BENEFÍCIOS DO TREINAMENTO DA NATAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO MOTOR EM CRIANÇAS: UM ARTIGO DE REVISÃO

Marlon Vicente de Oliveira¹
Marcos Paulo Huber

Resumo: A natação surgiu na antiguidade como uma alternativa. Saber nadar era mais uma arma de que o homem dispunha para sobreviver. Os povos antigos (assírios, egípcios, fenícios, ameríndios, etc.) eram exímios nadadores. O desenvolvimento motor é um processo constante onde tem o início desde o nascimento do indivíduo e só acaba com sua morte, ou seja, o indivíduo evolui suas características motoras a vida toda. O objetivo desse artigo foi verificar se existe uma melhoria na coordenação motora para a criança que pratica natação como exercício físico. Para tanto, foi realizado através de pesquisa em artigos científicos relacionados sobre o assunto da natação e desenvolvimento motor em crianças. A partir do estudo realizado, juntamente com experiência nessa área, tornou-se possível constatar que a natação é um componente muito relevante para o desenvolvimento motor e deve ser estimulado o quanto antes a iniciação na prática. Foi possível chegar à conclusão de que através da natação, a criança é capaz de conhecer seu corpo e buscar desenvolver ao máximo sua capacidade motora, afetiva e cognitiva.

Palavra-chave: Natação. Desenvolvimento motor. Criança.

INTRODUÇÃO

O desenvolvimento motor é um processo constante onde tem o início desde o nascimento do indivíduo e só acaba com sua morte, ou seja, o indivíduo evolui suas características motoras a vida toda. (GALLAHUE, 2013) Ao longo das fases previstas de desenvolvimento, segundo Gallahue e Ozmun (2005), distinguem-se nestas idades o que os especialistas chamam de períodos críticos de aprendizagem, nos quais existe uma maior disposição físico-cognitiva para assimilar a influência externa, facilitando a aquisição e a melhoria das habilidades motoras.

A natação surgiu na antiguidade como uma alternativa. Saber nadar era mais uma arma de que o homem dispunha para sobreviver. Os povos antigos (assírios, egípcios, fenícios, ameríndios, etc.) eram exímios nadadores. Muitos dos estilos do nado desenvolvidos a partir das primeiras competições esportivas realizadas no século XIX

Artigo apresentado como trabalho de conclusão de curso de Graduação em Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina – UNISUL, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel. 2021. Orientador: Prof. Marcos Paulo Huber.

¹ Marlon Vicente de Oliveira - acadêmico do curso de Educação Física da Universidade do Sul de Santa Catarina.

basearam-se no estilo de natação dos indígenas da América e da Austrália (CDOF, 2009). A natação é o ato de deslocar-se sobre o meio líquido ou deslizar sobre a água. O ser humano independente de sua habituação ao meio líquido durante seu desenvolvimento intrauterino, do reflexo natatório e de alguns êxitos em partos feitos sob submersão total, necessita de algum tempo para aprender a nadar. Ao mesmo tempo é exigida uma maturação neurológica e emocional para poder ter domínio sobre o meio específico diferente do seu. (VELASCO, 1994).

De acordo com o art. 2º do Estatuto da Criança e do Adolescente, (Lei n.8.069, de 13 de julho de 1990), são consideradas crianças todas as pessoas que tenham até doze anos incompletos. (BRASIL, 1990). Conforme o RCN (Referencial Curricular Nacional) Brasil (1998), criança é um indivíduo que nasce com diversas capacidades sendo elas afetivas, emocionais e cognitivas e que depende da vivência com outras pessoas para aprender com elas e interagir de maneira que influencie e compreenda o ambiente e ampliem suas relações sociais para se sentirem seguras para se expressar.

A criança não nasce com a capacidade de saber fazer, mas com condições necessárias para poder fazer, ela nasce com o potencial para aprender a fazer. Estas mudanças dependem das características de empatia entre o processo pedagógico e as condições do organismo da criança submetida a ele, como também do amplo domínio pelo professor dos conteúdos a serem ensinados. A natação para a primeira infância propicia a aquisição de sentimento de confiança, respostas adaptativas mais adequadas, exercitação das destrezas motoras, conhecimento e domínio progressivo do corpo, socialização, entre outros aspectos. (BRANDÃO, 1984 apud DAMASCENO, 1997).

Diante disso, ao pesquisar esses estudos relacionados ao desenvolvimento motor da criança, surgiu o seguinte questionamento: existe uma melhoria na coordenação motora para a criança que pratica natação como exercício físico? Logo, o objetivo será identificar os benefícios do desenvolvimento motor em crianças praticantes de natação.

METODOLOGIA

Este é um estudo de revisão narrativa, pois busca respostas em artigos relacionados ao tema. O produto final foi um artigo de revisão.

Foram investigados artigos em duas bases de dados eletrônicas com relevância (SCIELO e ferramenta de busca), que apresentaram temas importantes sobre o

desenvolvimento motor em crianças praticantes de natação. O período correspondente foi de janeiro de 2008 a dezembro de 2020.

Os critérios de inclusão dos artigos foram: (a) estudos publicados em português, inglês ou espanhol; (b) artigos originais; (c) estudos disponíveis em formato completo; e (d) definição de estudo do desenvolvimento motor em crianças na modalidade da natação.

Após a leitura dos artigos selecionados de acordo com os critérios de inclusão, foram anotados os resultados e conclusões mais importantes encontrados nos estudos, para que se possa promover a discussões acerca do problema da pesquisa.

RESULTADOS

Após o processo de busca foram selecionados 14 artigos. Foram excluídos 5 porque fugiam do tema. Esta seleção veio por meio do título, resumo e após isso, a leitura integral dos artigos, contando então com a inclusão de 9, para análise final.

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Emanuelle Mendes Fialho	2013	Apartir deste estudo, constata-se que, contemplar as primícias e exigências de uma modalidade esportiva não é o bastante para garantir que a intervenção seja positiva.	Sendo assim, conclui-se que, os princípios da Iniciação Esportiva Universal podem e devem ser adaptados e aplicados ao ensino na natação infantil, de forma que a técnica posta em segundo plano, não descaracterize a modalidade esportiva. Na fase inicial da natação,

			tais princípios são admitidos como norteadores dos planos de ensino, tendo como chave, o processo de desenvolvimento motor da criança. O ensino da natação infantil deve encontrar nesta proposta meios para sustentar teoricamente a didática aplicada às aulas.
--	--	--	---

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Danielle Cristina Sales Marinho Chaves; Antônia Elizângela das Chagas Oliveira, Jefferson de Sousa Lima; João Bosco de Queiroz Freitas Filho; Eduardo Jorge Lima;	2017	Os dados mostraram que todas as crianças obtiveram idade motora geral superior a idade cronológica, contudo, as que praticam natação tiveram médias mais elevadas para quociente motor, classificando-se a motricidade global (160,4) em “muito superior”, equilíbrio (125,53) em “superior” e o esquema corporal/agilidade	Os dados expostos mostram que na visão dos pais a após a prática da natação em grupo as crianças melhoraram a socialização, o respeito aos professores e colegas, aprimorando a perseverança, comprometimento e disciplina, além do

		<p>(108,3) em “normal médio”. Já o outro grupo obteve classificação para motricidade global (112,93) “normal alto”, o equilíbrio (110,86) “normal alto” e esquema corporal/agilidade (121) “superior”.</p>	<p>controle da agressividade. Assim todos foram unânimes aos benefícios da nataçã no desenvolvimento social e afetivo após a prática dessa atividade física. O desenvolvimento motor de ambos os grupos 1 e 2, obtiveram Idade Motora Geral (IMG) maior do que a Idade Cronológica(IC). Contudo, notou-se que os praticantes de nataçã obtiveram resultados maiores com relação ao desenvolvimento motor, principalmente na motricidade global do que crianças com a mesma idade e que não praticam nataçã. A nataçã nos primeiros anos de vida é um dos</p>
--	--	--	--

			<p>esportes mais indicados por estimular a ampliação do repertório motor e valorização das relações sociais entre as crianças possibilitando o pleno respeito aos valores atitudinais e como meio para melhorar a interação e socialização de maneira lúdica e conhecendo seu corpo de maneira harmoniosa.</p>
--	--	--	--

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
<p>Lauana Priscila da Silva , Leticia Regina Dias , MabileTaize B. F. Caetano , Anderson Martelli, Renata Camargo Frezzato, Lucas RissetteDelbim</p>	<p>2016</p>	<p>Houve um melhor desempenho no Equilíbrio e na Motricidade Global pode ser explicado pelo fato de que o equilíbrio é à base de toda a coordenação global. Amaro e outros (2009) constataram em seu estudo que</p>	<p>Este estudo mostrou que o desenvolvimento motor de crianças praticantes e não praticantes de atividades lúdicas aquáticas não apresentou diferença relevante entre elas, talvez pelo número</p>

		as idades motoras referentes à motricidade global e equilíbrio apresentaram valores estatisticamente iguais.	reduzido de participantes, o que implica na necessidade de mais estudos sobre o assunto.
--	--	--	--

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Angélica Tomazeli, Renata Ramos Goulart	2019	Depois de realizar as 2 semanas de testes, as crianças apresentaram resultados distintos em relação às seguintes atividades de deslizamento e salto horizontal, crianças que praticam natação têm melhores resultados do que crianças que não praticam o esporte. A idade da criança também interfere nos resultados.	Este estudo possibilitou reconhecer que a natação é um recurso valioso no desenvolvimento de estímulos motor, reconhece-se que há diferenças significativas entre as atividades realizadas em meio terrestre e em meio líquido, não deixando de lado fatores da idade, ambientes e o estado emocional das crianças que podem interferir no desempenho motor dos indivíduos.

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
<p>Jaqueline de Oliveira Silva, Júlia Caetano Martins, Rosane Luzia de Souza Morais, Wellington Fabiano Gomes</p>	<p>2009</p>	<p>O desenvolvimento global foi avaliado por meio do teste Denver II e o Aims foi aplicado para verificar, mais especificamente, o desenvolvimento motor grosso das crianças. Os resultados das crianças, antes do início do programa, nas escalas atribuídas aos escores no teste Denver (escala de 1 a 6) variaram de 2 a 6 em todos os domínios; e, no teste Aims (escala de 1 a 7), de 3 a 6. Após o programa, os resultados variaram, respectivamente, de 4 a 6 e de 3 a 7. Quando comparados estatisticamente, não foram encontradas diferenças</p>	<p>O ambiente aquático fornece muitos benefícios para a criança, porém, não se pode afirmar que o estímulo precoce nesse meio favoreça o desenvolvimento infantil em seus diversos aspectos. Neste estudo, de um programa de quatro a oito semanas de estimulação aquática de crianças típicas, não foram verificadas alterações nas áreas de desenvolvimento avaliadas.</p>

		<p>significativas entre os valores antes e após o programa de estimulação aquática: os valores de p foram, no Aims, $p=0,299$; e, nos domínios do Denver II pessoal-social $p=0,157$, motor fino adaptativo $p=0,705$, motor grosso $p=0,317$ e linguagem, $p=0,914$).</p>	
--	--	---	--

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Vera Martins, Antônio J. Silva, Daniel A. Marinho, Aldo M. Costa	2015	Os resultados revelaram a existência de diferenças significativas ($p < .05$) entre os grupos de crianças no que se refere ao desenvolvimento motor global e à mestria em diversas habilidades motoras globais em todos os anos de escolaridade. A	Os nossos resultados revelam a existência de diferenças significativas no desenvolvimento motor global e nos resultados normalizados dos respectivos subconjuntos entre as crianças com e sem experiência aquática escolar e em cada ano de

		<p>influência da prática da natação parece maior nas habilidades de controlo de objetos.</p>	<p>escolaridade. A prática acumulada da natação parece conduzir a uma variação positiva e significativa do desenvolvimento em várias habilidades motoras, mas, sobretudo no controlo de objetos (deslizar, bater em bola parada, driblar estático, chutar, lançar superior e lançar inferior).</p>
--	--	--	--

AUTOR	ANO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Leonardo Geamonond	2017	Os resultados obtidos nesta pesquisa nos leva a concluir que o desenvolvimento psicomotor aquático na esfera manipulação se encontra deficitário, devemos intervir precocemente nas alterações bem como estimular o	De acordo com a metodologia adotada e os resultados encontrados podemos concluir que o desenvolvimento das ações manipulativas em crianças da primeira infância praticantes de natação avaliadas pela escala (HOEPA), <i>“Hoja de Observación para laEvolución de laPsicomotricidadAcuática”</i> foi registrado em baixo

		desenvolvimento normal.	desenvolvimento, pois apenas 30,5% do total de avaliados as vezes recolhiam os objetos na piscina e 20,5% não encontraram problemas em deslocar com objetos nas mãos. O que nos leva a concluir que na primeira infância o desenvolvimento psicomotor aquático deve ser bastante estimulado, antes que inicie a prática dos estilos.
--	--	-------------------------	--

DISCUSSÃO

Para diagnóstico então, foram separados dois artigos além dos sete incluso nos quadro para analisar e comparar com os demais selecionados. Abrangendo assim, mais informações como aprendizado e para agregar ainda mais conhecimento.

De acordo com a abordagem de Bruno Ribeiro Machado e Roberto Ruffeil em uma análise da fase motora fundamental (2 a 6 anos) foi observada uma dificuldade das crianças se adaptarem com o novo estímulo aquático, assim como a dificuldade de interação com outras crianças. A partir do estudo realizado, juntamente com a experiência nesta área, tornou-se possível observar e constatar a importância deste esporte no crescimento e desenvolvimento infantil. Definem também os autores que, através da natação, a criança é capaz de conhecer seu corpo e buscar desenvolver ao máximo sua capacidade motora, afetiva e cognitiva.

Nos testes realizados pelos autores, Helena A. Rocha, Daniel A. Marinho, Boris Jidovtseff, Antonio J. Silva e Aldo M. Costa em seu artigo publicado em inglês, abordam o teste de desenvolvimento motor grosso (TGMD-2). Ulrich (2000), foi utilizado para avaliar a competência das crianças nas habilidades motoras fundamentais. Este estudo buscou descrever as mudanças longitudinais no desenvolvimento motor decorrentes da prática de natação ou futebol na infância. Após a análise dos resultados o

estudo mostrou que a prática esportiva na infância parece contribuir para um maior desenvolvimento motor. Apesar da melhora na competência motora dos praticantes de futebol em curto e longo prazo, os praticantes de natação apresentam um desenvolvimento motor contínuo, principalmente nas habilidades de controle de objetos.

Em uma análise feita por Jaqueline, Júlia Caetano, Rosane Luzia e Wellington Fabiano Gomes (2009), onde os doze avaliadas sendo crianças participaram de um programa de estudo com estímulo de quatro a oito semanas de natação, conclui que o ambiente aquático fornece muitos benefícios para a criança, porém não se pode afirmar que o estímulo precoce nesse meio favoreça o desenvolvimento infantil em seus diversos aspectos.

Emanuelle Mendes Fialho (2013) comenta em seu artigo que os princípios da iniciação esportiva universal podem e devem ser adaptados e aplicados ao ensino na natação infantil, de forma técnica posta em segundo plano, não descaracterize a modalidade esportiva. Na fase inicial da natação, tais princípios são admitidos como norteadores dos planos de ensino, tendo como chave, o processo de desenvolvimento motor da criança. O ensino da natação infantil deve encontrar nesta proposta, meios para sustentar teoricamente a didática aplicada às aulas.

No estudo realizado pelos autores Danielle Cristina Sales Marinho Chaves, Antônia Elizângela das Chagas Oliveira, Jefferson de Sousa Lima, João Bosco de Queiroz Freitas Filho, Eduardo Jorge Lima, podemos identificar que a pesquisa trata-se de um estudo transversal e observacional, de abordagem quantitativa, realizado entre os meses de agosto e outubro de 2016. Foram avaliadas 20 crianças nesse artigo e pode-se concluir que as crianças que praticam natação possuem um perfil psicomotor dentro dos padrões de normalidade com tendência a uma situação psicomotora mais avançada.

Segundo os pesquisadores Lauana Priscila da Silva, Leticia Regina Dias, MabileTaize B. F. Caetano, Anderson Martelli, Renata Camargo Frezzato e Lucas Rissette Delbim, em seu artigo característico com delineamento transversal com uma amostra de 16 crianças. Houve um melhor desempenho no Equilíbrio e na Motricidade Global que pode ser explicado pelo fato de que o equilíbrio é à base de toda a coordenação global. Este estudo mostrou que o desenvolvimento motor de crianças praticantes e não praticantes de atividades lúdicas aquáticas não apresentou diferença relevante entre elas, talvez pelo número reduzido de participantes, o que implica na necessidade de mais estudos sobre o assunto.

No estudo realizado por Angélica Tomazeli e Renata Ramos Goulart, após realizar as duas semanas de testes, as crianças apresentaram resultados distintos com relação as seguintes atividades: Deslizamento e Salto horizontal. Crianças que praticam natação apresentam resultados melhores que crianças que não praticam o esporte. O estudo possibilitou reconhecer que a natação é um recurso valioso no desenvolvimento de estímulo motor. Reconhece-se que há diferenças significativas entre as atividades realizadas em meio terrestre e em meio líquido, não deixando de lado fatores da idade, ambientes e o estado emocional das crianças que podem interferir no desempenho motor dos indivíduos.

Nos testes realizados em um estudo piloto por Jaqueline de Oliveira Silva, Júlia Caetano Martins, Rosane Luzia de Souza Morais e Wellington Fabiano Gomes, a amostra foi composta por crianças de 0 a 18 meses com o intuito de verificar a influência do estímulo aquático. Os autores definem que o ambiente aquático fornece muitos benefícios para a criança, porém, não se pode afirmar que o estímulo precoce nesse meio favoreça o desenvolvimento infantil em seus diversos aspectos.

De acordo com os autores Vera Martins, Antônio J. Silva, Daniel A. Marinho e Aldo M. Costa, este presente estudo teve como objetivo descrever o nível de desenvolvimento motor global de crianças do 1º ciclo do ensino básico, com e sem experiência prévia em programas de ensino da natação. A amostra foi constituída por 140 crianças portuguesas do 1º ao 4º ano de escolaridade. Os autores afirmam que “os nossos resultados revelam a existência de diferenças significativas no desenvolvimento motor global e nos resultados normalizados dos respectivos subconjuntos (locomotor e controlo de objetos) entre as crianças com e sem experiência aquática escolar e em cada ano de escolaridade. A prática acumulada da natação parece conduzir a uma variação positiva e significativa do desenvolvimento em várias habilidades motoras, mas, sobretudo no controlo de objetos (deslizar, bater em bola parada, driblar estático, chutar, lançar superior e lançar inferior)”.

Segundo Leonardo Geamonond (2017), de acordo com os dados apresentados, podemos perceber que com relação às ações manipulativas, 30,5% das crianças praticantes de natação às vezes recolhiam os objetos de diferentes tamanhos e levavam à borda da piscina. Essa dificuldade encontrada se esclarece devido à idade muito prematura e a ausência do domínio de algum estilo bem definido. Dos 30,5% que conseguiram recolher os objetos de diferentes formas, 20,5% não encontraram problemas em deslocar-se com objetos nas mãos. Isso se dá pelo

desenvolvimento individual de cada criança. Por mais que sejam aulas coletivas, algumas crianças irão desencadear processos de retenção de habilidades motoras mais rápido do que outras. Esse fator é algo completamente normal dentro do processo de ensino aprendizagem. O estudo conclui então que, na primeira infância, o desenvolvimento psicomotor aquático deve ser bastante estimulado, antes que inicie a prática dos estilos.

CONCLUSÃO

Após a realização do estudo, uma análise em um total de 10 artigos de diversos autores, chegou à conclusão de que a natação é um componente muito relevante para o desenvolvimento motor e deve ser estimulado o quanto antes a iniciação na prática infantil.

A partir do presente estudo, foi possível chegar à conclusão de que através da natação, a criança é capaz de conhecer seu corpo e buscar desenvolver ao máximo sua capacidade motora, afetiva e cognitiva. O estímulo da natação infantil tem como chave um melhor desenvolvimento motor nesta importante fase da vida da criança.

REFERÊNCIAS

APOLINÁRIO, M. R. et al. **Estratégias para o ensino da natação**. 1. Ed. São Paulo: Phorte, 2016.

BONAMIGO, E. M. R. **Como ajudar a criança no seu Desenvolvimento 0 a 5 anos**. Universidade, 1982.

BRASIL. Lei no 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L8069.htm#art266>. Acesso em: 26mar. 2021.

CATTEAU, R., GAROFF, G. **O ensino da natação**. 3 ed. São Paulo: Manole, 1990.

CDOF. **Natação. Histórico**, 2009. Disponível em <<https://www.cdof.com.br/natacao1.htm>> Acesso em 26 mar. 2021.

CHOW, B. C., & LOUIE, L. H. T. (2013). Difference in children's gross motor skills between two types of preschools. *Perceptual and Motor Skills*, 116(1), 253–261. Disponível em <<http://doi.org/10.2466/25.06.10.PMS.116.1.253-261>>. Acesso em: 30mar. 2021.

DAMASCENO, L. G. **Natação, psicomotricidade e desenvolvimento**. Brasília: Secretaria dos Desportos da Presidência da República, 1992.

DURAN, M. **Aprendendo a nadar em ludicidade**. São Paulo: Phorte. 2005.

FERNANDES, J. R. P.; COSTA, P. H. L. da. **Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos**. Revista Brasileira de Educação Física e esporte, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 5-14, jan./mar., 2006.

GALLAHUE, D.L; OZMUN, J.C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: Bebê, Criança, Criança, adolescente adolescente e adulto**. 3ed., 2005.

GEAMONOND, Leonardo. **Análises de ações manipulativas em crianças da primeira infância praticantes de natação**. Educ. fís. cienc., Ensenada ,v. 19,n. 1,p. 00, sept. 2017. Disponível em <http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2314-25612017000100004&lng=es&nrm=iso>. Acesso em 10 abr. 2021.

MARTINS, Vera et al . **Desenvolvimento motor global de crianças do 1º ciclo do ensino básico com e sem prática prévia de natação em contexto escolar**. Motri., Ribeira de Pena , v. 11, n. 1, p. 87-97, mar. 2015 . Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2015000100009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 10 abr. 2021.

ROCHA, Helena A. et al . **Influence of regular soccer or swimming practice on gross motor development in childhood**. Motri., Ribeira de Pena , v. 12, n. 4, p. 33-43, dez. 2016 . Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2016000400005&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 11 jun. 2021.

ULRICH, D. A., & Sanford, C. B. (2000). **Test of Gross Motor Development: Examiners Manual** (2a ed.). Austin, Texas: Pro-Ed.

VELASCO, C. G. **Natação segundo a psicomotricidade**. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus por toda honra e toda glória e ter me iluminado nesse caminho me dando sabedoria para buscar minha graduação. Agradeço a minha mãe especialmente por ter me gerado e por ter me ensinado tudo que ela sabe sobre a

vida e por suas orações. Ela é minha rainha, companheira e faz de tudo por mim. Esta vitória eu dedico à ela. Agradeço ao meu pai que sempre me apoiou e que batalhou muito por mim e por meus irmãos. Agradeço a minha esposa Maria Eduarda que é meu alicerce e toda minha família por me apoiar e fazer parte desta jornada.

Dedico também essa vitória a meus avós que já não se encontram em vida terrena. Agradeço aos meus amigos verdadeiros e ao anjo Gabriel, por sempre serem sinceros e verdadeiros comigo. Agradeço as pessoas que me ajudaram na realização desse artigo.

Sou grato à Educação Física por ter me proporcionado momentos incríveis e um conhecimento enorme que vou carregar comigo e a oportunidade de trabalhar com a natação, que é a área que eu amo.

Grato pelo meu orientador Marcos Paulo Huber, pela disciplina, rigidez e conhecimento que ele tem. Agradecido pelos professores que são de grande inteligência e todos foram importantes para minha formação.

Agradecido pelos professores de natação que fizeram parte da minha história.

Grato pela prof. Dione que me ajudou no início desta pesquisa. Agradeço ao prof. Luciano da UNESC pelos ensinamentos.

Agradeço, especialmente, ao meu mentor nas águas chamado João Ricardo, que além de me ensinar a nadar, me concedeu a oportunidade de continuar o seu trabalho.