

Adaptação ao Meio Aquático de bebés

A situação em Portugal

S. SANTOS*
P. SARMENTO**

1. INTRODUÇÃO

O trabalho que aqui se apresenta foi resultado de um estudo pioneiro em Portugal, na medida em que teve por base um levantamento ao nível de algumas variáveis com o intuito de caracterizar o que efectivamente se faz no nosso país ao nível da Adaptação ao Meio Aquático com bebés.

Um dos principais objectivos que pretendemos alcançar com este estudo passa precisamente pela reflexão do que se faz em Portugal nestas aulas.

A ausência de estudos no nosso país sobre o desenvolvimento desta actividade, resume por si só, o interesse desta investigação, contribuindo assim, para a caracterização do funcionamento das aulas e das metodologias adoptadas nas piscinas portuguesas.

2. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Vários autores como Cardoso et al. (1998) e Santos (1998) referem que a natação para bebés, como é vulgarmente conhecida a aula de Adaptação ao Meio Aquático com bebés, tem sofrido

grande desenvolvimento no nosso país e que já se encontram programas de intervenção no meio aquático num grande número de piscinas portuguesas.

2.1 As aulas de adaptação ao meio aquático

No que respeita à frequência semanal das aulas, Velasco (1994) recomenda uma assiduidade de duas sessões semanais, para que se verifique um retorno mais rápido das conquistas do bebé na água. Contudo, Vallet (1974) e Timmermans (1975) assinalam a frequência de uma aula por semana, como o mínimo desejado para este tipo de trabalho.

Relativamente à duração da aula, parece haver um certo consenso entre os diversos autores, de que esta deve limitar-se no máximo, entre 30 a 45 minutos, no entanto, esse tempo poderá variar, uma vez que cada bebé reage de forma diferente a este factor. O aparecimento de qualquer sinal de inadaptação ou de mal estar, deve condicionar a duração da sessão.

O acompanhamento do bebé durante a aula na piscina é realçado na literatura com bastante importância, dado que este factor é considerado como essencial e indispensável à sua segurança física, bem como à estabilidade emocio-

nal e consequente disponibilidade para a aprendizagem (Sarmento e Montenegro, 1992). Para numerosos autores como Azemar (1974), Magnin (1974) e Obeso (1992), a criança deve ser acompanhada e guiada nas suas actividades aquáticas por um ou ambos os pais, sendo a mãe, aquela que é geralmente mais aceite pelo bebé.

2.2 Objectivos da actividade

No que respeita aos objectivos mais preconizados para este tipo de actividade, Sarmento e Montenegro (1992) e Timmermans (1975) defendem que as aulas de adaptação ao meio aquático, não servem para ensinar os bebés a nadarem, no sentido tradicional do termo, mas sim para torná-los mais aptos a lidar com a água, sendo esta aprendizagem uma aquisição secundária, relativamente ao sentimento de alegria e satisfação em estar no meio líquido.

Para Sarmento (2001) e Fouace (1979), o medo da água é desencadeado por uma situação de inadaptação, associada a imagens sociais (criadas muitas vezes pelos pais) relativamente aos perigos da água, sendo visível através de uma reacção de grande angústia. Assim, outros objectivos que devem ser valorizados, passam precisamente pelo

* Mestre em Desporto, Recreção e Lazer, FCDEF-UP.

** Professor Catedrático da Faculdade de Motricidade Humana - UTL.

combate a esse medo, através da vivência de situações agradáveis e seguras pela criança, de modo a que esta sinta prazer e satisfação em estar na piscina.

Segundo Morgado (1995), um bebé que frequente regularmente estas aulas, tem a oportunidade de vivenciar uma série de experiências no meio aquático que irão reforçar a sua psicomotricidade. Para além deste desenvolvimento, Patrício (1997) assinala os fortes benefícios que as sessões de adaptação ao meio aquático podem trazer ao nível da socialização da criança, na promoção dos momentos lúdicos com os pais e o consequente reforço dos laços afectivos.

2.3 Papel do professor

Para Azemar (1973) e Sarmiento e Montenegro (1992) o professor desempenha um papel essencial como orientador da intervenção dos pais, moderando a sua acção de forma a enriquecer e facilitar o processo de adaptação da criança. A sua disponibilidade para esclarecer as dúvidas dos pais acerca desse processo é crucial, para que o nível e o ritmo de aprendizagem do bebé seja entendido pelos pais e, acima de tudo, respeitado.

Para que este acompanhamento seja efectivo, recomenda-se que a orientação dos pais seja feita de forma individual, tendo em conta as suas expectativas e motivações, tentando não interferir negativamente com a sua imagem parental, nem com a imagem que têm do seu filho.

2.4 Papel dos pais

Quanto aos pais, a sua presença na água junto dos seus filhos, é unânime por parte de numerosos autores (Sarmiento, 2001; Obeso, 1991; Vallet, 1974), dada a sua importância na segurança física (auxiliares do desempenho na água dos bebés) e afectiva da criança.

Para Cardoso et al. (1999), os pais tornam-se co-responsáveis pelo processo de aprendizagem dos seus filhos, uma vez que são essenciais como fonte de

estabilidade emocional e de segurança para a criança, tornando-a mais disponível para novas conquistas. Segundo Azemar (1974), os pais devem estar directamente implicados na condução das actividades aquáticas, sendo os principais intervenientes sobre o bebé.

2.5 Metodologia da sessão

Uma das fases de trabalho descritas por Cardoso et al. (1998) e Santos (1998) inclui a realização de uma reunião de pais com o objectivo de dar a conhecer os objectivos, os pressupostos e a metodologia de trabalho, assim como fornecer-lhes uma panorâmica global do processo adaptativo da criança (formação dos pais). Os autores incluem também observações específicas sobre o desenvolvimento do bebé, recorrendo à observação directa e indirecta (imagens de vídeo), permitindo ao professor estabelecer qual a etapa de desenvolvimento em que a criança se encontra e que tipo de intervenção fazer com o par (filho-mãe/pai) na água.

Para Sarmiento (2001), a regra de ouro desta actividade baseia-se no respeito pelo ritmo individual de cada bebé, pelo que a orientação metodológica de um trabalho aquático efectuado com crianças, não deverá ter a intenção de provocar um adestramento das mesmas, mas sim, proporcionar-lhes uma adaptação progressiva, respeitando o ritmo que lhes é perfeitamente individualizado, bem como de cada grupo familiar.

O uso de instrumentos de flutuação (exemplo: braçadeiras) é alvo de grande controvérsia, na medida em que a criança pode ficar dependente deles. No entanto, na opinião de Sarmiento e Montenegro (1992), a utilização de braçadeiras pode ser muito útil, se usadas com as devidas precauções, não descurando a supervisão constante por parte dos pais. Estes meios auxiliares de flutuação proporcionam uma grande

capacidade de movimento e exercitação, novas formas de jogo (sem imersões constantes), possibilitando uma maior autonomia motora à criança e uma maior segurança para os pais. À medida que o bebé vai evoluindo na exploração do meio aquático, Sarmiento (2001) entende como correcto do ponto de vista evolutivo, o esvaziamento, pouco a pouco, do ar das braçadeiras até ao seu abandono completo.

Outra das questões importantes a ter em conta durante a sessão, refere-se ao uso de material didáctico-pedagógico adequado e atractivo, como elemento apelativo e intermediário entre a água e a criança, atraindo-a para novos jogos e conquistas aquáticas. Langendorfer e Bruya (1995) salientam a importância da vertente lúdica nos programas de actividades aquáticas, pois consideram que as crianças aprendem, brincando,



sendo a via do jogo, o caminho mais adequado para a conquista da sua autonomia.

Por fim, a realização de determinadas manobras, como a imersão ou o salto devem ser realizadas com o maior dos cuidados. Se por um lado, a aquisição destas habilidades podem significar uma boa adaptação ao meio aquático e uma maior autonomia por parte da criança, a sua introdução repentina, forçada ou inesperada, pode ser fonte de um retrocesso na adaptação e na recusa de novas experiências do género. Por isso, diversos autores (Magnin, 1974; Vallet, 1974; Timmermans, 1975) aconselham que o bebé seja previamente alertado para a realização destas manobras com

loquções simples (exemplo: 1, 2, 3) ou com pequenos sinais de aviso (levantar a criança na vertical e soprar-lhe ligeiramente para a face).

3. METODOLOGIA

Este estudo foi realizado com uma amostra de 99 professores que leccionavam aulas de adaptação ao meio aquático com crianças até aos 36 meses de idade, de Portugal Continental e Região Autónoma da Madeira, num conjunto total de 10 distritos (Viana do Castelo, Braga, Vila Real, Porto, Coimbra, Santarém, Lisboa, Setúbal, Faro e Funchal).

Uma parte do estudo centrou-se na caracterização de três grandes grupos de variáveis:

- Organização institucional das aulas
 - Localização da instituição
 - Frequência semanal
 - Duração
 - Acompanhante do bebé
- Professor
 - Género
 - Idade
 - Profissão
 - Habilitações académicas
 - Habilitações específicas
 - Experiência profissional
- Organização metodológica das aulas
 - Objectivos das aulas
 - Papel do professor
 - Papel dos pais
 - Organização metodológica da sessão.

Como instrumento de trabalho foi construído um questionário fechado para a recolha das informações pretendidas e o tratamento dos dados foi efectuado a partir do programa estatístico SPSS, versão 10.0. Ao nível do tratamento estatístico efectuámos a análise de frequência e descritiva nas perguntas fechadas e a análise de conteúdo, nas perguntas semi-abertas.

4. RESULTADOS

4.1 Organização Institucional das Aulas

Relativamente ao primeiro grupo de variáveis (organização institucional das aulas) e no que diz respeito à localização da instituição, encontramos a maioria dos professores a exercer a sua actividade na região centro do país, sobretudo no distrito de Lisboa (Figura 1).

Ao nível da frequência semanal das aulas, a maioria dos professores do nosso estudo leccionam estas sessões uma vez por semana (60,6%), enquanto que 25,3% realizam duas sessões semanais e 14,1% dos professores, dão três aulas por semana.

Quanto à duração das sessões na piscina, 67,7% dos professores da amostra leccionam aulas de 30 minutos, en-

quanto que 32,3% referem fazê-lo durante 45 minutos.

Na questão do acompanhante do bebé na água, a mãe, é em 62,7% dos casos, a companheira mais referida pelos professores, como aquela que acompanha o bebé dentro de água, contra os apenas 14,4% dos pais. Ambos participam nas actividades aquáticas dos seus filhos em 16,1% das situações e em 6,8% das vezes, são outras pessoas que levam a criança para dentro da piscina (amas ou empregadas, avós, irmãos ou exclusivamente o professor) (Figura 2).

4.2 Caracterização do professor

No que respeita a este segundo bloco de variáveis, não foram encontrados registos sobre o seu estudo, pelo que foram escolhidas uma série de variáveis,

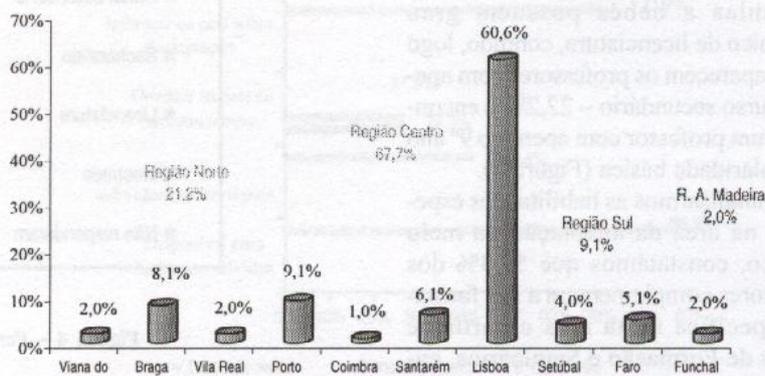


Figura 1 – Percentagem dos distritos e das regiões

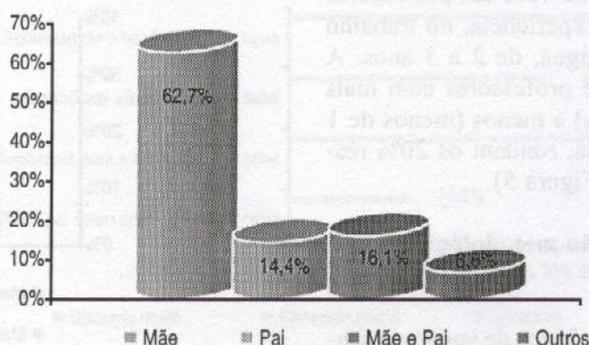


Figura 2 – Percentagens dos acompanhantes do bebé

que a nosso ver, permitiriam uma melhor caracterização do profissional que se encarrega destas aulas.

Assim, de acordo com os dados obtidos, a maioria dos agentes educativos que se mantêm à frente das classes de adaptação ao meio aquático, são professoras – 67,7% e apenas 28,3%, são professores.

A faixa etária mais preponderante encontra-se entre os 24 e os 34 anos de idade. Os restantes grupos etários analisados, apresentam valores iguais entre si: até 24 anos, com 12% e acima dos 35, com igualmente 12%.

No que concerne à profissão, a maioria são professores de Educação Física (37,4%), seguindo-se os professores de natação (25,3%). Salientamos o facto de existirem à frente destas classes 11,1% de estudantes, a maioria dos quais, estudantes universitários (Figura 3).

Quanto às habilitações académicas, mais de 60% dos professores que leccionam aulas a bebés possuem grau académico de licenciatura, contudo, logo depois aparecem os professores com apenas o curso secundário – 22,2% e encontramos um professor com apenas o 9º ano de escolaridade básica (Figura 4).

Ao analisarmos as habilitações específicas na área da adaptação ao meio aquático, constatámos que 59,3% dos professores complementam a sua formação específica nesta área a partir de Acções de Formação e Seminários, enquanto que 34,5% referem fazê-lo em cursos específicos e 6,2% possuem outras habilitações.

Por fim, ao nível da experiência profissional, cerca de 40% dos professores possuem uma experiência, no trabalho com bebés na água, de 2 a 3 anos. A percentagem de professores com mais (mais de 7 anos) e menos (menos de 1 ano) experiência, rondam os 20% respectivamente (Figura 5).

4.3 Organização metodológica das aulas

Neste último bloco de variáveis analisámos a opinião dos professores acerca de determinados parâmetros relativos

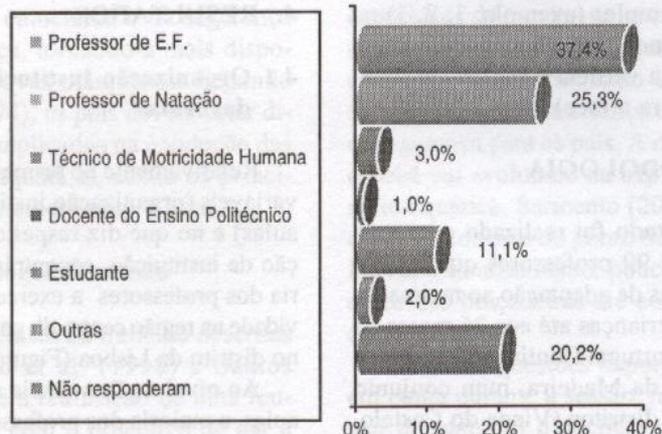


Figura 3 – Percentagens das profissões

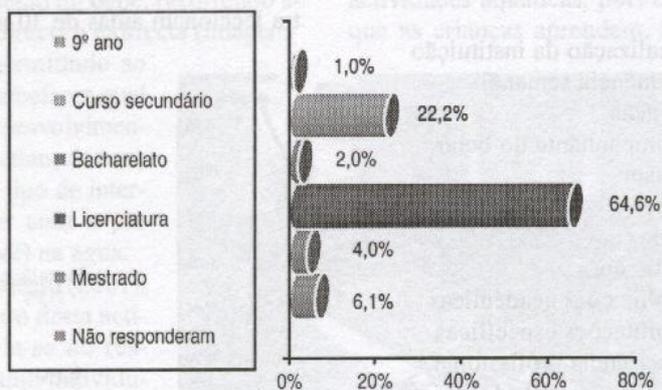


Figura 4 – Percentagens das habilitações académicas



Figura 5 – Percentagens da experiência profissional

à organização metodológica das aulas, como sejam: os objectivos da actividade, o papel que o próprio professor e os pais devem desempenhar durante as sessões e o grau de concretização das metodologias adoptadas.

Assim, o objectivo de adaptar a criança ao meio aquático para aprender a nadar, é alvo de grande discórdia por parte de 44,4% dos professores. Relativamente a todos os outros objectivos analisados (adaptar a criança para não ter medo da água, para sentir prazer e satisfação, desenvolver capacidades, promover a socialização, os momentos lúdicos com os pais e o reforço dos seus laços afectivos), a maioria dos professores concorda muito com estes seus pressupostos. Relativamente aos objectivos podemos ver na figura 6, as percentagens mais elevadas em cada uma das categorias analisadas.

Ao nível do papel que o professor deve desempenhar nas aulas, e seguindo a mesma lógica de apresentação, constatámos que a maioria dos professores concorda pouco com a ideia de que o professor deve ser o único responsável pela actividade e com a orientação simultânea dos pais no interior da piscina. No que respeita aos outros parâmetros analisados, a maioria dos professores concorda muito, nomeadamente, na sua disponibilidade para esclarecer dúvidas e informar os pais sobre o processo de adaptação, na orientação individualizada da intervenção dos pais e na sua responsabilidade para a dinamização da aula (Figura 7).

No que respeita ao papel dos pais, a maior parte dos professores concorda muito com o facto dos pais acompanharem o bebé dentro de água, estabilizarem afectivamente a criança, estarem disponíveis para as suas actividades e serem os principais intervenientes sobre o bebé (Figura 8).

Por último, analisámos o grau de concretização de certas metodologias e verificámos que o respeito pelo ritmo do bebé, a utilização de material adequado, a prevenção do bebé aquando da imersão e a vertente lúdica da sessão, são formas de actuação sempre revela-

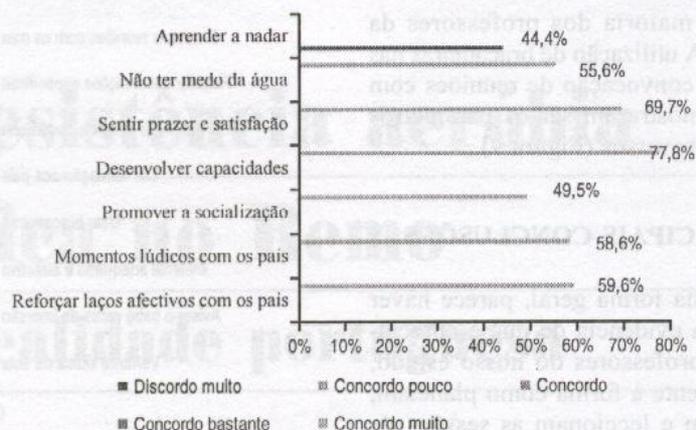


Figura 6 – Percentagens mais elevadas dos categorias de resposta sobre os objectivos das aulas

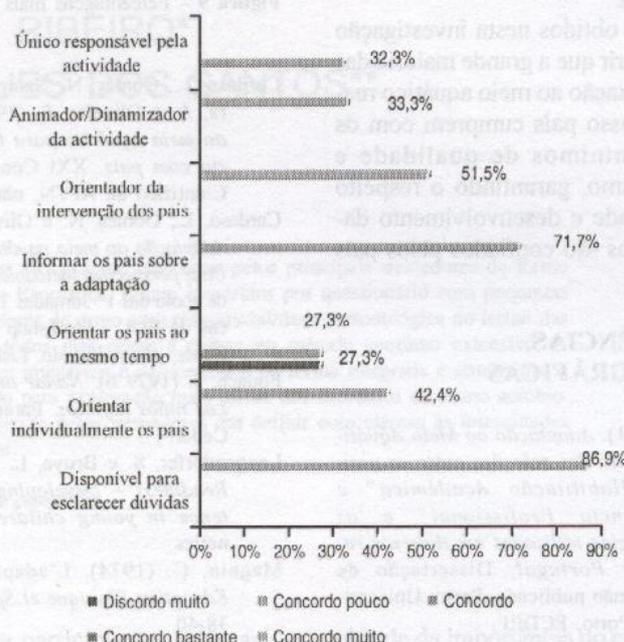


Figura 7 – Percentagens mais elevadas dos categorias de resposta sobre o papel do professor

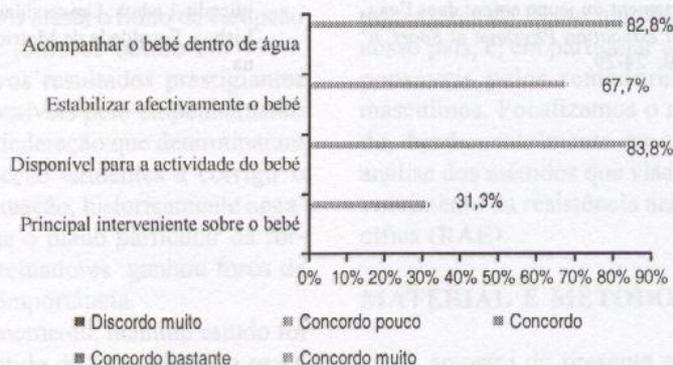


Figura 8 – Percentagens mais elevadas dos categorias de resposta sobre o papel dos pais

das pela maioria dos professores da amostra. A utilização de braçadeiras nas aulas e a convocação de reuniões com os pais, mostraram ser os parâmetros mais controversos (Figura 9).

5. PRINCIPAIS CONCLUSÕES

De uma forma geral, parece haver uma certa evidência de que a apreciação dos professores do nosso estudo, relativamente à forma como planeiam, organizam e leccionam as sessões de adaptação ao meio aquático com bebés, vão de encontro com o que é sugerido pela literatura.

Os dados obtidos nesta investigação parecem sugerir que a grande maioria das aulas de adaptação ao meio aquático realizadas no nosso país cumprem com os requisitos mínimos de qualidade e profissionalismo, garantindo o respeito pela integridade e desenvolvimento daqueles que nos são confiados pelos pais – os bebés.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Santos, S. (2001). *Adaptação ao Meio Aquático – Estudo das relações entre as variáveis “Habilitação Académica” e “Experiência Profissional” e as metodologias utilizadas em diversas regiões de Portugal*. Dissertação de mestrado não publicada. Porto: Universidade do Porto, FCDEF.
- Azemar, G. (1973). Action motrice et faculté d'adaptation. *Annales de l'ENSEPS*, nº4, Dec., 5-18.
- Azemar, G. (1974). Aspects fondamentaux du comportement du jeune enfant dans l'eau. *Revue d'Education Physique et Sport*, nº 129-130, 24-29.

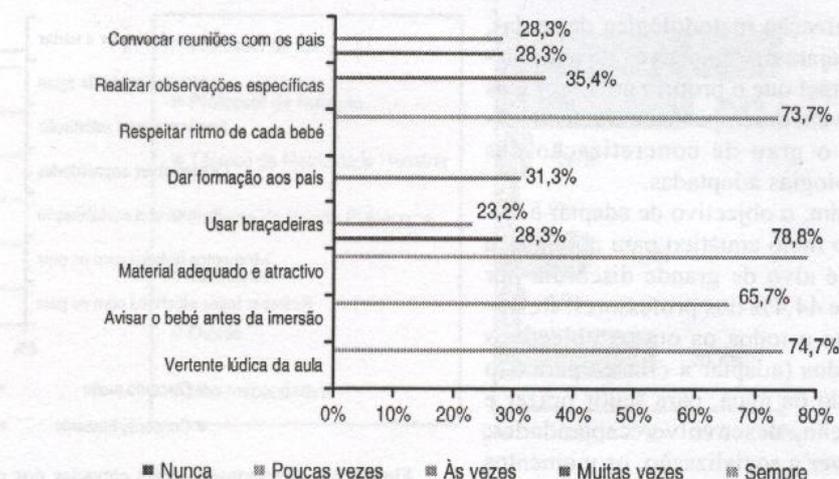


Figura 9 – Percentagens mais elevadas das categorias de resposta sobre as metodologias adoptadas

- Cardoso, L., Gomes, N., Sampaio, M., Oliveira, A. e Oliveira, S. (1998). *Adaptação ao meio aquático para bebés em parceria com pais*. XXI Congresso Técnico-Científico da APTN, não publicado.
- Cardoso, L., Gomes, N. e Oliveira, A. (1999). *Adaptação ao meio aquático para bebés – Uma perspectiva metodológica*. Documento de apoio das 1^{as} Jornadas Técnico-Pedagógicas do EUL - Workshop de Natação para Bebés, não publicado. Lisboa.
- Fouacc, J. (1979 b). *Nadar antes de Andar – Los niños anfíbios*. Paraninfo, Ediciones Cedel.
- Langendorfer, S. e Bruya, L. (1995). *Aquatic Readiness – Developing water competence in young children*. Human Kinetics.
- Magnin, C. (1974). L'adaptation à l'eau. *Education Physique et Sport*, nº129-130, 38-40.
- Morgado, M. (1995). *Adaptação ao meio aquático: observação de comportamentos de interacção mais frequentes em bebés dos 12 meses-24 meses*. Monografia não publicada. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.

- Obeso, M. (1991). El desarrollo de las habilidades motrices acuáticas. *Educación Física i Esports*, 26, 23-28.
- Obeso, M. (1992). *Los bebés y el agua: una experiencia real*. Comunicaciones técnicas, nº1, Federación Española de Natación – Escuela Nacional de Entrenadores, não publicado, 17-21.
- Patrício, R. (1997). *Bebés, água e emoções*; Carnaxide: Coleção Fitness é Manz.
- Santos, P. (1998). *Natação para bebés, Que projecto?*. XXI Congresso Técnico-Científico da APTN, não publicado.
- Sarmiento, P. e Montenegro, M. (1992). *Adaptação ao Meio Aquático: Um Projecto Educativo*; APTN.
- Sarmiento, P. (2001). *A experiência motora no meio aquático*. Omniserviços.
- Timmermans, C. (1975). *How to Teach your Baby to Swim*. London: Heinemann.
- Vallet, J. (1974). *Les Bébé Nageurs : La familiarisation à l'eau source d'éveil du Bébé*. Paris : Éditions E.P.A.T./Oliver Orban.
- Velasco, C. (1994). *Natação Segundo a Psicomotricidade*. Rio de Janeiro: Sprint, Brasil.