitivo e a sobrevivência no meio líquido, visando todos esses benefícios em uma prática.



Por fim e de forma geral vários estudos relatam a importância da natação no desenvolvimento motor da criança e também na formação da sua personalidade e inteligência. Crianças iniciadas em um programa de adaptação ao meio líquido apresentam um rendimento mais satisfatório em seu processo de desenvolvimento geral. Também podem apresentar um melhor desenvolvimento no processo de alfabetização, dependendo da forma com que o processo ensino-aprendizagem da natação é aplicado (HELLANDSIG, 1998).

Foi realizado um projeto na piscina do centro esportivo das faculdades integradas (FABIBE) e conclui-se que as crianças submetidas ao programa de natação oferecido pelas faculdades, adquiriram no final do programa, habilidades e capacidades físicas gerais que possibilitarão a essas um melhor desenvolvimento motor e também foram detectadas melhoras na composição corporal, que refletem em uma melhor qualidade de vida e prevenção de obesidade infantil nessas crianças, e se aponta um ponto importante que a metodologia que foi utilizada facilitou o processo de aprendizagem das mesmas (SOUZA, 2017).

#### **2.4 Benefícios da natação na infância para o aumento da capacidade funcional**

A natação pode ser considerada como uma forma de garantia de saúde prolongada, uma vez que se for praticada com frequência pode auxiliar na redução dos declínios oriundos do sedentarismo. A prática regular de natação durante a infância promove aumento da resistência muscular, independentemente da idade (KRAEMER, 2012).

Além disso, os esforços físicos promovidos pela natação no público infantil aumentam a densidade óssea e a condição funcional. Diante destas proposições, pode-se perceber que a natação constitui um dos principais métodos saudáveis e de baixo custo para melhoria da qualidade de vida nas pessoas (SOUZA, 2017).

A prática frequente de natação promove maturação da musculatura das crianças. Neste sentido, quando a criança pratica natação regularmente, pode ter a sua capacidade motora aumentada. Assim, conseqüentemente terá uma melhor qualidade de vida e bem-estar (FARIAS, 2014).

Quando a natação é realizada na infância por períodos prolongados, pode aumentar a mobilidade funcional, bem como a força e densidade muscular. Diante

disto, é necessário que haja apoio familiar ou dos responsáveis junto as crianças, ou seja, o apoio emocional é fundamental para motivação para adoção de um estilo de vida mais ativo (SOUZA, 2017).

Pereira (2017) salienta que mesmo na fase da infância, a natação contribui para construção de resistência muscular na criança. Isso faz com que haja aumento da capacidade muscular de realizar ações de forma repetida durante um período de tempo, de modo que o músculo fadigue.

Souza (2017) salienta que através da natação, a criança aumenta a coordenação motora, realizando movimentos com cargas sem que haja perda de amplitude e variação na velocidade de execução do mesmo. Ao verificar as informações supracitadas, pode-se inferir que dentre os benefícios da natação são aumento de força, coordenação motora e resistência muscular. Além disso, a natação promove um crescimento saudável, desenvolvendo a capacidade funcional e dos sistemas fisiológicos.

Para que a natação promova resultados positivos, é de suma importância a orientação de um profissional especializado em Educação Física. O educador físico irá garantir que haja um planejamento das atividades para um aumento de performance, bem como prevenção de possíveis lesões que possam ocorrer durante as aulas (ANTON, 2018).

Nos últimos anos, houveram alterações nos programas de treinamento de natação infantil para melhoria da funcionalidade através da realização de movimentos multi articulares, comuns nas atividades cotidianas. Tais programas, têm como intuito a melhoria na capacidade funcional da criança (HANSON, 2019).

As atividades físicas, em especial a natação, melhora as capacidades físicas através de exercícios que estimulam diferentes músculos do corpo, permitindo um maior controle corporal, de modo a melhorar o equilíbrio estático e dinâmico do indivíduo. Isso acaba por consequência promovendo redução do número de possíveis lesões e aumento da eficiência dos movimentos executados no dia-a-dia (FARIAS, 2014).

A natação permite a interação das estruturas corporais, promovendo um reajuste neuromuscular benéfico, recrutando unidades motoras e a incitabilidade de neurônios motores espinhais, redução da co-ativação dos músculos antagonistas, aumento da disponibilidade energética intramuscular, a densidade e a capacidade oxidativa mitocondrial (KRAEMER, 2012).

Neste interim, a natação possibilita aumento de força e resistência de membros inferiores, equilíbrio e coordenação motora. Além disso, vale ressaltar que a natação também auxilia no ganho de flexibilidade, força, coordenação motora e condicionamento cardiovascular. Todos os fatores benéficos proporcionados pela natação trazem uma melhor qualidade de vida como consequência, bem como sensação de independência (PEREIRA, 2017).

Para melhor performance no que se refere à capacidade física em relação aos membros inferiores, velocidade de caminhada e capacidade funcional, a prática de natação na infância de forma regular é de grande importância para apresentação de resultados consistentes. Pessoas com o estilo de vida ativo, têm aproximadamente 30% menos probabilidades de sofrer por falta de mobilidade funcional na fase idosa. Neste contexto, é recomendado a prática de natação, independentemente da idade e do sexo como forma de melhorar a capacidade de realizar as atividades do dia a dia (ANTON, 2018).

A atividade aquática para crianças cresceu muito, tudo isso se deve aos seus efeitos positivos e benéficos na vida das crianças que a praticam, mostrando que a natação vem contribuindo muito em vários aspectos na vida, desde a capacidade da melhoria de seu repertório motor ao desenvolvimento socio afetivo. Dessa forma, a natação oferece um conteúdo vasto de experiências sensoriais e motoras globais, proporcionando assim, o desenvolvimento íntegro da criança (SOUZA, 2017).

### **3 METODOLOGIA**

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

A pesquisa se classifica como uma revisão integrativa de análise qualitativa. Segundo as metodologias ativas, constituem alternativas para o processo de ensino-aprendizagem, com diversos benefícios e desafios, e foi observada falta de coesão em sua classificação por parte dos autores em análise (PAIVA, 2017).

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

Os descritores serão selecionados a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). O *vocabulário estruturado* e multilíngue DeCS, será 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. Para essa pesquisa serão utilizados os seguintes descritores: *criança*, *desenvolvimento* e *natação*.

### **3.3 Período da pesquisa**

A pesquisa será realizada de agosto a dezembro de 2023.

### **3.4 Amostra**

Identificou-se através das estratégias de buscas, os artigos que apresentavam pelo menos duas palavras-chaves inseridas em seu título e/ou resumo, utilizando as bases de dados PubMed e SciELO.

### **3.5 Critérios de Inclusão / Exclusão**

Serão incluídos artigos originais de pesquisa com seres humanos, com publicação do ano de 2017 até 2023, nos idiomas, inglês e português. Foram excluídos resumos, editoriais, artigos de revisão de literatura e artigos que estavam em duplicata. Também foram excluídos estudos que não respondiam à questão norteadora. O processo de seleção dos artigos será partir dos seguintes passos: 1) Leitura e análise dos títulos e resumos dos artigos; 2) Organização e ordenação dos estudos identificados; 3) Leitura dos artigos na íntegra.

### **3.6 Coleta de dados**

A amostra será selecionada utilizando da Pubmed e Scielo. Ambas as ferramentas possibilitam a localização de artigos, teses, dissertações e outras publicações úteis para pesquisadores.

### **3.7 Análise dos dados**

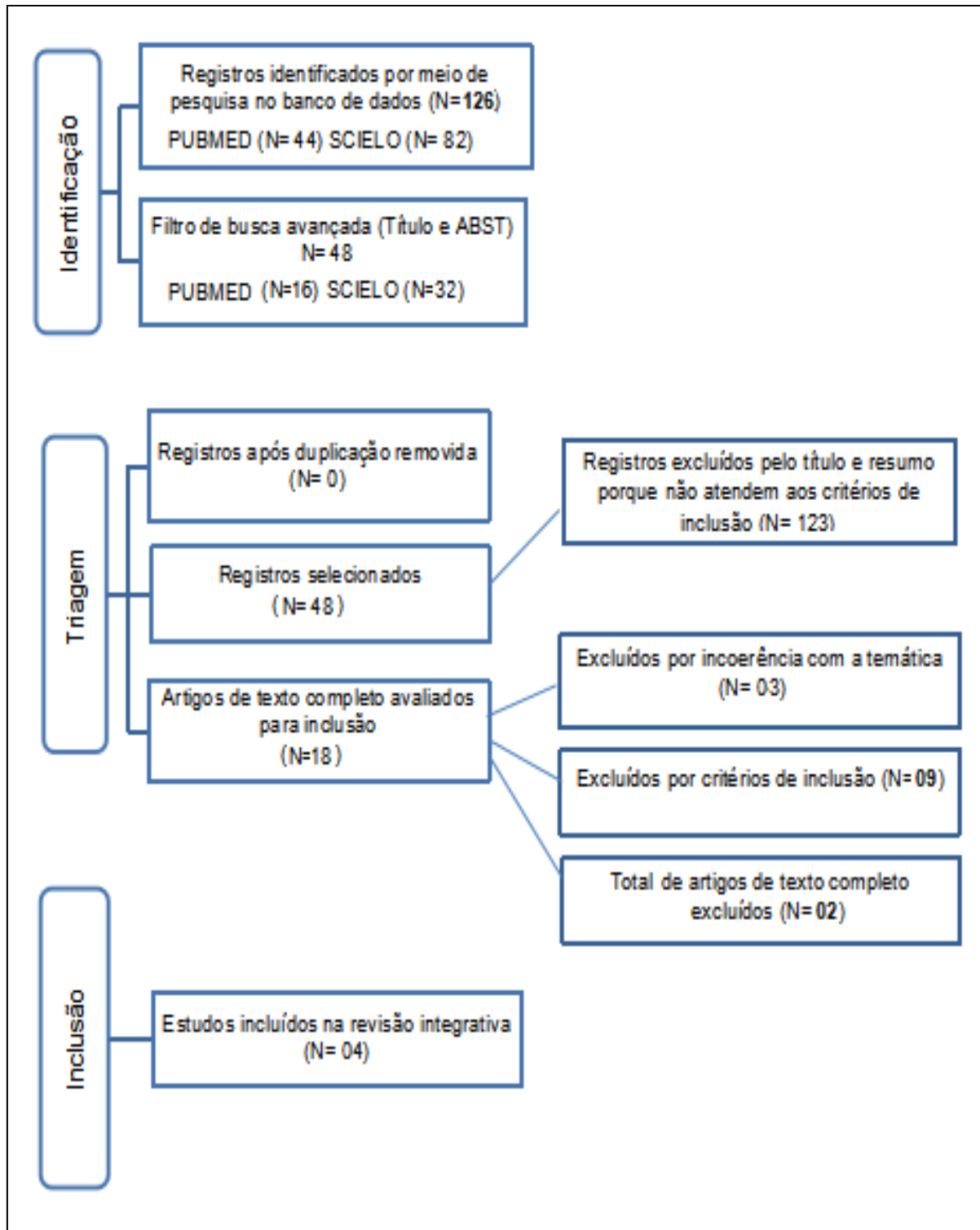
As variáveis coletadas serão organizadas em banco de dados no Excel e apresentadas em um quadro com suas principais características. É importante declarar que não existe conflito de interesses na pesquisa.

## **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao realizar uma busca inicial pelos trabalhos nas bases de dados Pubmed e Scielo sobre a influência da natação para o desenvolvimento de crianças, foram encontrados 126 potenciais estudos. Após esta etapa, foram analisados os títulos e resumos dos potenciais estudos, de modo a compará-los com os objetivos propostos na presente revisão integrativa, resultando em 88 estudos. Na última etapa de elegibilidade dos estudos, foi realizada a leitura integral dos 18 estudos, seguindo de exclusão por texto completo 02 artigos, justificando-se por incoerência com a temática 03 estudos e por critérios de inclusão 09. Neste sentido, restaram 04 estudos, que foram escolhidos para composição do presente trabalho.

Através da Figura 01, pode-se verificar o fluxograma de elegibilidade dos estudos utilizados no presente trabalho, que iniciou com a fase de identificação dos estudos, seguido da triagem e, por fim, inclusão, conforme demonstrado abaixo.

**Figura 01:** Fluxograma de escolha dos estudos



Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

No Quadro 01 serão evidenciadas as seguintes variáveis dos 04 estudos selecionados: tema do estudo; autor e ano do estudo; objetivo; metodologia e conclusões, conforme abaixo:

**Quadro 01:** Estratificação dos estudos selecionados

<b>TEMA</b>	<b>AUTOR/ANO</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>METODOLOGIA</b>	<b>CONCLUSÕES</b>
Epidemiology of children's swimming competence and water safety.	ASIER <i>et al.</i> (2022)	O principal objetivo deste estudo foi investigar o desenvolvimento psicomotor de crianças praticantes de natação nas escolas primárias dos distritos de Voivodina, Sérvia.	Os sujeitos incluídos foram alunos do ensino fundamental do primeiro ao oitavo ano (N = 2.778; masculino = 1.454, feminino = 1.324; idade = 10,73 ± 2,1 anos). Foi utilizado o questionário de competência de Natação para adquirir e analisar sua experiência de natação, eventos aquáticos e dados demográficos. Para a análise estatística foram utilizadas regressão logística e regressão múltipla hierárquica através do software SPSS	Concluiu-se que os alunos que praticavam natação possuíam maior capacidade quanto aos aspectos motores, fisiológicos e cognitivos, contribuindo também para melhora das relações interpessoais.

			versão 24.0 (SPSS, Inc., Chicago, Illinois, EUA).	
Análises de ações manipulativas em crianças da primeira infância praticantes de natação.	GEAMONON D (2017)	Avaliar a função manipulativa de crianças da primeira infância praticantes de natação.	O estudo foi realizado com 10 crianças, 05 que praticavam e 05 que não praticavam natação na cidade de Uberlândia-MG. A seleção da amostra de crianças para realização do estudo foi feita de forma aleatória. Utilizou-se o protocolo de avaliação do desenvolvimento motor aquático (HOEPA) " <i>Hoja de Observación para la Evolución de la</i>	Foi concluído que o desenvolvimento psicomotor aquático no tocante ao questo manipulação se encontra deficitário no grupo de crianças que não praticavam natação, podendo inferir que deve-se intervir precocemente nas alterações bem como estimular o desenvolvimento das crianças por meio da prática de natação.



			<i>Psicomotricidad Acuática</i> ".	
Influence of swimming training on fitness indicators in children.	TIAN & YU (2023)	Identificar qual estilo de nado proporciona maiores índices de desenvolvimento do público infantil.	O estudo foi realizado com uma amostra de 18 crianças, que foram divididas em grupos com 04 estilos de nado distintos: borboleta, nado de peito, nado de costas e estilo livre, num período de dois meses.	O processo de treinamento de aptidão física pode melhorar a qualidade global das crianças, em especial no grupo que costumava praticar nado sapo e nado borboleta.
Benefícios da natação para criança.	JESSICA & KAMYLA (2021)	Demonstrar a importância da natação para o desenvolvimento psicomotor de uma criança autista.	Trata-se de um estudo <i>in loco</i> realizado com uma criança autista do sexo masculino e 05 anos de idade praticante de natação. A coleta de dados foi realizada	Concluiu-se que o papel da natação é essencial para o desenvolvimento da criança, promovendo melhoria da coordenação motora,

			<p>mediante aplicação de 02 questionários, contendo perguntas abertas e fechadas, sendo que um questionário foi respondido pela mãe da criança e outro foi respondido pelo professor de natação da criança. Os aspectos analisados foram: coordenação motora, fala e interação social.</p>	<p>interação social e socialização com família e outras pessoas que fazem parte do convívio direto da criança.</p>
--	--	--	--	--

Fonte: Elaborado pelos autores (2023).

No estudo de Jessica & Kamyla (2021), inicialmente foi evidenciada certa dificuldade de adaptação ao novo estímulo aquático, bem como interação com as outras crianças que praticavam aulas de natação. Neste sentido, foi necessário a realização de um trabalho de acompanhamento especializado com a criança, de modo a entender suas necessidades específicas, a fim de desenvolver estratégias para engajá-la nas atividades aquáticas.

Já no estudo realizado por Geamonond (2017) as constatações foram diferentes, pôde-se observar a importância da natação para o desenvolvimento na infância. Inferiu-se então que por meio das aulas de natação e da perspectiva dos responsáveis pelas crianças, o grupo praticante de natação obteve maior performance quanto a capacidade motora, afetiva e cognitiva.

Assier *et al.* (2022) buscaram fazer uma análise comparativa dos benefícios da natação *versus* benefícios do futebol durante a infância. Em análise do critério de mudanças longitudinais pela prática dos dois esportes de forma distinta. Constatou-se que embora houvesse melhora da competência motora nos praticantes de futebol num range temporal de curto e longo prazo, as crianças que praticavam natação apresentavam um desenvolvimento motor mais consistente, ou seja, de forma contínua.

Tian & YU (2023) realizaram um estudo sobre a influencia da natação no desenvolvimento na fase infantil com 18 crianças através de um programa de estímulos num período de 08 semanas praticando natação. Os autores chegaram a uma constatação que corrobora com os resultados dos autores supracitados de que a natação proporciona inúmeros benefícios para o desenvolvimento corporal.

Geamomond (2017) ressalta que os princípios de iniciação esportiva devem ser disseminados para a prática de natação na infância , uma vez que possuem o mesmo objetivo de desenvolvimento motor da criança. Além disso, as crianças que praticam natação com frequência possuem os padrões de normalidade quanto ao perfil psicomotor bem mais avançados. Nota-se que quando são analisadas as variáveis de equilíbrio e motricidade global, os resultados são superiores no grupo de crianças que praticam natação.

Jessica & Kamyla (2021) ressaltam que em boa parte dos estudos sobre os efeitos da natação na infância não há o estabelecimento de critério de tempo mínimo para prática de natação. Por esta razão definiu-se como premissa para realização no estudo desenvolvido pelos autores do tempo mínimo de 6 meses de prática de natação. Entende-se que quanto maior o tempo de prática de natação, maior o desenvolvimento das habilidades motoras.

Observa-se também que no grupo de crianças praticantes de natação, o quociente motor geral é mais elevado, uma vez que cerca de 25% da amostra possui classificação motora em níveis normal e alto, ou seja, sua idade motora supera a idade

cronológica. Já no grupo de crianças que não praticam natação, apenas 8,30% possui idade motora superior a idade cronológica (JESSICA & KAMYLA, 2021).

Pode-se então utilizar como premissa que o grupo praticante de natação apresenta maior número de indivíduos com idade motora superior a idade cronológica. De forma qualitativa, o grupo praticante de natação apresenta classificações superiores em todos aspectos motores avaliados, exceto na organização espacial (ASSIER *et al.*, 2022).

Vale ressaltar que as habilidades de coordenação global e estrutura temporal são as variáveis que mais se diferenciaram entre os grupos de praticantes e não praticantes de natação, sendo tais habilidades mais presentes no grupo de praticantes de natação. A coordenação global compreende a habilidade de execução dos movimentos, remetendo a forma com que são realizados (TIAN & YU, 2023).

Na execução da natação, mesmo sendo de forma lúdica, requer da criança uma maestria para realização de movimentos de forma mais refinada, como sincronia na propulsão de pernas e braços. Além disso, a natação envolve movimentos com altas amplitudes, como saltar, arremessar, dentre outros. Todas estas atividades possibilitam maturação da consciência temporal da criança, fazendo com que a mesma adquira habilidades em atividades que demandem cronometragem de tempo (JESSICA & KAMYLA, 2021).

No tocante a estrutura temporal, pode ser trabalhada através da natação por meio de diferentes ritmos de propulsão envolvendo braços, pernas e coordenação temporal para respiração lateral e frontal. Assim, o presente trabalho contribui de forma complementar aos estudos anteriores de Geamonond (2017); Jessica & Kamyla (2021); Assier *et al.* (2012) e Tian & Yu (2023), que obtiveram resultados semelhantes aos encontrados no presente trabalho, de que a natação contribui para o desenvolvimento das habilidades motoras da criança.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Através dos resultados que foram evidenciados, pode-se inferir que o grupo de crianças que praticam natação possui melhor performance motora do que as crianças do grupo não praticante. Todavia, apenas os quesitos de motricidade global e estrutura temporal apresentaram discrepâncias acentuadas. Isso torna evidente que os movimentos realizados na prática de natação contribuem para melhoria da psicomotricidade, fundamental para crianças nas fases iniciais de descobrimento dos movimentos.

Nota-se que na medida que ocorrem déficits psicomotores em quaisquer habilidades da criança, podem impactar diretamente no seu aprendizado e desenvolvimento global. Desta forma, é dever do profissional de Educação Física desenvolver a psicomotricidade da criança nas aulas de natação, utilizando ferramentas lúdicas e interativas, de modo que a criança possa aprender se divertindo.

Os resultados demonstram que as crianças que praticam natação possuem melhor performance motora do que as crianças que não praticam. Isso torna evidente que os movimentos realizados na prática de natação contribuem para melhoria da psicomotricidade, fundamental para crianças nas fases iniciais de descobrimento dos movimentos. Além disso, foi verificado aumento da flexibilidade e da capacidade funcional, proporcionando melhora nas facetas psicológica e de relação social.

A realização do presente trabalho abre lacuna para realização de trabalhos futuros que possam instigar ainda mais sobre os benefícios da natação para o desenvolvimento da criança quanto habilidades motoras específicas.

## **REFERÊNCIAS**

ANTON, S. Nutrition and swimming exercise in children. *Current Protein and Peptide Science*, v. 19, n. 7, p. 649-667, 2018.

ASIER, G.; JULEN, L.; JULIO, G.; NIKOLA, T.; MARIJANA, R.; VALDEMAR, S.; BOGDAN, A.; NATASA, Z.; ANTONINO, B.; PATRIK, D. Epidemiology of children's swimming competence and water safety. 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35937234/>. Acesso em: 02 nov. 2023.

BARBOSA, G. Estratégias motivacionais: possibilidades de inclusão do lúdico no processo de ensino-aprendizagem da natação. 65f. Monografia (Especialização em Educação Física) - Universidade Estadual Paulista, Bauru –SP, 2007.

CHATARD J. Physiological aspects of swimming performance for persons with disabilities. *Med Sci Sports Exerc.* v. 24, n. 11, p. 1276-1282, 1992.

DAMASCENO, L. Transtorno do desenvolvimento da coordenação em crianças com transtornos do déficit de atenção e hiperatividade: um estudo com um programa de aprendizagem de natação. 206 f. Tese (Doutorado em Psicologia) - Universidade Federal do Espírito Santo, Centro de Ciências Humanas e Naturais, Vitória, 2017.

FARIAS, J. O Efeito de oito semanas de natação sobre a aptidão física no público infantil. *ACTA Brasileira do Movimento Humano*, v. 4, n. 1, p. 13-27, 2014.

GEAMONOND, L. Análises de ações manipulativas em crianças da primeira infância praticantes de natação. 2017. Disponível em: [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2314-25612017000100004&lang=pt](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2314-25612017000100004&lang=pt). Acesso em: 05 nov. 2023.

HANSON, E. Effects of swimming training on physical function: influence of power, strength, and body composition in children. *Journal of strength and conditioning research/National Strength & Conditioning Association*, v. 23, n. 9, p. 2627, 2019.

HELLANDSIG, E. Motivational predictors of high performance and discontinuation in different types of sports among talented young athletes. *International Journal Sport Physiology*, n. 29, p. 27-44, 1988.

JESSICA, O.; KAMYLA, S. Benefícios da natação para criança. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/scielo.php/VitaetSanitas/article/view/205>. Acesso em: 04 nov. 2023.

KRAEMER, W. Swimming and Resistance training for health and performance in children. *Currentsports medicine reports*, v. 1, n. 3, p. 165-171, 2012.

Lewin, G. Natação. Madri: Augusto Pilha Teleña, 1979.

MARCONDES E. Fatores Ambientais do Crescimento da Criança. RBCDH, 1980

NOVIKOFF, C. Os efeitos da iniciação esportiva na vida de crianças: o que a literatura vem apontando? *EFDeportes.com*, revista digital. Buenos Aires, ano 17, n. 173, 2012.

PAIVA, M. Metodologias ativas de ensino-aprendizagem: revisão integrativa. *SANARE-Revista de Políticas Públicas*, v. 15, n. 2, 2017.

PEREIRA, Luanda Maria et al. Impactos da natação no equilíbrio e funcionalidade de idosos não institucionalizados. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, v. 25, n. 1, p. 79-89, 2017.

PIAGET, J. O nascimento da inteligência na criança. 4.ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1982.

Rodríguez, L. História da natação e evolução dos estilos. *Natação, Saltos e Waterpolo*, v. 19, n. 01, p.38-49, 1997.

ROHLFS, Izabel Cristina Provenza de. In SILVA e COUTO (org.) *Manual do treinador de Natação*. Belo Horizonte: edições FAM. 1999

SOUZA, L. Prática de natação para melhora do equilíbrio em crianças. *Revista de Atenção à Saúde (antiga Rev. Bras. Ciên. Saúde)*, v. 15, n. 54, p. 55-60, 2017.

TIAN, C.; YU, L. Influence of swimming training on fitness indicators in children. 2023. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86922023000100214&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86922023000100214&lang=pt). Acesso em: 09 nov. 2023.