



VOLTAR

ENVIAR

IMPRIMIR

ARTIGOS TÉCNICOS

MAIS ARTIGOS

NATAÇÃO PURA

Caracterização do treino de alto rendimento em natação, em Portugal
28 DE AGOSTO DE 2010

NATAÇÃO PURA

Análise Dinâmica Comparativa entre 3 Tipos de Partida Engrupada em Natação Pura Desportiva
23 DE DEZEMBRO DE 2009

NATAÇÃO PURA

Cinética do consumo de oxig nio em intensidade severa e desempenho em natação
12 DE NOVEMBRO DE 2009

NATAÇÃO PURA

Compara o de dois métodos para a determina o do volume corporal, bottle buoyancy e pesagem hidrostática
05 DE FEVEREIRO DE 2009

NATAÇÃO PURA

Compara o do perfil de força isocinética entre rotadores internos e externos dos ombros em jovens nadadores
27 DE DEZEMBRO DE 2008

NATAÇÃO PURA

Padrões de respira o em mariposa. Que consequências? - Abordagem muscular
06 DE NOVEMBRO DE 2008

Generalidades sobre a organiza o e a gestão dos programas de nata o para beb s

12 DE OUTUBRO DE 2005 -

Tiago Barbosa

Resumo

A eficácia de um programa de actividade física depende de um complexo de condicionantes. Entre essas condicionantes encontram-se as relacionadas com a sua organiza o e gestão. No caso específico dos programas de N.B., eles apresentam algumas particularidades, quando comparados com outros programas de actividades aquáticas. Assim,   objectivo deste artigo apresentar algumas generalidades sobre a organiza o e a gestão dos programas de N.B. Unitermos: Organiza o. Gestão. Nata o para beb s.

Introdu o

A eficácia de um programa de actividade física depende de um complexo de condicionantes. Entre essas condicionantes encontram-se as relacionadas com a sua organiza o e gestão. No caso da Nata o para Beb s (N.B.), poderão referir-se como sendo algumas das questões relacionadas com a organiza o e a gestão do programa, as respeitantes às características da classe e às características da piscina onde decorrerão as aulas.

Será de ressalvar, desde já, que a eficácia do programa não depende única e exclusivamente dos factores aqui apresentados. Existe um conjunto mais vasto de variáveis que irão influenciar o desenrolar do processo ensino-aprendizagem, mas que a sua abordagem não cabe no âmbito deste trabalho, dado que o tornaria demasiado extenso.

Em síntese,   objectivo deste artigo apresentar algumas generalidades sobre a organiza o e a gestão dos programas de N.B.

1. A classe**1.1. A presença dos pais**

A presença efectiva e activa dos pais assume um carácter decisivo para o bom desenrolar das aulas de N.B.. Na impossibilidade de ambos, pelo menos um dos pais deverá estar presente. Preferencialmente a mãe, com quem o beb  terá uma rela o mais forte.

Por um lado, os pais são um elemento de segurança física da criança. Dificilmente o professor poderá vigiar e controlar o comportamento de diversas crianças num meio tão propenso a acidentes, em indivíduos que ainda não estão despertos para tais perigos.

Por outro, a explora o do meio aquático, a cria o de autonomias motoras e afectivas não se verificam sem a presença de estabilidade emocional, sendo essa uma das fun es dos pais nas aulas de N.B., criando um ambiente susceptível de promover a autosupera o da criança.

Além que, segundo Sarmento e Montenegro (1992), os pais serão uma forma intermediária do professor chegar ao beb . Isto porque ninguém melhor que os próprios pais conhecem ou interpretam as reac es, os comportamentos, as mensagens não verbais emitidas pelas crianças.

1.2. Número de alunos

O'Brien et al. (1983), indicam que cada classe pode ser constituída por 10-15 beb s no máximo, e os respectivos pais. Todavia, eles sustentam a ideia que deverão existir, no mínimo, dois professores, sendo um de cada g nero. Logo, segundo os autores em questão existirão entre cinco a sete beb s por professor.

Perez et al. (1997) não divergem muito dos autores anteriores defendendo que, cada classe deve ser constituída, por seis a oito beb s no máximo, e os respectivos pais, devendo cada classe ser dirigida por dois professor.

No entanto, apesar da literatura anteriormente citada sugerir a presença, no mínimo de 2 professores, o frequente parece que   a presença de apenas um deles, sendo requisitada a comparência de um segundo, caso a classe contenha um número mais elevado de alunos.

Em síntese, o número de alunos por classe deve ser reduzido, por forma a criar um ambiente de ensino eminentemente individualizado e estabelecido numa maior rela o beb -pais-professor. Além que um elevado número de crianças e, portanto, de pais e de professores por  em causa a cria o de um ambiente calmo e tranquilo, o que poderá ter um efeito inibidor nas crianças.

1.3. Frequência semanal

Perez et al. (1997) referem que o número de aulas por semana deve variar entre as duas e as três sessões, ao que se acrescenta o banho em casa. A partir do momento em que o beb  perde o cordão umbilical e inicia-se a cicatriza o do umbigo   possível dar banho ao recém-nascido. Dado que as aulas de N.B. têm o seu início entre os 3 e os 6 meses (Barbosa, 1999), quer isso dizer que nesses primeiros meses o contacto com a água far-se-  em casa, aquando do banho (Luque, 1995; Perez et al., 1997).   de acrescentar que o banho em casa, para além do seu carácter higi nico, deverá também ter um carácter lúdico e experimental (Fouace, 1980). Ou seja, será um momento não só de higiene pessoal mas, também de brincadeira e de experiência da criança no meio aquático e com o meio aquático.

Por sua vez, Luque (1995), sugere uma frequência, nos programas de N.B., de duas aulas semanais. Todavia, Numminen e Saakslahhti (no prelo) compararam 22 itens relacionados com o desenvolvimento motor em três grupos de alunos. Um primeiro grupo participou em 10-25 sessões em nove meses, um segundo realizou 29-56 no mesmo período de tempo e, finalmente, um terceiro grupo não participou em aulas de N.B., sendo o grupo de controlo.

Ao comparar os 22 itens nos três grupos, Numminen e Saakslahhti (no prelo) constataram que o grupo de controlo evidenciava valores superiores aos outros grupos em 5 itens. O grupo que frequentou entre 10 a 25 sessões, obteve valores superiores aos outros dois grupos em 10 itens. E o grupo que participou entre 29 a 56 aulas obteve valores superiores em 5 itens.

Assim, aparentemente, não será necessária uma frequência muito elevada neste tipo de programas. Na realidade, parece que uma aula por semana será o

ÚLTIMAS NOTÍCIAS

VER TODAS

10 DE ABRIL DE 2011

NATAÇÃO PURA



Participa o excelente em Eindhoven
A Selec o Nacional encerrou hoje a participa o na Swim Cup Eindhoven, competi o em que realizou uma excelente presta o.

10 DE ABRIL DE 2011

NATAÇÃO PURA



Eindhoven: Portugueses disputam seis finais esta tarde
Portugal tem seis nadadores apurados para as finais desta tarde da Swim Cup Cup Eindhoven, competi o que hoje termina na Holanda.

Português

English

nome/name_*

e-mail_*

Novo Registo

SPONSORS



INICIATIVAS



NATAÇÃO PURA
NATAÇÃO SINCRONIZADA
PÓLO AQUÁTICO
ÁGUAS ABERTAS

MASTERS
SALTOS
FORMAÇÃO
SELECÇÕES

ARBITRAGEM
IMPrensa
FEDERAÇÃO
DIRECTÓRIO

EVENTOS
RESULTADOS
RANKINGS
RECORDES

NOTÍCIAS
CIRCULARES
COMUNICADOS
FOTOS

VIDEOS
EXTRAS
BOLSA DE EMPREGO
CONTACTOS

© FPN 2009 Todos os direitos reservados.

[Federação](#) | [Directório](#) | [Bolsa de Emprego](#) | [Contactos](#) | [Mapa do Site](#) | [Avisos Legais](#) | [L'ASPIRE](#)