

Jogos aquáticos nas sessões de actividades aquáticas na primeira infância

Tiago M Barbosa¹, Mário J Costa¹, Daniel A Marinho², António J Silva³, Marta Martins⁴,
Telma M Queirós⁵

Resumo

O meio aquático é um dos ambientes mais ricos e diversos para a estimulação psicomotora de crianças. Os programas de actividades aquáticas na primeira infância têm se voltado de forma crescente para estilos de ensino menos rígidos e formais, com uma maior preponderância da componente lúdica. Comparativamente com as restantes actividades aquáticas de índole educativa, as que se reportam à primeira infância apresentam claramente uma lacuna na apresentação de propostas alternativas e lúdicas para o desenrolar das sessões. Foi objectivo deste trabalho propor uma selecção de jogos aquáticos de índole educativa para serem apresentados num programa de actividades aquáticas na primeira infância tomando em consideração: (i) os conteúdos e progressão pedagógica deste tipo de programas; (ii) os seus objectivos; (iii) os estilos de ensino possíveis de serem implementados e; (iv) a taxionomia dos jogos aquáticos educativos.

Palavras-chave: natação para bebés. Conteúdos. progressão pedagógica. tarefas alternativas.

Abstract

Aquatic it is one of the most rich and diverse environment for children psychomotor stimulation. Aquatic programs for infants and toddlers has been shifting for teaching styles less formal, with a higher contribution of recreation components. In comparison to remain aquatic activities, infant swimming literature has fewer papers proposing leisure tasks and exercises to be presented in each session. The aim of this paper was to propose some selected games and alternative exercises to be presented in infant swimming sessions based in the: (i) contents and pedagogical progression in this kind of programs; (ii) its goals; (iii) teaching styles and; (iv) aquatic games classifications.

Key words: infant swimming. Contents. pedagogical progression. alternative tasks

¹ Departamento de Desporto; Instituto Politécnico de Bragança/CIDESD

² Departamento de Ciências do Desporto; Universidade da Beira Interior/CIDESD

³ Departamento de Desporto, Exercício e Saúde; Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro/CIDESD

⁴ Escola Superior de Desporto; Instituto Politécnico de Santarém/CIDESD

⁵ Departamento de Supervisão e Prática Pedagógica; Instituto Politécnico de Bragança

INTRODUÇÃO

O meio aquático é um dos ambientes mais ricos e diversos para a estimulação psicomotora de crianças. Desde logo porque os pressupostos físicos ao se mover no meio aquático são distintos dos verificados no meio terrestre. A possibilidade de deslocamento espacial tri-dimensional, a combinação entre as forças de impulsão e do peso, a combinação das forças propulsivas e de arrasto faz com que as soluções motoras no meio aquático sejam distintas das adoptadas no meio terrestre. É em parte este argumento, à qual naturalmente se poderiam juntar tantos outros, que fazem com que as actividades aquáticas sejam um meio por excelência de trabalho e enriquecimento psicomotor de crianças desde bem cedo.

Foi-se gradualmente popularizando o início da prática das actividades aquáticas não tanto a partir dos 36 meses (i.e., três anos de idade no programa de actividades aquáticas habitualmente conhecido como “adaptação ao meio aquático”) mas mais precocemente. A idade de início da prática não parece ser consensual. Mas ainda assim, há casos de crianças que iniciam a sua prática aquática poucos meses após o nascimento e portanto, ainda na primeira infância. Estes são tidos como os programas de actividades aquáticas na primeira infância (vulgarmente conhecidos como “natação para bebés”). O decorrer do programa de actividades aquáticas deverá nesse sentido assentar no desenvolvimento inter-habilidades de acordo com a proposta de Langendorfer e Bruya (1995) que mais não é do que uma adaptação desse mesmo conceito para habilidades do meio terrestre por Gallahue (1982)

A prática das actividades aquáticas na primeira infância foi-se desenvolvendo desde meados dos anos sessenta até aos nossos dias. Inicialmente estes programas tinham um cunho fortemente orientado para a natação de sobrevivência e o auto-salvamento (Barbosa e Queirós, 2005). Hoje em dias visam sobretudo o desenvolvimento alargado, multilateral da criança numa perspectiva psicomotora, cognitiva e social. É perante este enquadramento que os programas de actividades aquáticas na primeira infância se tem voltado de forma crescente para estilos de ensino menos rígidos e formais, com uma maior preponderância da componente lúdica. Com efeito, esta tendência de estilos de ensino onde o aluno tem um papel mais activo não só na realização das tarefas mas também em outros momentos da aula é uma tendência dominante hoje em dia em alguns contextos de ensino, inclusive nas actividades aquáticas (Barbosa e Queirós, 2004;

Barbosa et al.,2010; 2011; Langendorfer e tal., 1988; Moreno, 2001; Moreno e Gutiérrez, 1998).

Comparativamente com as restantes actividades aquáticas de índole educativa, as que se reportam à primeira infância apresentam claramente uma lacuna na apresentação de propostas alternativas e lúdicas para o desenrolar das sessões. Se existem diversas obras e artigos técnico-científicos descrevendo jogos aquáticos, tarefas de ensino com um forte cunho lúdico para adaptação ao meio aquático e ensino das técnicas da natação pura; salvo melhor opinião, no caso das actividades aquáticas na primeira infância a literatura parece ser omissa.

Foi objectivo deste trabalho propor uma selecção de jogos aquáticos de índole educativa para serem apresentados num programa de actividades aquáticas na primeira infância.

CONTEÚDOS E PROGRESSÃO PEDAGÓGICA NAS ACTIVIDADES AQUÁTICAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Independentemente do programa de actividade física que a criança esteja envolvida, este deverá promover o seu desenvolvimento de forma harmoniosa e integral. Desta forma, as actividades aquáticas na primeira infância contemplam três grandes objectivos (Barbosa e Queirós, 2005): (i) sociais; (ii) cognitivos e; (iii) psicomotores.

Do ponto de vista social, as sessões também terão como objectivo aumentar o tempo e a qualidade das interacções, de convívio dos pais com o seu filho bem como, promover ou alargar as primeiras interacções sociais da criança. Relativamente aos objectivos cognitivos, quando se sugere a uma criança, os jogos aquáticos estes devem tomar em consideração e promover a sua actividade cognitiva com base no estágio de desenvolvimento cognitivo em que se encontra. A título meramente ilustrativo, jogos aquáticos que envolvam regras mais complexas e alguma capacidade de abstracção só devem ser sugeridas a crianças que estejam no estadio do pensamento intuitivo. Jogos aquáticos que envolvam a verbalização só deverão ser apresentados no momento em que a linguagem esteja minimamente adquirida por parte da criança. Ou seja, um programa de actividades aquáticas na primeira infância deve estimular o desenvolvimento cognitivo da criança, tendo por base a etapa desse mesmo desenvolvimento em que esta se encontra.

Quanto aos objectivos psicomotores, hoje em dia, as actividades aquáticas na primeira infância centram-se no desenvolvimento multilateral e alargado da motricidade da criança, seja ela: (i) motricidade grossa ou; (ii) motricidade fina e aspectos afins. De entre as habilidades de motricidade grossa encontram-se: (i) flutuações; (ii) deslocamentos; (iii) imersões; (iv) passagens e; (v) saltos. Por sua vez, relativamente às habilidades de motricidade fina e capacidades motoras associadas, recai-se sobre: (i) manipulações; (ii) orientação espacial; (iii) ritmo; (iv) diferenciação cinestésica e; (v) reacção.

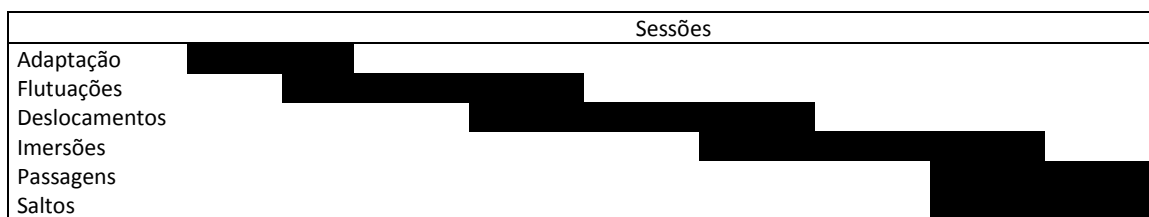
Do ponto de vista da abordagem destes conteúdos, a progressão pedagógica a implementar deve tomar em consideração alguns pressupostos. A eficácia das tarefas de ensino e, portanto, do programa proposto decorre da interacção entre as características do aluno, da tarefa e do envolvimento (Langendorfer e Bruya, 1995). Mais recentemente o mesmo autor desenvolveu e aprofundou este conceito. A complexidade das tarefas são decorrentes da combinação entre (Langendorfer, 2010): (i) a profundidade da piscina; (ii) a distância a ser nadada (no caso das actividades aquáticas na primeira infância poder-se-á considerar a distância do deslocamento, imersão ou passagem); (iii) o suporte (equipamento de flutuação ou de peso); (iv) a assistência de terceiros e; (v) os equipamentos usados (equipamento de propulsão ou de arrasto). A tabela 1 sintetiza o modelo proposto por Langendorfer (2010).

Tabela 1. Proposta de análise desenvolvimentista das tarefas aquáticas (adaptado de Langendorfer, 2010)

	Profundidade da água	Distância do deslocamento, imersão ou passagem	Suporte	Assistência	Equipamento
Fácil (simples)	Com pé (Imerso pela anca)	1 a 2 vezes o comprimento corporal	Um ou mais equipamentos de flutuação	Assistência/apoio total de um técnico	Equipamento de propulsão
↓	Com pé (Imerso pelo peito)	2 a 5 vezes o comprimento corporal	Flutuação corporal	Assistência/apoio parcial de um técnico	Sem equipamento
Difícil (complexo)	Sem pé	10 vezes o comprimento corporal	Pesos adicionados ao corpo	Sem Assistência/apoio de um técnico	Equipamento de arrasto

A progressão pedagógica aqui proposta alicerça-se fundamentalmente no trabalho de habilidades de motricidade grossa, já anteriormente descrita por Barbosa e Queirós (2005). Para o efeito consideram-se seis etapas: (i) adaptação ao local; (ii) flutuações; (iii) deslocamentos; (iv) imersões; (v) passagens e; (vi) saltos. A adaptação ao local é o momento em que se procura promover a familiarização com o local e as pessoas que participam nas sessões. As flutuações e os deslocamentos são habilidades de equilíbrio. As flutuações consistem em equilíbrios (vertical, ventral ou dorsal) sem deslocamento. Os deslocamentos são equilíbrios (vertical, ventral ou dorsal) com tracção por um adulto à superfície da água. As imersões (verticais e ventrais) são deslocamentos abaixo da superfície da água, como o próprio nome indica. As passagens são tidas como um acto de propulsão autónomo do aluno ou à superfície ou em imersão. Por fim os saltos são actos de propulsão do meio terrestre para o meio aquático. Os diferentes conteúdos propostos serão apresentados de forma isolada por mera facilidade didáctica. Contudo, ao longo das aulas eles deverão surgir de forma inter-relacionada e não estanque. Naturalmente cada professor por vezes apresenta variações mais ou menos profundas a esta sequência de aprendizagem. Na Figura 1 é demonstrada a ordem cronológica de surgimento dos diversos conteúdos.

Figura 1. Ordem cronológica de abordagem dos diferentes conteúdos de um programa de actividades aquáticas na primeira infância (adaptado de Barbosa e Queirós, 2005).



Contudo, paralelamente à abordagem de habilidades de motricidade grossa deve-se promover e/ou estimular o desenvolvimento de motricidade fina, bem como de determinadas capacidades motoras, tais como: (i) as manipulações; (ii) orientação espacial; (iii) ritmo; (iv) diferenciação cinestésica e; (v) reacção. As manipulações são actividades de controlo, de manuseamento de objectos (manusear, receber, passar, lançar, etc). No caso das manipulações dá-se especial ênfase à coordenação óculo-manual que visa a sincronização entre acções segmentares através do controlo visual. A

orientação espacial é particularmente distinta do verificado no meio terrestre já que neste se limita a ser efectuada bidimensionalmente (frente-trás; esquerda-direita) e no meio aquático tridimensionalmente (frente-trás; esquerda-direita; cima-baixo). O trabalho da noção de ritmo, é inicialmente imposto por canções e lengalengas infantis, mas que se pode mais tarde alargar ao ritmo de execução segmentar de determinadas habilidades motoras. A diferenciação cinestésica está associada às actividades de manipulação de diferentes materiais e objectos com pesos, texturas, dimensões distintos o que impõe programas de controlo motor na execução das habilidades propostas. Por fim a capacidade de reacção que estimula a criança a reagir o mais rapidamente possível a um determinado estímulo (visual, sonoro, táctil, etc).

OS ESTILOS DE ENSINO NAS ACTIVIDADES AQUÁTICAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Habitualmente considera-se que o estilo de ensino adoptado pelo professor poderá ter influência na eficácia no processo ensino-aprendizagem. O estilo de ensino a adoptar deve ser variável em função do tipo de programa que está a ser conduzido e os objectivos do mesmo. Classicamente, na literatura consideram-se como os estilos de ensino mais frequentes (Sidentop, 1991): (i) instrução directa; (ii) ensino por tarefas; (iii) ensino recíproco; (iv) ensino em pequenos grupos; (v) ensino individualizado; (vi) descoberta guiada e; (vii) resolução de problemas.

As actividades aquáticas na primeira infância pautam-se por decorrem em sessões com um número reduzido-moderado de alunos e pela presença de uma pessoa significativa para o aluno. O número reduzido de participantes na sessão visa criar um ambiente de ensino eminentemente individualizado e estabelecido numa maior relação da tríade, ou seja, da relação estabelecida entre o aluno, a pessoa significativa e o professor (Barbosa e Queirós, 2005). Desta forma, um dos estilos de ensino mais propício será o de “ensino em pequenos grupos” ou mesmo o “ensino individualizado” em determinadas circunstâncias. Todavia, será de sublinhar que um estilo de ensino individualizado, no sentido mais estrito do conceito (i.e., sessão com um único aluno) inviabiliza ou reduz fortemente a componente de promoção e desenvolvimento social da criança.

No ensino das actividades aquáticas, tradicionalmente, os professores adoptam um método de ensino-aprendizagem rígido relativo à concepção, aos objectivos e ao seu desenvolvimento (Barbosa e Queirós, 2004). Esta prática orienta-se fortemente para um estilo de “instrução directa”. Contudo, dado o trabalho eminentemente individualizado realizado nas actividades aquáticas na primeira infância este estilo de ensino não será o mais favorável. Esta é uma concepção de ensino-aprendizagem que implica a adopção por parte do professor de um estilo de ensino directivo, sem a participação activa do aluno na sua aprendizagem, sem tomar em conta as dimensões afectivas, sociais ou cognitivas deste (Langendorfer et al., 1988; Langendorfer e Bruya, 1995). Ora as dimensões afectivas, sociais e cognitivas são como indicado anteriormente (cf 2.) elemento central num programa de actividades aquáticas na primeira infância. Assim, a opção deverá recair por estilos de ensino mais próximos do registo de “descoberta guiada” e em fases mais avançadas do programa de “resolução de problemas”. O que se vulgarizou como se denominando de actividades lúdicas ou jogos educativos. Em ambos os estilos de ensino o professor propõe uma tarefa sem indicar ao aluno a solução mais eficaz para a sua resolução. O aluno irá procurar a melhor solução para atingir o objectivo proposto. Desta forma o papel do professor centra-se na orientação do aluno na procura da melhor solução (Barbosa e Queirós, 2004).

O jogo aquático parece encerrar em si outras tantas vantagens, o facto de (Barbosa e Queirós, 2004): (i) o aluno tender a libertar-se dos seus medos ou receios iniciais ao meio aquático; (ii) ser mais motivante do que tarefas analíticas; (iii) permitir que se atinjam elevadas densidades motoras por sessão e; (iv) quando correctamente aplicados, promover um aumento da eficácia do processo de ensino-aprendizagem.

A TAXIONOMIA DO JOGO AQUÁTICO NAS ACTIVIDADES AQUÁTICAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA

Moreno e Rodríguez (1997) sugeriram uma classificação para os jogos aquáticos dividindo-os em jogos individuais e colectivos. A figura 2 apresenta essa sistematização. O tipo de jogo a privilegiar nas actividades aquáticas na primeira infância serão os individuais. Se inicialmente a ênfase será colocada em jogos individuais de acção

alternada ou simultânea; mais tarde é possível tentar a interacção entre alunos com recurso a outros tipos de jogos.

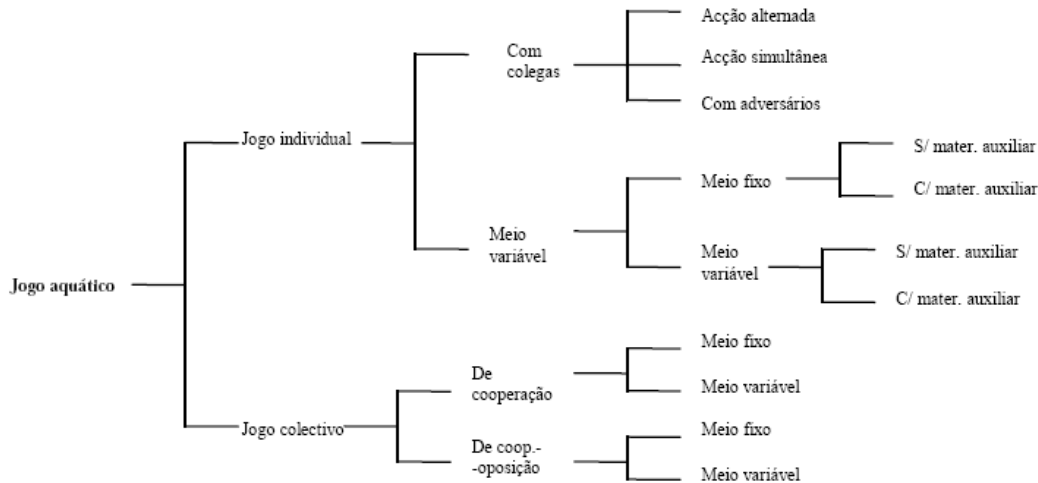


Figura 2 – Classificação dos jogos aquáticos educativos (adaptado de Moreno e Rodríguez, 1997).

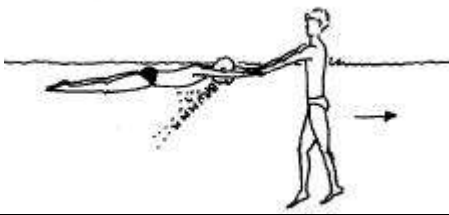
A sequência de apresentação dos jogos aquáticos educativos deve-se reger pelo princípio de incremento gradual da complexidade e do número de variáveis a controlar no decorrer do jogo: (i) o número de intervenientes; (ii) cooperação ou oposição dos intervenientes; (iii) os materiais a utilizar e; (iv) as características do meio. No caso dos jogos aquáticos individuais a abordagem dá-se pela introdução de tarefas que envolvam um meio fixo. De seguida pode-se promover a prática de jogos que se caracterizem pelo meio ser variável. Mais tarde segue-se a apresentação de jogos aquáticos ainda com um carácter individual mas, onde se verifica a acção alternada de colegas posteriormente, a acção simultânea destes e por fim a introdução de adversários.

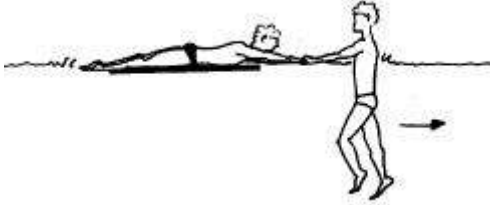
PROPOSTA DE UMA SELECÇÃO DE JOGOS AQUÁTICOS PARA AS ACTIVIDADES AQUÁTICAS NA PRIMEIRA INFÂNCIA


De seguida é apresentada uma selecção de jogos aquáticos para as actividades aquáticas na primeira infância (figura 3). Para cada jogo proposto é indicada uma

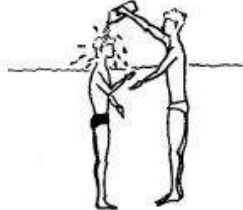
sugestão de nome para o jogo. A atribuição de nomes facilita que com o decurso do programa os alunos rapidamente compreendam a tarefa que lhes está a ser proposta, reduzindo o tempo de explicação de objectivos, regras, organização dos alunos e materiais, etc. Também é(são) apresentado o(s) principal(ais) conteúdos abordados com base na classificação apresentada previamente (cf. 2.). A cada jogo fez-se um esforço de tentar alocar a sua utilização com um determinado intervalo de idades. Há a sublinhar que estes limites são altamente flexíveis. O ajustamento de um jogo a um aluno decorre menos da sua idade cronológica e mais do: (i) estágio de desenvolvimento motor; (ii) estágio de desenvolvimento cognitivo e; (iii) experiência passada com o meio aquático. A opção pelos intervalos de idade cronológica deve-se a uma tentativa de facilitar a rápida compreensão de a que nível(eis) melhor se enquadra o jogo a ser descrito. A execução dos exercícios nem sempre será efectuada de forma autónoma pelos alunos. Neste contexto, parte-se do pressuposto que as faixas etárias indicadas para cada tarefa nem sempre serão de execução autónoma e independente, mas com auxílio de um adulto (pessoa significativa e/ou professor). Por fim, apresenta-se uma variedade de materiais auxiliares que podem ser utilizados para a consecução do jogo. Não havendo o material referido na descrição do jogo, ou por outro motivo qualquer, poder-se-á optar por materiais alternativos os quais são descritos no campo específico para o efeito.


Figura 3 – Proposta de jogos aquáticos para actividades aquáticas na primeira infância.

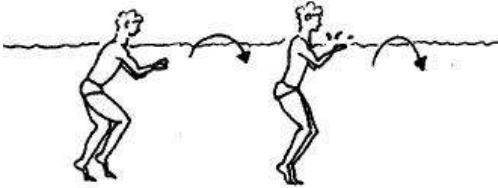
Barco a motor	
Conteúdo: Flutuações Deslocamento	
O aluno encontra-se em decúbito ventral. O adulto faz a tracção do aluno e pede-lhe para efectuar expirações pela boca imitando o ruído do motor de um barco	
Faixa etária aproximada 24-36 meses	Materiais auxiliares: N/A Variante: com placa na mão; traccionado por vara ou esparguete

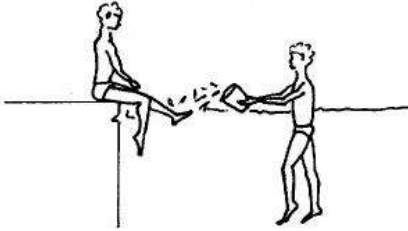
Body-border ou surfista	
Conteúdo: Flutuações Deslocamento	
O aluno encontra-se em decúbito ventral em cima de um tapete flutuante e é traccionado por um adulto (tração do tapete ou do aluno)	
Faixa etária aproximada 06-36 meses	Materiais auxiliares: Tapete flutuante; placa; esparguetes unidos paralelamente

O carro	
Conteúdo: Adaptação ao local Orientação espacial Deslocamento	
O aluno encontra-se dentro de uma caixa/cesto (o carro) e é traccionado ou empurrado por um adulto.	
Faixa etária aproximada 06-36 meses	Materiais auxiliares: Caixa/cesto


O chuveiro	
Conteúdo: Adaptação ao local	
Técnica de oleação com garrafa de água pelo gargalo (variante: garrafa com pequenos orifícios no fundo simulando um chuveiro) ou regador, deitando água na cabeça do aluno.	
Faixa etária aproximada 06-36 meses	Materiais auxiliares: Garrafa de água; regador

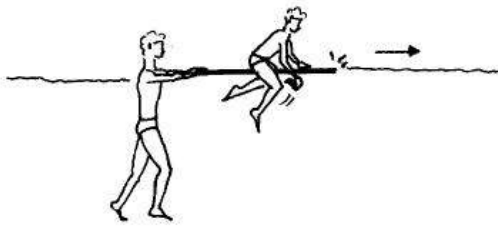
A estátua	
Conteúdo: Adaptação ao local Equilíbrio	
O aluno está imóvel numa determinada posição em cima de um tapete flutuante ou de uma caixa. Outro aluno ou um adulto cria pequena agitação na água (ondas e turbulência) para desequilibrar o aluno.	
Faixa etária aproximada 24-36 meses	Materiais auxiliares: Caixa/cesto; tapete flutuante

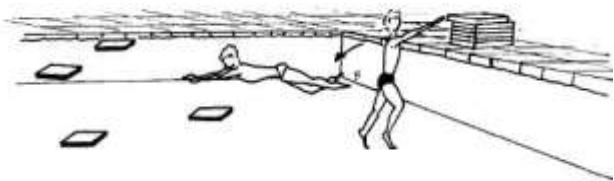
O coelhinho	
Conteúdo: Adaptação ao local Orientação espacial Imersão vertical	
O aluno saltita pelo plano de água com os dois pés juntos como se fosse um coelhinho. Variante: ao saltitar canta " de olhos verdes, de pelo branquinho aos saltos bem altos eu sou um coelhinho!" e de seguida faz uma imersão vertical.	
Faixa etária aproximada 24-36 meses	Materiais auxiliares: N/A

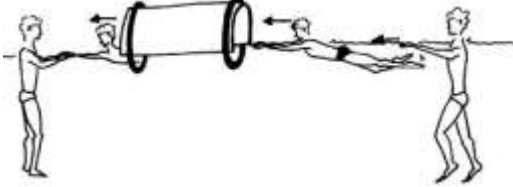
O lava pés	
Conteúdo: Adaptação ao local Manipulações	
O aluno está sentado no cais da piscina e faz batimento de pernas. Um adulto à sua frente segura um balde. O objectivo é encher o balde com água com a turbulência gerada pela pernada.	
Faixa etária aproximada 18-36 meses	Materiais auxiliares: N/A

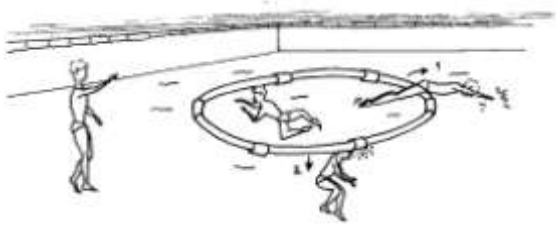
O escorrega	
--------------------	--

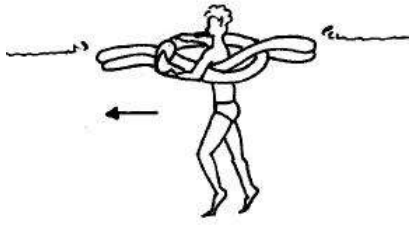
Conteúdo: Imersões Saltos	
O aluno desliza (apoiado por um adulto ou autonomamente) por um escorrega que se encontra no cais da piscina ou um tapete no bordo do tanque e entra de pés na água. Variante #1: deslize com entrada de cabeça Variante #2: apenas com tapete flutuante entrar na água a rebolar	
Faixa etária aproximada 12-36 meses	Materiais auxiliares: Escorrega; tapete flutuante

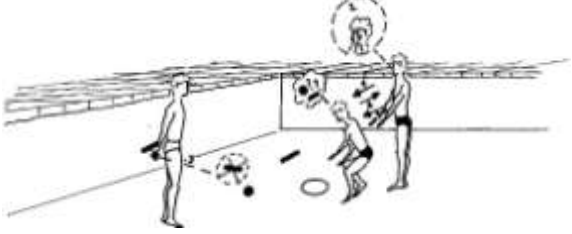
O marinheiro	
Conteúdo: Flutuações Deslocamentos Manipulações	
O aluno encontra-se sentado num tapete flutuante ou caixa ou placa e usa um objecto (por exemplo, uma forma da praia) como remo para empurrar água. O adulto ajuda o deslocamento traccionando a material. Variante #1: sem auxílio do adulto Variante #2: ao mesmo tempo canta: "esta vida de marinheiro está a dar cabo de mim, pa-pa-rá-pa-rá..."	
Faixa etária aproximada 12-36 meses	Materiais auxiliares: tapete flutuante; placa; caixa/cesto; esparguete; forma da praia

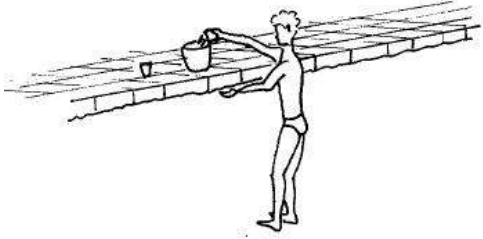
A torre	
Conteúdo: Manipulações Passagens	
Estão diversas placas/pranchas espalhadas pelo plano de água. O aluno tem de ir buscar uma placa de cada vez e colocar no cais da piscina. As placas/pranchas são empilhadas umas em cima das outras até fazerem uma torre. Variante #1 – com ajuda de um adulto traccionado a criança.	
Faixa etária aproximada 18-36 meses	Materiais auxiliares: Placa/prancha; Legos®; cubos de espuma

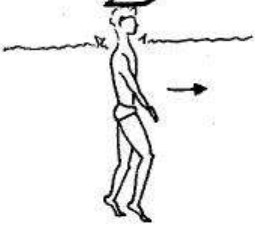
O túnel	
Conteúdo: Imersões Passagens	
O aluno vai, à superfície, de um adulto para outro adulto passando dentro de um tunel feito com tapetes flutuantes e arcos. Variante #1 – passagem em imersão	
Faixa etária aproximada 24-36 meses	Materiais auxiliares: Arcos; tapete flutuação, esparguetes

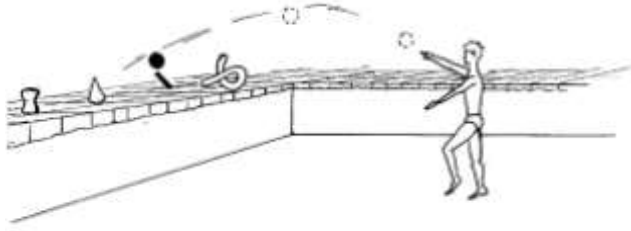
A lagoa de sapos	
Conteúdo: Imersões Passagens Ritmo	
Com vários esparguetes e respectivas peças de ligação faz-se um círculo. Esse círculo é a lagoa. Os alunos vão para dentro do círculo e passam a ser sapos. Ao sinal do professor os alunos passam por cima (salto) ou por baixo (imersão) dos esparguetes saindo da lagoa. Variante #1 – com ajuda de adulto Variante #2 – a cantar a canção dos sapos de Paul McCartney: “Bom! Bom! Bom! Chuac! Chuac!”	
Faixa etária aproximada 24-36 meses	Materiais auxiliares: Arcos; tapete flutuação, esparguetes

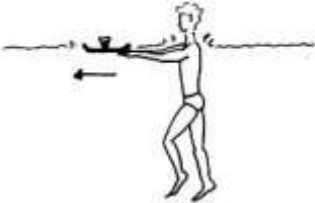
O barco	
Conteúdo: Adaptação ao local Flutuações Deslocamento	
O adulto entrelaça dois esparguetes até ficarem com a forma de uma canoa. O aluno é colocado verticalmente dentro da canoa, apoiando as axilas nos esparguetes. A criança move as pernas para se deslocar. Variante #1 – mexe os braços para gerar propulsão Variante #2 – é tracionado por um adulto	
Faixa etária aproximada 06-36 meses	Materiais auxiliares: esparguetes

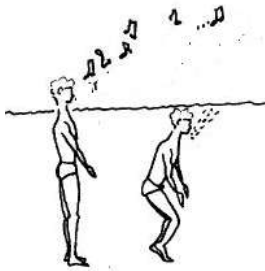
O objecto roubado	
Conteúdo: Imersões Saltos	
São colocados no fundo da piscina 3 ou 4 objectos pelo adulto. O aluno faz uma imersão para ver quais são os objectos que existem. Depois volta à superfície e tapa os olhos. O adulto retira um objecto do fundo. O aluno volta a fazer imersão para descobrir qual o objecto que foi retirado. Variante #1- o aluno faz salto do cais da piscina antes da imersão	
Faixa etária aproximada 24-36 meses	Materiais auxiliares: Barras de imersão; arcos de imersão

O baldinho	
Conteúdo: Manipulações	
No bordo da piscina ou num tapete flutuante encontram-se dois copos de plástico e um balde. O objectivo é o aluno encher os copos com água e despejar no balde até o encher. Variante # 1- passar água de um copo para o outro sem entornar. Variante #2 – com as mãos juntas em concha, encher o balde com água sem usar os copos.	
Faixa etária aproximada 12-36 meses	Materiais auxiliares: Copos de plástico; balde; tapete flutuante; placa

O equilibrista	
Conteúdo: Flutuações Equilíbrio Diferenciação cinestésica	
Na posição vertical, o aluno ou parado ou a deslocar-se pelo plano de água tenta equilibrar uma placa em cima da cabeça. Variante #1 – alternar o tipo de objecto em cima da cabeça	
Faixa etária aproximada 18-36 meses	Materiais auxiliares: Placa, pull-buoy, cubo de espuma

Tiro ao alvo	
Conteúdo: Manipulações Diferenciação cinestésica	
No cais da piscina ou num tapete flutuante estão vários objectos. O aluno na posição vertical lança uma bola para derrubar os objectos. Variante #1 – lançar diversos tipos de objectos (bola, placa/prancha, arcos de imersão, etc.)	
Faixa etária aproximada 18-36 meses	Materiais auxiliares: Bola, tapete flutuação, cones, placas

O empregado de mesa	
Conteúdo: Manipulações Flutuações Equilíbrio	
O aluno encontra-se na posição vertical segurando com as duas mãos uma placa/prancha (o tabuleiro ou bandeja). Em cima da placa/prancha encontra-se um copo cheio de água. O objectivo é deslocar-se sem derramar água. Variante #1 – segurar apenas com uma mão a placa	
Faixa etária aproximada 30-36 meses	Materiais auxiliares: Placa, copo de plástico

O gato	
Conteúdo: Imersão Ritmo	
O aluno encontra-se na posição vertical a cantar “Um peixinho vai nadando Vai nadando de mansinho Ele sobe e dá uma volta E Continua seu caminho”	
Faixa etária aproximada 18-36 meses	Materiais auxiliares: N/A

REFERÊNCIAS

1. BARBOSA, T.M. & QUEIRÓS, T.M. **Ensino da natação. Uma perspectiva metodológica para abordagem das habilidades motoras aquática básicas**. Lisboa: Ed. Xistarca; 2004.
2. BARBOSA, T.M. & QUEIRÓS, T.M. **Manual Prático de Actividades Aquáticas e Hidroginástica**. Lisboa: Ed. Xistarca; 2005.
3. BARBOSA, T.M.; COSTA, M.J.; MARINHO, D.A.; SILVA, A.J & QUEIRÓS, T.M. Tarefas alternativas para o ensino e aperfeiçoamento das técnicas alternadas de nado. **Educación Física y Deportes**. 143, 2010
4. BARBOSA, T.M.; COSTA, M.J.; MARINHO, D.A.; GARRIDO, N.D.; SILVA, A.J. & QUEIRÓS, T.M. Tarefas alternativas para o ensino e aperfeiçoamento das técnicas simultâneas de nado. **Educación Física y Deportes**. 156, 2011
5. GALLAHUE, D. **Understanding motor development in children**. New York, New York: John Wiley & sons; 1982.
6. LANGENDORFER, S. & BRUYA, L. **Aquatic readiness. Developing water competence in young children**. Champaign, Illinois: Human Kinetics; 1995.
7. LANGENDORFER, S., GERMAN, E. & KRAL, D. Aquatic games and gimmicks for young children. **National aquatic journal**. Fall, p. 11-14. 1988
8. LANGENDORFER, S.J. Applying a development perspective to aquatics and swimming. In: KJENDLIE, P.L.; STALLMAN, R.K.; CABRI, J. (Eds). **Biomechanics and Medicine in Swimming XI**. Oslo: Norwegian School of Sport Sciences. , 2010. p. 20-22.
9. MORENO, J. & RODRIGUEZ, P. Hacia una nueva metodologia de enseñanza de los juegos deportivos. In: F. RUIZ (Ed.). **Los juegos y las actividades deportivas en la educación física básica**. Murcia: Universidad de Murcia. Murcia, 1997. p. 185-214.
10. MORENO, J. & GUTIÉRREZ, M. Propuesta de un modelo comprensivo del aprendizaje de las actividades acuáticas através del juego. **Apunts: Educació física i Esports**, Vol 52, p. 16-24. 1998
11. MORENO, J. **Juegos acuáticos educativos**. Barcelona: INDE; 2001.
12. SIDENTOP, D. **Developing Teaching Skills in Physical Education**. Mountain View, California: Maifield Publishing Company; 1992

AUTOR DE CONTACTO:

Tiago M. Barbosa
Departamento de Desporto
Instituto Politécnico de Bragança/CIDESD
Campus Sta Apolónia ap. 1101-75
5300 Bragança

Telefone: +351 273 303 000

Fax: +351 273 303 135

barbosa@ipb.pt