



Universidade de Brasília
Faculdade de Educação Física
Bacharelado em Educação Física

ANA BEATRIZ AMORIM NOGUEIRA DE SOUZA

MÉTODO SWIM&HEALTH APLICADO AO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E
PESSOAL DE ALUNOS DE SEGUNDA INFÂNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso

Brasília
2022

ANA BEATRIZ AMORIM NOGUEIRA DE SOUZA

**MÉTODO SWIM&HEALTH APLICADO AO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR
E PESSOAL DE ALUNOS DE SEGUNDA INFÂNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado ao Programa de Graduação em
Educação Física, da Universidade de
Brasília, como parte dos requisitos
necessários à obtenção do título de Bacharel
em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr.^a Karini Borges dos Santos

Brasília

2022

Ana Beatriz Amorim Nogueira de Souza

MÉTODO SWIM&HEALTH APLICADO AO DESENVOLVIMENTO PSICOMOTOR E
PESSOAL DE ALUNOS DE SEGUNDA INFÂNCIA

Banca Examinadora:

Prof. Dr^a.Karini Borges dos Santos– Orientadora

Avaliador 01

Avaliador 02

Dedicatória

Dedico este trabalho a todos que estiveram ao meu lado e me ajudaram durante minha passagem pela graduação, construindo a pessoa que me tornei. Dedico-o, também, às pessoas que me incentivaram e me deram força para chegar onde estou.

Agradecimentos

Primeiramente a Deus por todas as oportunidades que me surgiram e por me fazer uma pessoa persistente com força de vontade e coragem para superar os desafios.

À minha família, em especial à minha mãe, que sempre foi minha base e exemplo de força. Não conseguiria concluir essa etapa sem sua ajuda, dedicação, paciência e carinho. Te amo, fofinha!

Ao meu pai, que apesar de todas as nossas discordâncias, sempre esperou o melhor de mim e facilitou minha vida em todos os sentidos.

À minha orientadora, que aceitou o convite de me auxiliar mesmo com todos os desafios e correrias. Obrigada pela paciência.

À minha chefe, Rani, por me incentivar a formar logo e garantir que não ficasse desempregada.

Aos meus amigos que estiveram do meu lado e tornaram o ambiente acadêmico mais divertido, me permitindo sentir que eu não estava sozinha, em especial, ao Gabriel, Maysa, Letícia e Fortuna.

À Milena Monteiro, por não desistir de mim e não me deixar desistir. Obrigada por me fazer uma pessoa melhor e por me incentivar a evoluir sempre.

“Quando a vida decepciona qual é a solução?
Continue a nadar!”

Procurando Nemo (2003)

Resumo

Atualmente, a natação é um esporte em ascensão devido à quantidade de benefícios proporcionados. Por ser uma modalidade que possui diversos objetivos, foram desenvolvidos métodos para um ensino-aprendizagem eficaz. O presente estudo teve como objetivo avaliar se o método Swim&Health auxiliava no desenvolvimento motor e pessoal de crianças inseridas na segunda infância, além de comparar descritivamente, por meio do tempo de prática, a evolução de crianças que começaram a utilizar o método desde a primeira infância e analisar seu desempenho pessoal fora das piscinas. Trata-se de um estudo descritivo de caráter qualitativo. A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário do Google Forms com os pais ou responsáveis das crianças e anotações observadas durante a pesquisa em uma escola de natação de Arniqueira, Brasília-DF, com uma amostra de 20 crianças com idade de 3 a 6 anos. Analisando os questionários respondidos pelos pais e pela observação da autora, contendo questões comportamentais e pessoais, como alimentação, tempo de prática, medos, noções corporais, comportamento e interação social, tornou-se possível observar que o método Swim&Health auxilia no desenvolvimento motor infantil por meio de instrumentos pedagógicos e, também, por meio de aulas específicas que ajudam no desenvolvimento e desempenho pessoal das crianças participantes. Entretanto, a amostra de crianças que começaram na primeira infância se mostrou insuficiente para tecer uma comparação com aquelas que iniciaram a partir da segunda infância.

Palavras-Chave: Natação; segunda infância; método Swim&Health; psicologia positiva

Abstract

Currently, swimming is a sport on the rise due to the amount of benefits provided. As it is a modality that has several objectives, methods for effective teaching and learning were developed. This current study aims at evaluating if the Swim&Health method helps motor and personal development of later childhood children, besides comparing descriptively, through time of practice, the evolution of children who started using this method since early childhood and analyzing their personal development out of the pool. This is a descriptive study of quality character. The data collection was executed by means of a Google Forms questionnaire with the parents or the ones responsible for the children and observation notes taken during the research at a swimming school located at Arniqueiras, Brasilia – DC, with a sample of 20 children aged from 3 to 6 years old. Analyzing the questionnaires answered by the parents and by the author's observation, containing behavioral and personal questions, such as food, practice time, fears, body notions, behavior and social interaction, it was possible to observe that the Swim&Health method helps with the motor child development by means of pedagogical instruments and, also, specific classes that aid the participant children on their personal development and performance. Nevertheless, the sample of children who started at the early childhood was not enough to produce a comparison with those who started at the later childhood.

Keywords: Swimming; late childhood; Swim&Health method; Positive Psychology

Sumário

Resumo.....	7
Abstract.....	8
Introdução.....	9
Objetivo Geral.....	11
Objetivos Específicos.....	11
Justificativa.....	11
Fundamentação teórica.....	12
Segunda infância.....	12
Psicologia Positiva.....	14
Metodologia Swim&Health.....	16
Métodos.....	19
Resultados.....	21
Análise e Discussão.....	27
Considerações Finais.....	32
Referências Bibliográficas.....	33
APÊNDICE 1.....	37
APÊNDICE 2.....	38

Introdução

A água é um importante elemento para o desenvolvimento humano, pois está presente no nosso dia-a-dia; seja como chuva, na hora do banho, para consumo ou até mesmo para a prática esportiva. Para as crianças, a água pode ser sinônimo de brincadeira como as guerras de balão d'água, brincar na piscina ou tomar um banho de chuva. Por outro lado, de acordo com Fernandes e Reis (2021), a prática da natação auxilia na segurança e prevenção de qualquer tipo de acidente. Segundo a World Health Organization (2008), a terceira maior causa de morte, entre jovens de até 20 anos, é o afogamento, podendo ser o motivo do aumento da procura por aulas de natação. Outros fatores para o aumento dessa procura estão ligados aos benefícios provindos de sua prática, como benefícios físicos, orgânicos, sociais, terapêuticos e recreativos, sendo a natação um dos esportes mais praticados no mundo: o que mais desenvolve capacidades físicas e utiliza grande parte dos músculos corporais, de acordo com Oliveira *et al.* (2013).

Os pais de alunos e praticantes usualmente buscam mais do que a satisfação corporal quando procuram pela natação. Essa procura pode estar relacionada à saúde dos pequenos, já que, atualmente, o número de casos de doenças como depressão, ansiedade e obesidade aumentou significativamente (CROSS, 2021).

Adicionalmente, existe a possibilidade da prática por prazer com influência do lúdico. De acordo com Schmidt (1964), durante o processo de aprendizagem, e na recreação, é importante que a pessoa sinta prazer na atividade e deseje voltar com frequência para realizá-la. Para crianças, o prazer pode ser estimulado através do lúdico por intermédio do professor. Assim, como cita Gerster e Brondani (2012), atividades lúdicas desenvolvem nas crianças a possibilidade de imaginar e descobrir novos meios de exploração e surpresas no universo aquático. Além disso, a ludicidade promove motivação, gerando emoções positivas que, por sua vez, estimulam a prática da atividade por associar alegria, prazer e satisfação através de jogos e brincadeiras, aguçando o envolvimento das crianças nas tarefas propostas pelo professor.

Dessa forma, é necessário um método que busque incentivar e motivar as crianças para a devida evolução, saúde, cuidados, entre outros. Porém, vivemos um momento em que estamos rodeados de notícias ruins circulando por meio das redes sociais, televisão, rádio e qualquer outro meio de comunicação, repletas de assuntos como guerras, acidentes, mortes e doenças, dificultando a tarefa de encontrar essa

motivação. Por essa e outras razões, nos últimos anos, a psicologia se desenvolveu justamente para ajudar a tratar doenças da mente, como a ansiedade e a depressão, que são consideradas as doenças do século (RODRIGUES, 2021), de acordo com Seligman (2002), a esta não serve para estudar apenas doenças, fraquezas ou traumas, mas também para estudar as virtudes e forças de cada indivíduo. Com esse pensamento, Seligman se tornou o precursor da Psicologia Positiva a partir de 1998, quando assumiu a presidência da *American Psychological Association* (APA).

A Psicologia Positiva tem por base o conceito de resiliência, sendo uma ciência que promove o bem-estar e a qualidade de vida, focando a atenção nas forças em vez das fraquezas. Desse modo, a educação positiva traz uma mensagem de esperança em vez de medo para que, assim, as crianças possam ter uma vida feliz, de autodeterminação, autonomia e realizações (REPPOLD, 2018; NUNES, 2008), criando um meio mais acessível ao processo de aprendizagem e motivação.

Baseado nos princípios da psicologia positiva e no aprendizado da natação, foi elaborado o Método Swim&Health, que, de acordo com Ruivo (2021), trata-se de uma metodologia padrão pela qual as crianças são niveladas de acordo com suas capacidades e habilidades, diferentemente de outros que as nivelam por idade ou por tempo de prática na água. A Swim&Health traz importantes traços da vida e divide 24 forças de caráter dentro de 6 virtudes da vida. Desse modo, esse método não se limita apenas a ensinar a nadar, mas auxilia no crescimento pessoal de cada criança. Traz ensinamentos sobre o corpo humano e sobre a nutrição, conscientizando-nos sobre a importância de uma alimentação saudável e os efeitos que certos alimentos (de acordo com a safra) têm dentro do nosso corpo.

Ruivo (2021) foi o idealizador do único método que utiliza da educação positiva na metodologia do ensino da natação. Ele se baseou em Christopher Peterson e Martin Seligman, que estudaram diversas tradições, culturas e religiões, encontrando o meio que levava as pessoas a serem mais felizes. Assim, concluíram que, baseado nas forças de caráter, o ser humano colocaria em prática suas melhores características.

Com isso, Marcos Ruivo criou a metodologia na tentativa de atingir não só as crianças que fazem natação, como os pais e todos que nessa tarefa se envolvem a partir de alguns deveres de casa que são passados para os alunos; por exemplo, pesquisar sobre as partes do corpo humano ou comer alguma fruta e encaminhar uma foto para a academia. Os pais também podem acompanhar tudo o que os filhos estão

fazendo ou trabalhando durante a semana através do WhatsApp. Aliado a esses componentes, a metodologia trabalha um animal e um fundamento toda a semana e se utiliza principalmente de três fundamentos e suas variações: pernada, braçada e respiração; isso faz com que os alunos tenham uma base para os diferentes nados para que, quando chegarem no nível esperado, não precisem de muitas correções.

Sendo assim, a partir da análise e observação das crianças inseridas na segunda infância, nas aulas de natação, questiona-se: O método Swim&Health é um bom meio para auxiliar o desenvolvimento motor e pessoal dessas crianças?

Objetivo Geral

Avaliar se o método Swim&Health auxilia no desenvolvimento pessoal e motor de crianças na segunda infância.

Objetivos Específicos

a) Comparar descritivamente o estímulo do método em relação às crianças que o utilizam desde a primeira infância e àquelas que começaram a partir da segunda infância, analisando o tempo de prática de cada uma e sua respectiva evolução;

b) Analisar o desempenho das crianças baseado na natação positiva fora das piscinas por meio dos objetivos de interação e aulas de nutrição e corpo humano.

Justificativa

O método escolhido é pouco estudado e comparado a outros. Apresenta um diferencial significativo, pois é baseado em seis virtudes da vida que se ramificam em vinte e quatro forças de caráter, as quais são utilizadas como uma rota para proporcionar mais florescimento e felicidade para a vida. Estimulam a autoestima e utilizam técnicas sócio interacionistas, desenvolvendo a capacidade intelectual e psicomotora (RUIVO, 2017).

Fundamentação teórica

Segunda infância

De acordo com Lazarini (2008), “segunda infância corresponde do terceiro ao sexto ano de vida e o principal objetivo é oferecer uma vasta experiência nas diversas modalidades esportivas para que se crie o hábito da prática de atividades físicas.”, o que está em concordância com Firmino (2020), que ressalta a segunda infância como o período que se inicia aos 3 anos de idade quando ocorre um florescimento das habilidades sociais e cognitivas.

Em contrapartida, Tolentino (2018) acredita que a infância é dividida em duas fases: a primeira infância seria o período de 2 aos 6 anos de idade e a segunda infância teria início aos 6 e terminaria aos 12 anos de idade.

O presente estudo foi feito em acordo com Lazarini (2008) e Firmino (2020), utilizando uma amostra de crianças na faixa etária dos 3 aos 6 anos de idade.

É nessa fase da vida que a criança se desenvolverá em ritmo acelerado, como salienta Santos (2008), nessa fase, a criança passa por um conflito interno, o qual busca autonomia e, ao mesmo tempo, a atenção dos pais. O crescimento se dá de forma gradual e a primeira e segunda infância são importantes, pois constituem-se como o período em que se acentuam os traços motores (os movimentos deixarão de ser descoordenados). Experimentar novos cenários será fundamental para definir quem o ser humano será quando adulto (SANTOS, 2008) Seguindo a mesma linha, Silva (2020) ressalva que ocorrem processos de equilíbrio de pensamentos mais complexos e elaborados, surgindo uma nova forma de organização mental. Por essa razão, é importante deixar que a criança desenvolva os três domínios principais: desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial.

Firmino (2020) afirma que, nessa fase, o desenvolvimento evolui de forma gradativa e as crianças aprendem e aprimoram capacidades cognitivas, motoras, emocionais e social, resultando em uma dependência e autonomia durante o processo. Segundo Alves (2003, V. 3, n. 1, p. 5):

Três grandes vantagens da atividade física em crianças têm suporte em estudos científicos: 1) as crianças são mais saudáveis: têm menos excesso de peso, apresentam uma melhor performance cardiovascular, menos

recorrência de IVAS e um número menor de crises de asma, além de apresentarem uma maior densidade óssea; 2) esses efeitos são transferidos à vida adulta. As doenças crônicas da vida adulta têm as suas raízes na infância. O processo de aterogênese principia no início da vida; 3) manutenção do hábito na vida adulta. Vários estudos indicam que crianças e adolescentes que se mantêm fisicamente ativos apresentam uma probabilidade menor de se tornarem adultos sedentários.

Entrando no âmbito da natação, De acordo com Cirigliano (apud MORENO; PAULA, 2005, v. 20, p. 59) as práticas aquáticas e a natação, em particular, são recomendadas porque

favorecem o desenvolvimento simétrico dos eixos longitudinal e transversal, retificam e previnem desvios da coluna, exercitam as qualidades naturais das crianças, atuam como prevenção de possíveis atrasos psicomotores, são como sistema de reabilitação terapêutica, previnem o aumento da atrofia muscular, desenvolvem a caixa torácica e proporcionam melhor oxigenação às células, desenvolve autoconfiança e autocontrole, aumenta o conhecimento e controle do corpo, garante a sobrevivência da criança na água, favorece a comunicação da criança com o adulto e das crianças entre si, e melhora a qualidade da vida em geral.

Logo, a água contribui de forma significativa no desenvolvimento e conhecimento da criança, atuando no comportamento e tornando-a mais independente graças à ambição de explorar ativamente o ambiente e favorecendo a socialização (DEL CASTILLO apud MORENO; PAULA, 2005). A adaptação e a aprendizagem das crianças será mais eficaz se o contato com o meio líquido se der o mais cedo possível (COSTA apud FIRMINO, 2020), por essa razão, é aconselhado que a natação se inicie na primeira infância. Aos pais que procuram saúde para os filhos, podemos lembrar que a água possui efeito sedativo, o que facilita o relaxamento, causando um sono agradável e tranquilo e aguça o apetite, que, com o estímulo certo, pode melhorar a alimentação dos pequenos, como afirma Del Castillo, citado em Moreno e Paula (2005).

Segundo Kerbej (2002), a natação infantil, até a década de 1970, era vista com muitos preconceitos até surgirem as primeiras publicações científicas em 1981, e, desde então, a situação começou a ser revertida. O autor ainda afirma que nesse

campo, o Brasil é visto como um país muito desenvolvido, sendo um dos melhores do mundo em relação aos seus praticantes, ao progresso, à qualidade e à excelência das academias que são especializadas.

De acordo com Barbosa et al (2012), um dos programas de exercício físico mais prescrito para crianças são as atividades aquáticas, que têm uma demanda e procura maior entre as idades de três a doze anos. Para Moreno e Paula (2005), a natação é uma atividade completa, pois proporciona um bom desenvolvimento físico e psicológico.

Segundo Fernandes e Lobo Costa (2006), a natação deixou de ser apenas sobre se salvar ou salvar vidas na água, mas aprender e dominar os quatro estilos de nado. Firmino (2020, p.1), acredita nessa hipótese de se desprender da ideia de salvar vidas e afirma que

dentre os benefícios da natação para o desenvolvimento da criança na segunda infância está no fato de promover melhora na relação interpessoal, aumento no círculo de amizade, proporcionando qualidade de vida aos pequenos, e contribuindo para o seu desenvolvimento físico, psicológico e social.

Nessa perspectiva, Macedo et al (2017) afirmam ser importante levar em conta a idade, o nível e a maturação pedagógica de cada criança durante os exercícios e estratégias realizadas para, assim, fazer uma divisão de acordo com as competências alcançadas e a faixa etária, utilizando de atividades lúdicas e exercícios educativos, levando em conta a motivação para um bom desempenho das habilidades aquáticas e motoras.

Psicologia Positiva

Seligman (2002) afirma que a psicologia possui três missões: curar as doenças mentais; tornar a vida das pessoas mais produtiva e feliz; e, identificar e criar talentos. Com o passar do tempo, essas missões foram esquecidas e a psicologia passou a tratar apenas as doenças.

A psicologia positiva tem se desenvolvido mais durante os últimos anos e Nunes (2007) traz três razões para esse fato. A primeira nos permite perceber que as perturbações e o sofrimento chamam muito mais atenção da ciência do que o bem-estar ou um estado de saúde que não inspira cuidado. A segunda razão se relaciona com fatos históricos, no caso, a Segunda Guerra Mundial, que trouxe enorme sofrimento físico e psíquico com a volta dos ex-combatentes para casa e, assim, a psicopatologia vê um rumo para o modelo médico de diagnósticos e tratamentos. A terceira nos questiona se esse destaque ao negativo não estaria relacionado com nossa própria natureza. Desse modo, fica perceptível que os acontecimentos negativos possuem maior impacto do que os positivos.

De acordo com Paludo (2007), Pesechian (1997) foi responsável por desenvolver um sistema de terapia que ficou conhecido como Psicoterapia Positiva que dizia respeito à capacidade das pessoas de lidar com problemas, levando-as ao seus próprios reconhecimento e fortalecimento. Pouco tempo depois, Robitschek (1998), Robitschek e Cook (1999) propuseram uma orientação que facilitaria a identificação dos aspectos positivos na psicoterapia, denominada Personal Growth Initiative.

Por outro lado, Wright e Lopez (2002) perceberam um erro comum na prática profissional dos psicólogos, a partir de uma discussão do modelo da doença, que relatam que o diagnóstico, o tratamento e as decisões políticas são baseadas apenas nas deficiências dos pacientes, em vez de serem consideradas forças e virtudes pessoais, indicando que o foco estaria nos pontos negativos, apesar de levar em conta que os profissionais da saúde tenham o conhecimento de que as pessoas possuem comportamentos e capacidades saudáveis e positivas.

Segundo Seligman (2002), há um reconhecimento por parte dos pesquisadores das virtudes e forças pessoais que têm função de proteger e prevenir doenças mentais. Posteriormente, Peterson e Seligman (2004) afirmam que a partir das características emocionais, cognitivas, relacionais e cívicas, as forças poderiam ser amplamente classificadas em seis grupos de virtudes: transcendência, temperança, humanidade, sabedoria, coragem e justiça.

Uma das principais contribuições para a psicologia positiva está relacionada com o conceito de resiliência que, segundo o dicionário, pode ser definido como: “tendência natural para se recuperar ou superar com facilidade os problemas que aparecem”. Assim, para Ryff e Singer (apud PALUDO, 2007), o funcionamento

positivo humano fica mais visível em circunstâncias de mudanças significativas cheias de situações de risco e adversidades. Podendo facilitar o processo da troca de toucas presente na metodologia, uma vez que o aluno precisa se adaptar todas as vezes.

Metodologia Swim&Health

Segundo Marchetti (2019), o método de ensino, de forma conceitual, é estabelecer uma meta e, por meio de uma organização racional, na tentativa de tornar o trabalho mais fácil e produtivo, seguir um caminho ou procedimento consciente para alcançar o objetivo pré-estabelecido. Assim, como citam Caetano e Gonzalez (2013, p. 2):

Para Freudenheim, Gama e Carracedo (2003), tal processo deve priorizar os aspectos motor, afetivo-social e cognitivo. Estes autores propuseram um programa de ensino do nadar para crianças que se divide nas fases de movimentos fundamentais, o qual visa o ganho de autonomia e controle de movimento, assim como autoconfiança, fase de combinação dos movimentos fundamentais, onde se aumenta o nível de complexidade através de combinações e fase dos movimentos culturalmente, onde existe uma maior especificidade e complexidade

Para Fernandes e Lobo da Costa (2006), os livros didáticos não dão ênfase na pedagogia da natação. Por essa razão, as informações referentes às possibilidades de metodologias são escassas, ou seja, a falta de embasamento teórico para fundamentar os conteúdos das aulas fez com que vários professores desenvolvessem os próprios métodos de ensino.

Existem várias propostas na base de dados da literatura esportiva de avaliação para adquirir dados relacionados ao treinamento de natação. Um exemplo bem conhecido no Brasil, para a pedagogia da natação, é a Metodologia Gustavo Borges, que avalia e verifica o progresso dos alunos, qualificando-os em níveis distintos (KAIBER apud CAETANO E GONZALEZ, 2013).

Para Marchetti (2019), a Metodologia Gustavo Borges (MGB) divide os alunos de acordo com a idade e habilidade aquática. As turmas possuem um número limitado

de alunos, permitindo uma realização da aula em segurança, facilitando, também, o entendimento das atividades.

Outra proposta interessante é a trazida nesse estudo, conhecida como natação positiva, por ser baseada na psicologia positiva. Essa metodologia, apesar de parecer com a MGB, apresenta diferenciais significativos.

De acordo com Ruivo (2017), a metodologia utiliza os três fundamentos: pernada, braçada e respiração. Desse modo, o aluno desenvolve uma base de nado permitindo-o nadar em alta performance técnica desde o princípio, evitando a necessidade de muitas correções ao chegar em um nível avançado. Há ainda a elevação da autoestima dentro e fora das piscinas mediante à aplicação do reforço positivo.

Os diferenciais educacionais que mais agregam valor à Metodologia são: a Nutrição Positiva, aula do Corpo Humano e a Educação Positiva (SWIM&HEALTH, 2017). Firmino (2020) afirma que a fase ideal para adicionar alimentos saudáveis à dieta é durante a segunda infância. A obesidade infantil se mostra mais frequente nos primeiros anos de vida graças ao costume que os pais têm de selecionar alimentos ricos em gordura, açúcares e sal.

Aprofundando um pouco mais, Swim&Health (2017) explica sobre as aulas do Corpo Humano: “ao longo da linha do tempo de aprendizagem, os alunos aprendem sobre o corpo humano através de material lúdico-pedagógico e interações entre o grupo durante as aulas.”. Sobre a Nutrição positiva, a ideia é incentivar os alunos, durante todo o processo de aprendizagem, a adotar hábitos alimentares saudáveis, trazendo um valor além da prática de natação.

Além disso, a Natação Positiva possui uma proposta sócio construtivista e foram criados quatro diferenciais comportamentais. O primeiro é a modelagem, em que os alunos mais avançados são “professores modelo” (baseado na teoria de Vygotsky) para os alunos de níveis mais baixos, demonstrando e ensinando as técnicas da aula, incentivando os alunos menos avançados para que modelem os movimentos com mais interesse. Em segundo lugar, o “aprender ensinando” traz a ideia de que quando os alunos mais avançados demonstram os movimentos, a concentração na hora de representar é maior, logo, é possível reter mais aprendizagem. O terceiro está ligado ao construtivismo, para que os alunos possam construir os movimentos da fase pedagógica por si só, executando os movimentos sem o auxílio do professor. Por último, o interacionismo, que gera uma maior

motivação ligada diretamente à interação de todos, da expressão individual e da escuta ativa graças às atividades em grupo e à facilitação do professor (Ruivo, 2017).

Swim&Health (2017) apresenta uma metodologia que possui 6 cores de touca e cada uma representa um nível e simbolizam as 6 virtudes (transcendência, temperança, humanidade, sabedoria, coragem e justiça). Inspirados no conceito de arquétipos de Jung, o método criou um quadro de evolução técnica, inserindo 28 animais como subdivisões das virtudes, sendo que 24 deles representarão forças de caráter e 4 representando habilidades físicas presentes no mundo natural. Assim, cada semana é definido um dos 28 animais e, por meio da equipe, há uma narrativa que inspira a realização de ações no dia-a-dia das crianças, promovendo a proposta da Educação Positiva.

Algumas metodologias incentivam os alunos a conquistar a próxima touca como um objetivo a ser atingido (Marchetti, 2019), porém isso pode tornar os alunos cada vez mais competitivos sem dosar essa característica. Por outro lado, os ensinamentos trazidos ensinam o contrário, como se a próxima touca fosse consequência do esforço feito durante as aulas. Um exemplo claro é o de Swim&Health (2017): “a touca azul representa a virtude da Temperança. Temperança lida com pontos fortes que nos protegem do excesso. É a capacidade praticada para monitorar e gerenciar as emoções, motivação e comportamento na ausência de ajuda externa”.

O nível trabalhado nesse estudo é o da touca roxa (nível 1), no qual estão a maioria das crianças de segunda infância. Traz a virtude da transcendência e possui 5 animais e cada um com uma força de caráter diferente: peixe palhaço (humor), tartaruga (gratidão), tubarão (esperança), raia (apreciação da beleza) e golfinho (espiritualidade). Cada animal trabalha habilidades específicas na água, o que vai auxiliar nos resultados do estudo.

Métodos

O método é o conjunto de atividades sistemáticas e racionais que, com maior segurança, permite alcançar o objetivo - conhecimentos válidos e verdadeiros - traçando o caminho a ser seguido, detectando erros e auxiliando as decisões do cientista (MARCONI; LAKATOS, 2003).

O presente estudo compreende uma pesquisa quali-quantitativa da Faculdade de Educação Física da UnB, que envolve crianças que praticam natação baseada no método Swim&Health, por meio das experiências relacionadas com a Psicologia Positiva, virtudes e as forças de caráter.

Segundo Flick (2009), a pesquisa qualitativa consiste em um conjunto de práticas representativas, como fotografias, anotações pessoais e notas de campo para que o estudo seja feito no contexto real da pesquisa, ou seja, sem alterar a realidade. Por outro lado, a pesquisa quantitativa, se trata de uma coleta numérica por meio de medições de grandezas e obtém-se números (com suas respectivas unidades). A massa de dados gerada pelos métodos são analisadas por meio de técnicas matemáticas, como as porcentagens, estatística e probabilidade, métodos numéricos e outros. de acordo com Pereira et al.

O objeto de análise é o desenvolvimento psicomotor e pessoal das crianças que praticam natação na escola de natação Acquademy, em Arniqueira-DF, uma vez que os professores possuem conhecimento sobre o método para que ele seja passado de forma eficaz para os alunos.

De maneira introdutória, a primeira etapa da pesquisa foi selecionar 20 crianças que fazem parte da segunda infância e, conforme Fonsaca (2011), entende-se como segunda infância, o período de 3 a 6 anos de idade. A seleção levou em conta crianças que não tivessem nenhum tipo de transtorno ou déficit que pudesse interferir nos resultados do estudo.

A partir desse ponto, de acordo com Gil (2002) “a pesquisa exploratória é desenvolvida no sentido de proporcionar uma visão geral acerca de um determinado fato, que é realizado, quando, porém o tema escolhido é pouco explorado”.

Por fim, com um diário de campo, foram feitas algumas anotações sobre o desenvolvimento de cada aluno por meio de observações que duraram cerca de dois meses. A observação foi feita em meio às aulas para que o ambiente continuasse natural e rotineiro para as crianças. Essa observação foi desenvolvida com pontos relevantes para a pesquisa com um total de 9 perguntas (apêndice 1) norteadoras,

excluindo a possibilidade de que questões externas interferissem nos resultados do estudo.

A próxima etapa foi desenvolver, utilizando o Google Formulários, um questionário enviado, por meio do WhatsApp e e-mail, para os pais das crianças alvo de observação, contendo 9 perguntas (Apêndice 2), para analisar se o método Swim&Health teria influência apenas durante as aulas ou se estenderia para dentro de casa, levando em conta o desenvolvimento pessoal.

Resultados

O gráfico 1 traz os resultados das questões propostas durante o período de observação desenvolvido pela autora com o intuito de excluir fatores externos que

Gráfico 1. Resposta ao questionário aplicado durante a observação dos alunos selecionados.

Fonte: produzido pela própria autora.

pudessem influenciar no aprendizado do método, como por exemplo, se o aluno tinha medo de água, se conseguia imitar o professor, se tinha consciência corporal para fazer os movimentos, entre outros, para que fosse possível confirmar se o aluno estava evoluindo por causa do método ou se estava sendo impedido por alguma dessas questões. A questão 1 foi um exemplo relevante, pois, para que o método fosse aplicado de forma eficaz, o aluno precisaria estar presente nas aulas e participando das mesmas.

A questão 9, presente no apêndice 1, não foi representada no gráfico, pois trata de quanto tempo o aluno permaneceu em um nível até conseguir avançar para

Fonte: produzido pela própria autora.

o próximo e foi obtida uma média de permanência de 3 meses em cada nível.

O gráfico 2 mostrou os resultados das perguntas feitas aos responsáveis por meio do Google Formulários (apêndice 2). Os alunos observados no estudo tinham uma média de 4 anos de idade e, como é mostrado no gráfico, houve um equilíbrio nas respostas. Dessa forma, os alunos evoluíram em alguns pontos, mas em outros não.

Fonte: produzido pela própria autora.

O gráfico 3 exibe o nível dos alunos representado pelos animais na touca e a grande maioria deles está presente na Tartaruga, que trabalha habilidades como: descida ventral, subida ventral e deslize ventral. Outra fatia do gráfico apresenta uma quantidade parecida de alunos no nível do tubarão, em que é ensinado a flutuação dorsal e respiração. Desse modo, é possível analisar o nível de desenvolvimento que o aluno está analisando o que já aprendeu e ainda está aprendendo.

Quadro 1. Resposta à questão 9 presente no apêndice 1.

Alunos	Tempo de prática do método Swim&Health
1	12 meses
2	12 meses
3	12 meses
4	21 meses
5	24 meses

Quadro 1. Resposta à questão 9 presente no apêndice 1.

6	3 meses
7	32 meses
8	4 meses
9	5 meses
10	5 meses
11	5 meses
12	6 meses
13	6 meses
14	6 meses
15	6 meses
16	6 meses
17	6 meses
18	6 meses
19	6 meses
20	12 meses

Fonte: produzido pela própria autora.

Quanto ao tempo de prática das crianças, apresentado no quadro 1, foi possível observar que, por meio do sistema de cadastro da escola de natação, dos 20 alunos selecionados, apenas 5 começaram a partir da primeira infância e foi observado que 2 desses alunos estão nos níveis mais avançados dentro do estudo (Golfinho e Lambari). Acrescenta-se que existe apenas um aluno no nível do Golfinho e três no nível do Lambari. Logo, dos 4 alunos no total que chegaram aos níveis mais altos, dois deles iniciaram a partir da primeira infância.

Fonte: produzido pela própria autora.

O gráfico 4 é uma comparação entre o nível (animal) dos alunos e as respostas à questão 7 presente no apêndice 1, relacionada à percepção que os alunos têm do próprio corpo.

Nota-se que para os níveis mais altos, como Golfinho e Lambari, apenas um em cinco alunos não teve melhora na percepção do corpo, dado constatado durante a execução de aulas e a coleta de dados em pesquisa realizada com os pais.

Em aula foi possível perceber que esse aluno, especificamente, não realizava os exercícios planejados justamente pela resistência em aceitar receber comandos e pela fácil distração durante a troca de exercícios, e não por não saber distinguir as partes do seu corpo

Quadro 2 - Relação entre idade e animal (nível)

Nível	3 anos	4 anos	5 anos
Peixe palhaço	1	0	0

Quadro 2 - Relação entre idade e animal (nível)

Tartaruga	3	3	1
Tubarão	0	3	2
Golfinho	0	1	0
Lambari	0	1	1

Fonte: produzido pela própria autora.

O quadro 2 representa a quantidade de alunos em cada nível de acordo com sua respectiva idade.

Análise e Discussão

A metodologia Swim&Heath foi elaborada, segundo Guilherme Guido (2017), com o intuito de desenvolver as habilidades dos 4 nados desde pequenos, contribuindo para a capacitação profissional e aumentando a motivação dos alunos de iniciação para que, quando atingirem a maturação, estejam prontos para a natação de alto rendimento.

O gráfico 1 visa excluir fatores que venham a impedir ou dificultar a aplicação da metodologia durante o processo de aprendizagem e ministração das aulas de natação. A autora separou uma amostra de 30 alunos, pois já considerava uma perda amostral, uma vez que algumas crianças não estariam dentro dos padrões do estudo ou os pais não responderiam as questões enviadas. Algumas crianças utilizavam da natação no período de contraturno e, como a observação foi feita ao final e começo de ano, as famílias entraram de férias, viajaram e/ou pararam de ir às aulas de natação, impedindo uma observação completa, sendo necessário excluir algumas crianças do estudo.

Alguns pais informaram à recepção que o filho tinha transtorno do espectro autista (TEA), por essa razão, tivemos dois alunos a menos na observação para que tal condição específica não interferisse nos resultados finais, uma vez que, para crianças autistas, o método não é totalmente aplicado. Segundo Ferreira e França (2017), alunos autistas inseridos em uma aula regular, exigem uma demanda maior, favorecendo o bem estar e adaptando a aula para crianças que necessitam de um cuidado específico. Diante disso, uma forma de adaptação para o estudo, foi diminuir a quantidade de alunos, porém mantendo um número relevante de crianças.

As respostas relacionadas ao gráfico 1 foram de suma importância, uma vez que prevaleceu uma porcentagem positiva em todas as respostas, de forma que os alunos permaneceram, em sua maioria, sem influência de fatores externos significativos para o estudo. Para Jacometo & Tabile (apud SOUZA e SILVA, 2021), cada aluno adquire conhecimento de forma diferente e podem apresentar dificuldades durante o processo de aprendizagem, as quais podem ser relacionadas a questões emocionais, psicomotoras e até mesmo familiares. Dessa forma, as crianças podem sofrer influência no ensino e aprendizagem.

Este processo de aprendizagem não depende apenas dos alunos, mas também dos professores. Assim, como afirma Hatano (apud JÓFILI, 2002), a

individualidade de aprendizagem de cada um não exclui a importância da orientação dada pelos professores no processo da construção de conhecimento. Dessa forma, o papel do professor e do contexto social tornam-se expressivos e de suma importância.

Alguns alunos do estudo apresentaram um notório grau de timidez durante a observação e isso pode ter interferido no processo de aprendizagem no decorrer da aula. Neste caso, caberia ao professor responsável o auxílio na integração e adaptação à turma. Como exemplo, temos a questão 9 (apêndice 1) que discorre como os professores devem estar capacitados na ajuda à evolução dos alunos juntamente com as habilidades específicas propostas de cada animal (aproximadamente em 3 meses), média obtida por intermédio de resultados, respeitando cuidadosamente, como aconselham Tabile e Jacometo (2017), o processo de maturação de cada um.

Segundo Swim&Health (2017), o psiquiatra William Glasser afirma que as pessoas aprendem 95% mais quando ensinam algo a outras. Dessa forma, por meio do método professor-aluno (baseado nas teorias de Vygotsky e presente no método da Swim&Health), os alunos em questão estavam sempre ensinado e se relacionando com os colegas, perdendo aos poucos, a timidez do primeiro momento.

Dessa forma, é enfatizada a importância do professor com um papel central na aprendizagem dos alunos, o que possibilita um controle de certos fatores influenciadores do processo de ensino-aprendizagem. Assim como cita Langendorfer (2010), o professor possui poder de manipular três fatores fundamentais: o envolvimento (profundidade, temperatura da água, material auxiliar e número de alunos na aula), o aluno (idade cronológica, maturação biológica, experiência no meio e desenvolvimento motor) e a tarefa (objetivo, tipo, complexidade e pré-requisitos).

As respostas obtidas no gráfico 2, com relação a melhora da alimentação, demonstraram um resultado surpreendente haja vista que a pesquisa apresentou um equilíbrio entre “sim” e “não”. Uma vez que ao ensinar e explicar de forma peculiar os benefícios e a importância de cada alimento, a metodologia visa estimular a melhora alimentar por meio da Nutrição Positiva, o que afetaria positivamente tanto no ambiente residencial quanto nas aulas de natação, ensinando e explicando aos alunos os benefícios e a importância de cada alimento. De tal modo, era esperada a melhora significativa da alimentação dos mesmos, todavia as respostas apresentaram um resultado diverso no equilíbrio da mesma.

Essas respostas podem ter sido mais equilibradas entre “sim” e “não” talvez por falta de observação dos pais ou até mesmo pelo ambiente residencial não ser um “ambiente saudável”. Todavia, é notada a influência da mesma em situações particulares, como a exemplificada por um dos pais ao afirmar que o filho não ingeria tomates de forma alguma, porém ao ver explicação do professor e entender os benefícios do alimento “não dispensa mais o tomate da salada”.

O gráfico 3 apresentou informações relevantes, como o nível dos alunos e algumas habilidades que a maioria deles estava aprendendo e podem ser relacionadas ao esquema de ampulheta de Gallahue (2001), que representa as Fases de Desenvolvimento Motor. Uma vez trabalhada, desenvolvida e vencida a habilidade motora proposta pelo animal, o alcance do próximo objetivo torna-se mais eficaz. Neste caso, a fase motora fundamental foi alcançada com destreza.

De acordo com a estrutura de Gallahue, crianças de 2 até os 7 anos de idade estão inseridas na fase fundamental, que é subdividida em 3 fases:

“Estágio inicial, que é composto pela habilidade motora fundamental, onde a criança utiliza uma expressão de exagero corporal; estágio elementar que é caracterizado pelos movimentos fundamentais realizados de forma ordenada e que há um comando sobre eles, porém esses movimentos ainda são restringidos e exorbitantes; estágio maduro, onde a criança realiza movimentos hábeis, harmonizados e ponderados.” (NEGREIROS et al., 2019, p. 378)

Nesse caso, alguns fatores externos podem auxiliar na aprendizagem das crianças resultando em um maior desenvolvimento. Negreiros *et al.* (2019) apresenta uma visão que considera errada sobre o conceito da fase fundamental, que afirma que as habilidades são caracterizadas somente pela maturação, excluindo a influência pelas tarefas e fatores ambientais.

Uma prova disso foi uma análise obtida nos resultados da observação que expôs que, independente da idade, a criança pode evoluir mais rápido ou ter mais dificuldades durante o processo de aprendizagem. Dessa forma, ao mesmo tempo que há crianças de 4 anos no nível da tartaruga, há crianças com a mesma idade em um nível bem mais avançado, como o Lambari, por exemplo. Nesse caso, podemos levantar uma hipótese de que as crianças podem estar recebendo estímulos em casa ou na escola e, por essa razão, podem ter se desenvolvido por meio de fatores

externos e, conseqüentemente, evoluído mais rápido do que outras crianças. Jófili (2002) afirma que, para Piaget, o desenvolvimento precede a aprendizagem; porém, para Vygostky, a aprendizagem pode (e deve) preceder o desenvolvimento, acreditando que algumas aprendizagens podem até acelerar o processo de maturação. Isso fica bem representado no quadro 2, que traz uma comparação de idade e o respectivo animal de cada criança do estudo.

Segundo Negreiros *et al.* (2019) a fase de movimentos fundamentais está relacionada com o momento em que as crianças reconhecem o desenvolvimento motor do próprio corpo e começam a explorar e experimentar o mesmo. Assim, o gráfico 4 comparou a questão sobre a melhora na percepção do corpo e o nível que a criança está. As aulas de Corpo Humano (presente na metodologia Swim&Health) ajudam os alunos a terem uma maior consciência sobre o corpo e dessa forma, conseguir explorar melhor os movimentos, podendo gerar uma melhora no desenvolvimento motor de cada aluno.

De acordo com Kiphard e Schillingo (apud LUZ, 2020), do ponto de vista pedagógico, a coordenação motora pode ser entendida como uma interação entre sistema muscular, neural e sensorial, tendo o objetivo de gerar ações eficientes e de resposta motora rápida.

Segundo Stodden (2008), as crianças da primeira infância demonstram vários níveis de habilidade motora principalmente devido a diferenças de experiência. Essas diferenças são o resultado de muitos fatores como o ambiente, a presença de educação física de forma estruturada, status socioeconômico, influência dos pais, entre outros. A medida que vão passando para a segunda infância, os níveis de competência motora aumenta, oferecendo um repertório motor maior para se desenvolver em várias atividades físicas, esportes e jogos.

Dessa forma, analisado o quadro 1, é possível levar em conta que as crianças mais novas, porém mais avançadas, que iniciaram as atividades aquáticas desde a primeira infância, estiveram expostas a estímulos variados e de qualidade de forma que ampliassem sua capacidade de desenvolvimento motor; porém, apenas duas das cinco crianças conseguiram se desenvolver ao ponto de chegar em níveis mais avançados. Essas duas crianças podem ter sofrido influência externa, como por exemplo, praticar outras atividades.

Logan *et al.* (2011) corroboram com essa percepção ao associarem a coordenação motora a variáveis individuais com a prática de atividades físicas,

presumindo que crianças que possuem um melhor resultado em coordenação motora, provavelmente participam de mais atividades físicas ou vice-versa. A metodologia Swim&Heath respeita a maturação das crianças, assim como cita Moura *et al.* (2021), que sugere estímulos na prática de natação, como por exemplo, o aumento do número de aulas, duração das aulas, complexidade dos estímulos e intensidade dos estímulos, criando adaptações capazes de contribuir para o desenvolvimento motor das crianças.

Considerações Finais

Esse estudo teve como objetivo avaliar se o método Swim&Heath auxilia no desenvolvimento motor e pessoal das crianças que foram submetidos ao mesmo desde a primeira infância e os que começaram a partir da segunda infância, analisando o tempo de prática e o desempenho pessoal das crianças fora das piscinas.

Com base nos dados obtidos, é possível concluir que o método possui uma base pedagógica e estímulos eficientes para auxiliar no desenvolvimento motor das crianças. Adicionalmente, em relação às aulas do corpo humano, interação e nutrição positiva, prevaleceu um resultado positivo, concluindo que essas aulas auxiliam no desenvolvimento pessoal. A quantidade de crianças que iniciaram o método a partir da primeira infância não foi suficiente para comparar com crianças que iniciaram na segunda infância, tornando esse resultado inconclusivo.

É importante salientar que crianças que não participaram do estudo por necessitar de uma maior adaptação ao método Swim&Heath, nos provocam a pensar sobre os benefícios do mesmo para as crianças que possuem algum déficit ou atraso cognitivo, assim como sua abrangência e capacidade de inclusão, dessa forma, novos estudos complementares a este são incentivados.

Referências Bibliográficas

ALVES, João Guilherme Bezerra. Atividade física em crianças: promovendo a saúde do adulto. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 3, n. 1, p. 5-6, 2003.

BARBOSA, Tiago *et al.* **A adaptação ao meio aquático com recurso a situações lúdicas.** 2012.

CAETANO, Ana Patricia Freires; GONZALEZ, Ricardo Hugo. **O ensino da natação: uma revisão acerca dos métodos de ensino-aprendizagem.** 2013.

CROSS, Golden. **Quais as principais doenças do século 21 e por que têm aparecido?** 2021. Disponível em: <https://blog.goldencross.com.br/principais-doencas-do-seculo-21/>

FERNANDES, Josiane Regina Pejon; DA COSTA, Paula Hentschel Lobo. **Pedagogia da natação: um mergulho para além dos quatro estilos.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 20, n. 1, p. 5-14, 2006.

FERNANDES, Kauane Rosa; REIS, Natalí Máximo dos. **A influência dos pais durante o processo de iniciação esportiva de alunos de natação.** 2021.

FERREIRA, Mônica Misleide Matias; FRANÇA, Aurenia Pereira de. **O Autismo e as Dificuldades no Processo de Aprendizagem Escolar.** 2017.

FIRMINO, Clecyo de Sousa. **Benefícios da natação para o desenvolvimento infantil na segunda infância.** 2020. Tese de Doutorado.

FLICK, U. **Desenho da pesquisa qualitativa.** Porto Alegre: Artmed, 2009.

FONSACA, Krisieli. **DESENVOLVIMENTO COGNITIVO: UM ESTUDO DE CASO NA SEGUNDA INFÂNCIA.** In: CONGRESSO NACIONAL DE EDUCAÇÃO, 10., 2011, Curitiba. Seminário internacional de representações sociais, subjetividade e educação. Curitiba: Pucpr, 2011. p. 12344-12350.

GALLAHUE, D. L; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos.** 1. ed. São Paulo: Phorte, 2001.

GERSTER, Graziela; BRONDANI, Vânia Rosczinieski. **NATAÇÃO INFANTIL, LUDICIDADE E OS ASPECTOS METODOLÓGICOS.** 2012.

GIL, A.C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

JÓFILI, Zélia. **Piaget, Vygotsky, Freire e a construção do conhecimento na escola**. Educação: teorias e práticas, v. 2, n. 2, p. 191-208, 2002.

KERBEJ, F. **Natação: algo mais que os 4 nados**. São Paulo: Manole, 2002.

LANGENDORFER, Stephen J.. Applying a Developmental Perspective to Aquatics and Swimming. 2010.

LAZARINI, Silmara Cristina; FRAJACOMO, Mauricio Tadeu. **Auto-Aprendizagem Dirigida em Natação**. Revista Brasileira Multidisciplinar, v. 11, n. 2, p. 252-261, 2008.

LOGAN, Samuel W. et al. The relationship between motor skill proficiency and body mass index in preschool children. Research quarterly for exercise and sport, v. 82, n. 3, p. 442-448, 2011

LUZ, Denise Correa da. **ASSOCIAÇÕES ENTRE CARACTERÍSTICAS DO AMBIENTE FAMILIAR E NÍVEIS DE COORDENAÇÃO MOTORA GROSSA DE CRIANÇAS**. 2020. 126 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Educação Física, Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba, 2020.

MACEDO, N de P. et al. **Natação: o cenário no ciclo I do ensino fundamental nas escolas particulares**. Revista Mackenzie de educação física e esporte, v. 6, n. 1, p. 111-23, 2017.

MARCHETTI, Almir. **Metodologia de natação: 5 motivos para você ter a mgb no seu estabelecimento**. 5 motivos para você ter a MGB no seu estabelecimento. 2019.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos da Metodologia Científica**. 2003. 5ª edição.

MORENO, Juan Antonio; PAULA, Luciane de. **Estimulación acuática para bebés**. 2005, p. 59.

NEGREIROS, Cíntia Taumaturgo Fernandes de *et al.* **Desenvolvimento infantil e suas respectivas fases motoras**. 2019.

NUNES, Patrícia. **Psicologia Positiva**. 2007. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0115.pdf>.

NUNES, Patrícia. **Psicologia positiva**. Portal dos Psicólogos, Coimbra, v. 1, n. 1, p. 1-47, set. 2008.

OLIVEIRA, Larice Raváglio de et al. IMPORTÂNCIA DA NATAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA E SEUS BENEFÍCIOS. **Revista Eletrônica das Faculdades Sudamérica**, Cataguases, v. 5, n. 5, p. 111-130, jan. 2013.

PALUDO, Simone dos Santos; KOLLER, Sílvia Helena. **Psicologia Positiva: uma nova abordagem para antigas questões**. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/mPnRBjz6RrFFy9LPwSmFppz/?format=pdf&lang=pt>.

PEDEN, MARGIE & WORLD HEALTH ORGANIZATION. (2008). **World report on child injury prevention**. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/43851>

PEREIRA, Adriana Soares, et al. **Metodologia da pesquisa científica**. 2018.

PETERSON, C., & SELIGMAN, M. E. P. (2004). **Character strengths and virtues: a handbook and classification**. Washington, DC: American Psychological Association.

REPPOLD, Caroline Tozzi. **Educação Positiva: Impactos da Psicologia Positiva na área da Educação**. VI Seminário Internacional Cognição, Aprendizagem e Desempenho, Braga, v. 1, n. 1, p. 8-14, jun. 2018.

RODRIGUES, Anderson. **Doenças do século 21: um panorama geral**. Um panorama geral. 2021.

RUIVO, Marcos. **Natação Positiva**. 2017. Disponível em: <http://swimehealth.com.br/natacao-positiva-2/>. Acesso em: 01 out. 2021.

RUIVO, Marcos; GUIDO, Guilherme. **Elogiar para nadar: A estrutura para iniciação do método Swim & Health**. 2017

SANTOS, Almir Paulo dos. **O PAPEL DO EDUCADOR NA SEGUNDA INFÂNCIA**. Simpósio Nacional de Educação, Passo Fundo, v. 1, n. 1, p. 1-14, jun. 2008.

SCHMIDT, M. J. **Educar pela recreação**. 3 ed., Rio de Janeiro: Agir, 1964.

SELIGMAN, Martin E. P.. **Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy**. 2002.

SILVA, Carolina Gomes Ferreira da. **Aprendizagem das crianças durante a segunda infância: um estudo sobre as variáveis que interferem em seu desenvolvimento.** Revista Eletrônica Interdisciplinar, Garças, v. 12, n. 1, p. 242-245, jan. 2020.

SOUZA, Joniery Rubim de; SILVA, Ariana de Oliveira Vital da. **Fatores que interferem no processo de ensino e aprendizagem.** 2021.

STODDEN, David F. et al. A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, v. 60, n. 2, p. 290-306, 2008.

SWIM&HEALTH. **Metodologia Natação Positiva.** 2017. Disponível em: <https://swimehealth.com.br/entenda-a-metodologia-1/>.

TABILE, Ariete Fröhlich; JACOMETO, Marisa Claudia Durante. **Fatores influenciadores no processo de aprendizagem: um estudo de caso.** 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862017000100008.

TOLENTINO, Marcone Henrique; MACIEL, Rosana Mendes. **Natação como Mecanismo Auxiliar na Adaptação ao Ambiente Escolar para Crianças de 3 a 10 anos.** Revista Saúde e Educação, v. 3, n. 2, 2018.

WRIGHT, Beatrice A.; LOPEZ, Shane J. Widening the diagnostic focus. **Handbook of positive psychology**, p. 26-44, 2002.

APÊNDICE 1

Observação da autora para exclusão de fatores externos

1. O aluno participa da aula?
2. Obedece aos comandos do professor?
3. Tem consciência corporal?
4. Consegue imitar os movimentos demonstrados pelo professor?
5. Identifica as partes do corpo?
6. Tem noção espacial? (se é fundo ou não)
7. Tem medo? (da água, mergulhar, pular...)
8. Interage com outros colegas?
 - 1.
9. Tempo da troca de bicho?

APÊNDICE 2

Avaliação da eficácia do método Swim&Health enviado aos pais

1. Matrícula do aluno ou nome completo
2. Idade
3. Nível do aluno (animal)
4. Tempo de prática do método Swim&Health
5. O aluno tem se alimentado melhor após praticar o método Swim&Health?

Sim	Não	Outro
-----	-----	-------
6. O aluno consegue ter mais noção da própria saúde?

Sim	Não	Outro
-----	-----	-------
7. O aluno tem uma melhor percepção em relação ao próprio corpo?

Sim	Não	Outro
-----	-----	-------
8. Foi observada melhora no comportamento do aluno?

Sim	Não	Outro
-----	-----	-------
9. Houve melhora na relação do aluno com outras pessoas?

Sim	Não	Outro
-----	-----	-------