

ENSINO DE CROL E COSTAS: NOVAS METODOLOGIAS, NOVAS ESTRATÉGIAS

Tiago Barbosa

Departamento de Desporto, Instituto Politécnico de Bragança, Bragança

Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, Vila Real

As técnicas alternadas são duas das habilidades motoras aquáticas mais leccionadas no âmbito da Natação Pura. Com efeito, estas duas técnicas são muitas vezes entendidas como “porta de entrada” nas actividades aquáticas após a adaptação ao meio aquático.

Tomando como referência a macro-sequência de ensino da Natação Pura, as técnicas alternadas (isto é, Crol e Costas) são as primeiras a serem ensinadas, seguidas sucessivamente pelas técnicas de Bruços e de Mariposa. Serão apresentadas as justificações bioenergéticas, biomecânicas e do controlo motor para este enquadramento conceptual.

Uma intervenção pedagógica eficaz do professor de Natação Pura depende do domínio de competências técnicas e de ensino. No domínio técnico serão apresentados os modelos biomecânicos das habilidades motoras. Serão ainda apresentados procedimentos para análise qualitativa da técnica, com especial referência para a capacidade de observação das faltas mais frequentes, das causas e consequências associadas, bem como, de hipotéticas formas de correcção. No domínio do ensino, será dissertado sobre as diversas possibilidades de progressão pedagógica, bem como das estratégias, das metodologias de ensino, dos exercícios e tarefas “típicas” de ensino que lhe estão associadas.

Todas as propostas serão sustentadas em recentes evidências técnicas e científicas. Uma perspectiva do ensino onde saberes técnicos e científicos interagem, se complementam, sustentando os fundamentos do processo de ensino-aprendizagem é – ou deverá ser – uma das chaves para o sucesso no ensino da Natação Pura. Tanto para mais que por vezes o conhecimento científico serve como processo confirmatório do conhecimento técnico e outras tantas acrescenta novas soluções a este.