

Natação na escola: conteúdo com muitas vantagens

Swimming at school: contente with many advantages

Joeli Cristini Costa de Oliveira^{1*}, Luiz Pesce², Ana Amélia Anzolin de Souza³

¹Centro Universitário Ingá – UNINGÁ, Maringá, PR, Brasil.

²Centro Universitário Ingá – UNINGÁ, Maringá, PR, Brasil.

³docente no Centro universitário Ingá – UNINGÁ, Maringá, PR, Brasil

*joelicristini2@gmail.com

RESUMO

O objetivo do estudo, é apresentar vantagens e desvantagens da natação no ambiente escolar, por meio do discurso de professores das cidades de Maringá/PR e Santa Inês/PR. Trata-se de um estudo descritivo, no qual se utilizou entrevista semiestruturada. A amostra foi composta por três professores(as), da rede pública da cidade de Santa Inês/PR e três professores(as) da rede privada da cidade de Maringá/PR resultando em um total de seis professores. Com base nos resultados obtidos pelo discurso dos professores, pode-se perceber as vantagens da natação: Melhora nos aspectos físicos, cognitivos e afetivos, além de, requerer movimentos coordenados de braços e pernas, auxiliando na coordenação motora; A natação desde cedo incentiva os alunos a adotar um estilo de vida ativo e saudável; Aulas de natação fornecem oportunidades para os alunos interagirem e trabalharem em equipe. Em relação às desvantagens os professores relataram que: Aulas de natação exigem estruturas dentro das normas, instrutores qualificados e equipamentos adequados, e envolve custos significativos; O tempo limitado dentro do currículo escolar pode dificultar a inclusão da natação sem prejudicar demais disciplinas; A inclusão da natação exigem ajustes no currículo existente, podendo afetar outras disciplinas; O desconforto do aluno, ao se expor com traje de banho ou a falta de habilidade com os movimentos no meio líquido. É importante ressaltar cuidadosamente nas vantagens e desvantagens, ao incluir a natação nas aulas de Educação Física, considerando as necessidades e recursos da escola, bem como a segurança e o bem-estar dos alunos, como relatado no discurso dos professores.

Palavras-chave: Conteúdo. Escola. Natação.

ABSTRACT

The objective of the study is to present the advantages and disadvantages of swimming in the school environment, through the discourse of teachers from the cities of Maringá/PR and Santa Inês/PR. This is a cross-sectional study of a descriptive nature, in which a semi-structured interview prepared by the authors themselves was used (accompanied by a Free and Informed Consent Form). The sample was composed of 3 teachers from the public network in the city of Santa Inês/PR and 3 teachers from the private network in the city of Maringá/PR. In accordance with the data analysis procedures proposed for this research, a context unit and registration unit (Bardin, 2011) were used to select, categorize and group the information referring to the teachers' speeches. From the results

obtained from the teachers' speech, the advantages of swimming can be seen: It is an exercise that works several muscle groups, promoting comprehensive physical development; Swimming from an early age can encourage students to adopt an active and healthy lifestyle; Requires coordinated movements of arms and legs, helping to improve motor coordination; Swimming lessons can provide opportunities for students to interact and work as a team. Regarding disadvantages, teachers reported that; Swimming classes require facilities, qualified instructors and adequate equipment, which can involve significant costs; Limited time within the school curriculum can make it difficult to include swimming without sacrificing other subjects; The inclusion of swimming may require adjustments to the existing curriculum, which may affect other subjects; The student's discomfort when exposed to a bathing suit or lack of ability to move in a liquid environment. It is important to think carefully about the advantages and disadvantages before including swimming in physical education classes, considering the school's needs and resources, as well as the safety and well-being of students, as reported in the teachers' speech.

Keywords: School. Content. Swimming.

INTRODUÇÃO

De acordo com Darido (2003), a inserção da Educação Física na escola ocorreu oficialmente em 1851. Segundo A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) 9.394/4, que trouxe melhorias para a área da Educação Física, sendo um componente curricular obrigatório. Inserindo-a como disciplina obrigatória nas grades curriculares das escolas brasileiras, reconhecendo-a como componente curricular e como área de estudo saliente na formação integral dos indivíduos.

Sabe-se que os conteúdos desenvolvidos na Educação Física escolar, de acordo com o cenário de uma determinada escola, sempre haverá aqueles trabalhados com mais facilidade e aqueles de mais difícil acesso. A natação, por ser uma prática que estabelece condições específicas, acaba por se tornar conteúdo pouco cultivado em sua totalidade pelos professores de Educação Física.

Segundo Silva (2019), A natação hoje é considerada um dos esportes que mais traz benefícios a saúde não só das crianças, mas também em todas as outras faixas etárias, pois o auxilia na prevenção de doenças cardiorrespiratórias, problemas posturais entre outros. Sendo assim, segundo Gallahue e Ozmun (2005), afirmam que quanto mais cedo a criança iniciar, a prática da natação melhor será a sua disposição físico-cognitiva para assimilar a influência externa, facilitando a aquisição e a melhoria das habilidades motoras.

“Mesmo a natação fazendo parte do conteúdo curricular obrigatório nas aulas de Educação Física, muitas vezes é negligenciada por falta de professores capacitados ou por falta de espaço físico”. (Lima e Salomão, 2021). Com isso, podemos observar a falta de interesse nos órgãos superiores na educação, pois mesmo sabendo da relevância da natação, enfrentam problemas se disponibilidade de aula ou estrutura inadequada para prática.

Fernandes (2007) enfatiza que atividades que priorizem os movimentos são de total relevância observar se o desenvolvimento motor da criança estão de acordo com a faixa etária, visando assim desenvolvimento psicomotor harmônico. Tendo como objetivo demonstrar a importância da natação no ambiente escolar.

No entanto, Farias (1997) ressalta que, para a natação ter os benefícios desejados, é essencial que haja estrutura adequada nas escolas, com piscinas e profissionais capacitados para ensinar e garantir a segurança dos alunos. É necessário que sejam estabelecidos objetivos claros e que a prática seja inserida de forma pedagogicamente adequada na grade curricular, garantindo abordagem educativa e não apenas recreativa.

Em resumo, a natação oferece diversos benefícios tanto físicos quanto psicológicos e sociais para os alunos, e pode ser uma opção válida para a inclusão no currículo escolar, desde que sejam observadas as devidas condições e estratégias para a sua efetivação. Juntamente com Carvalho (1994), podemos dizer que a natação contribui para o desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social dos alunos, pois estimula a coordenação, o equilíbrio, a percepção, a criatividade, a autoconfiança, a cooperação e a integração.

Com isso, o objetivo da pesquisa é apresentar a importância de trabalhar a natação como conteúdo na Educação Física escolar, por meio da análise dos benefícios físicos, cognitivos e sociais oferecidos por esta modalidade esportiva. Dessa forma, a importância de incluir a natação na Educação Física escolar é essencial para o desenvolvimento dos estudantes. A prática desse esporte oferece benefícios físicos e psicológicos, além de ser acessível a todos os alunos. A natação fortalece o corpo, promove coordenação motora e aumenta a flexibilidade. A Natação também melhora a autoestima, a confiança e desenvolve disciplina e perseverança. No entanto, a falta de estrutura e profissionais qualificados dificulta a implementação da natação nas escolas. Para superar esses desafios, é necessário estabelecer parcerias e incluir a natação na grade curricular. Os gestores escolares devem ser conscientizados sobre a importância dessa prática para os alunos.

De acordo com Darido (2003), a inserção da Educação Física na escola ocorreu oficialmente em 1851. Segundo A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) 9.394/4, que trouxe algumas melhorias para a área da Educação Física, sendo um componente curricular obrigatório. Inserindo-a como disciplina obrigatória nas grades curriculares das escolas brasileiras, reconhecendo-a como componente curricular e como área de estudo saliente na formação integral dos indivíduos.

Sabe-se que os conteúdos desenvolvidos na Educação Física escolar, de acordo com o cenário de uma determinada escola, sempre haverá aqueles conteúdos trabalhados com mais facilidade e aqueles de mais difícil acesso. A natação, por ser uma prática que estabelece condições mais específicas, acaba por se tornar um conteúdo pouco cultivado em sua totalidade pelos professores de Educação Física.

Segundo Silva (2019), A natação hoje é considerada um dos esportes que mais traz benefícios a saúde não só das crianças, mas também em todas as outras faixas etárias, pois o auxilia na prevenção de doenças cardiorrespiratórias, problemas posturais entre outros. Sendo assim, segundo Gallahue e Ozmun (2005), afirmam que quanto mais cedo a criança iniciar, a prática da natação melhor será a sua disposição físico-cognitiva para assimilar a influência externa, facilitando a aquisição e a melhoria das habilidades motoras.

“Mesmo a natação fazendo parte do conteúdo curricular obrigatório nas aulas de Educação Física, muitas vezes é negligenciada por falta de professores capacitados ou por

falta de espaço físico”. (Lima e Salomão, 2021). Com isso, podemos observar a falta de interesse nos órgãos superiores na educação, pois mesmo sabendo da relevância da natação, enfrentam problemas de disponibilidade de aula ou estrutura inadequada para prática.

Fernandes (2007) enfatiza que atividades que priorizem os movimentos são de total relevância observar se o desenvolvimento motor da criança estão de acordo com a faixa etária, visando assim desenvolvimento psicomotor harmônico. Tendo como objetivo demonstrar a importância da natação no ambiente escolar.

No entanto, Farias (1997) ressalta que, para a natação ter os benefícios desejados, é essencial que haja estrutura adequada nas escolas, com piscinas e profissionais capacitados para ensinar e garantir a segurança dos alunos. É necessário que sejam estabelecidos objetivos claros e que a prática seja inserida de forma pedagogicamente adequada na grade curricular, garantindo abordagem educativa e não apenas recreativa.

Em resumo, a natação oferece diversos benefícios tanto físicos quanto psicológicos e sociais para os alunos, e pode ser uma opção válida para a inclusão no currículo escolar, desde que sejam observadas as devidas condições e estratégias para a sua efetivação. Juntamente com Carvalho (1994), podemos dizer que a natação contribui para o desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social dos alunos, pois estimula a coordenação, o equilíbrio, a percepção, a criatividade, a autoconfiança, a cooperação e a integração.

Com isso, o objetivo da pesquisa é apresentar a importância de trabalhar a natação como conteúdo na Educação Física escolar, por meio da análise dos benefícios físicos, cognitivos e sociais oferecidos por esta modalidade esportiva. Dessa forma, a importância de incluir a natação na Educação Física escolar é essencial para o desenvolvimento dos estudantes. A prática desse esporte oferece benefícios físicos e psicológicos, além de ser acessível a todos os alunos. A natação fortalece o corpo, promove coordenação motora e aumenta a flexibilidade. A Natação também melhora a autoestima, a confiança e desenvolve disciplina e perseverança. No entanto, a falta de estrutura e profissionais qualificados dificulta a implementação da natação nas escolas. Para superar esses desafios, é necessário estabelecer parcerias e incluir a natação na grade curricular. Os gestores escolares devem ser conscientizados sobre a importância dessa prática para os alunos.

METODOLOGIA

A prioridade, foi desenvolver uma pesquisa que se trata de um estudo descritivo, assim para Nunes, Nascimento & Luz (2016) a pesquisa descritiva inclui um estudo observacional, onde se compara dois grupos similares, sendo assim, o processo descritivo visa à identificação, registro e análise das características, fatores ou variáveis que se relacionam com o fenômeno ou processo.

Trata-se de uma entrevista semiestruturada elaborada pelos próprios autores, com um total de 3 perguntas, acompanhada de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, realizada entre os meses de julho a setembro de 2023. Utilizou-se o Aparelho celular para gravar as entrevistas, com a duração aproximadamente de 1 hora. Segundo Marconi e Lakatos (2003), a entrevista, foi conduzida entre duas pessoas, a fim de que uma delas

obtenha informações a respeito de determinado assunto, mediante uma conversa de forma profissional.

A amostra foi composta por 3 professores(as), da rede pública da cidade de Santa Inês/PR e 3 professores(as) da rede privada da cidade de Maringá/PR, graduados em Educação Física.

De acordo com os procedimentos de análise de dados propostos para esta pesquisa, utilizou-se unidade de contexto e unidade de registro (Bardin, 2011) para Selecionar, categorizar e agrupar as informações, referentes aos discursos dos professores, que foram realizadas durante o mês de agosto e transcrito no início do mês de setembro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nas entrevistas realizadas observa-se a realidade das escolas públicas e privadas pesquisadas, assim percebe-se no Quadro 1, a relação da natação com as aulas de educação física escolar.

Quadro 1: Como a natação pode auxiliar nas atividades escolares, de acordo com a percepção dos professores

N	CATEGORIA	UNID. DE REGISTRO	F
1	Melhora no desenvolvimento das atividades aplicadas nas aulas	1	3
2	A natação desperta a curiosidade da criança levando-a a procurar a prática do esporte fora do ambiente escolar	1	2
3	Não respondeu	1	1

Fonte: Luiz Henrique Pesce e Joeli Cristini Costa de Oliveira

Observa-se que na categoria 1 a maioria dos professores relatam a melhora no desenvolvimento das atividades aplicadas nas aulas, assim Borges & Marciel (2016) afirmam que a natação é importante para o desenvolvimento motor por auxiliar a melhora da capacidade física e habilidades dos praticantes, ajudando ainda a desenvolver a coordenação de membros inferiores e superiores, agilidade, equilíbrio, e lateralidade possibilitando melhora no processo de aprendizagem.

Além disso, Oliveira, Nascimento, Fortes, Melo e Silva (2015), falam que a melhora da noção espacial acontece através das percepções espaciais adquiridas no meio líquido, há também em relação a lateralidade, pois a criança deve escolher um lado para realizar a rotação da cabeça para fazer a inspiração.

Bem como na categoria 2, a natação desperta a curiosidade da criança levando-a a procurar a prática do esporte fora do ambiente escolar, assim para Ruffeil (2011), as emoções são ligadas ao desempenho das atividades no meio aquático e estas podem influenciar positivamente e negativamente no desempenho de seu praticante, cabe nesse sentido, ao professor de natação explorar habilidades de convívio que contemplem emoções de alegria e altruísmo.

De acordo com, Silva (2019) a natação é muito procurada pelos pais pelo fato de a mesma ter um papel fundamental na saúde das crianças, pois obesidade, sedentarismo e estresse são alguns dos problemas que podem acometer as crianças que praticam pouca ou nenhuma atividade física.

Percebe-se que na categoria 3 um professor não respondeu, pois alegou que não havia recursos suficientes para realizar as aulas.

Continuando, no quadro 2 percebe-se as vantagens e desvantagens da natação no discurso dos professores entrevistados.

Quadro 2: Vantagens e desvantagens da natação no discurso dos professores

VANTAGENS		DESVANTAGENS	
N	Melhora nos aspectos físicos, cognitivos e afetivos	N	Aulas de natação exigem instalações, instrutores qualificados e equipamentos adequados, o que pode envolver custos significativos.
1		1	
2	Incentiva os alunos a adotar um estilo de vida ativo e saudável.	2	O tempo limitado dentro do currículo escolar pode dificultar a inclusão da natação sem afetar outras disciplinas
3	Favorece o trabalho em equipe.	3	A inclusão da natação pode exigir ajustes no currículo existente, o que pode afetar outras disciplinas
		4	O desconforto do aluno, ao se expor com traje de banho ou com a falta de habilidade com os movimentos no meio líquido

Fonte: Luiz Henrique Pesce e Joeli Cristini Costa de Oliveira

Diante do quadro 2, percebe-se que nas categorias vantagens onde os professores falam sobre o lado bom da natação que todos nós sabemos de seus benefícios como Melhora nos aspectos físicos, cognitivos e afetivos, além de, requerer movimentos coordenados de braços e pernas, ajudando a melhorar a coordenação motora; A natação desde cedo pode incentivar os alunos a adotar um estilo de vida ativo e saudável; Aulas de natação podem fornecer oportunidades para os alunos interagirem e trabalharem em equipe. Para Unimed–BH (2022) a natação ajuda a melhorar a postura e coordenação motora, estimula a engatinhar e dar os primeiros passos, promove a socialização e ajuda a evitar a obesidade infantil.

Em relação às desvantagens os professores falam sobre a dificuldade de trabalhar a natação: Aulas de natação exigem instalações, instrutores qualificados e equipamentos adequados, o que pode envolver custos significativos; O tempo limitado dentro do currículo escolar pode dificultar a inclusão da natação sem sacrificar outras disciplinas; A inclusão da natação pode exigir ajustes no currículo existente, o que pode afetar outras disciplinas; O desconforto do aluno, ao se expor com traje de banho ou com a falta de habilidade com os movimentos no meio líquido. Para Machado e Brito–Monzani (2022) contando com essa realidade, fica muito difícil para o professor de fato mostrar como realmente funciona o meio líquido, acabando por limitar-se em aulas em sala, usando

algum recurso para ilustrar imagens e vídeos, isso quando ainda há esses recursos disponíveis.

Assim, ressalta-se como ponto importante do estudo, a metodologia utilizada pelos professores para ministrar o conteúdo da natação nas aulas de educação física escolar, pois ainda não é difundida no âmbito escolar, como mostra o discurso dos profissionais no quadro 3.

Quadro 3: A metodologia utilizada pelos professores para ministrar o conteúdo da natação nas aulas de educação física escolar

N	CATEGORIA	UNID. DE REGISTRO	F
1	Conteúdo teórico para os alunos terem conhecimento	1	4
2	Conteúdo de forma teórica e na sequência a prática	1	1
3	Não trabalha o conteúdo de natação.	1	1

Fonte: Luiz Henrique Pesce e Joeli Cristini Costa de Oliveira

Ainda mais na categoria 1, a grande parte dos professores relata sobre aplicar a aula de forma teórica, assim para Machado e Brito – Monzani (2022), mesmo que o profissional da área tenha iniciativa e bom conhecimento, a falta de acessibilidade para todos se torna mais um fator limitante. Nesse sentido, o professor que se importa com os alunos irá realizar uma aula teórica que será composta por vídeos e imagens que explicam como são os movimentos e atividades que são realizadas na natação, assim criando uma curiosidade no aluno.

Observa-se que na categoria 2 apenas 1 professor respondeu que aplica a aula de forma teórica e prática, assim adaptando a aula a sua realidade, dessa forma, Mendes (2020) ressalta que a natação contribui para o desenvolvimento motor, psíquico e social, também trabalha todos os mecanismos fisiológicos, como a capacidade respiratória e o sistema cardiovascular.

Do mesmo modo, para Silva (2015) a aprendizagem da natação caracteriza-se por uma variedade de possibilidades de movimentação na água. Devido às várias mudanças existentes da posição do corpo na água, a habilidade motora apresenta diferenças fundamentais à movimentação diária do ser humano.

Contudo na categoria 3, um professor respondeu que não trabalha a natação pelo fato de não haver recursos, assim para Brandalise (2017) a falta de investimento e as limitações físicas das escolas são um cenário presente no cotidiano de alunos e professores, ou seja, a falta de recursos é uma realidade no ambiente escolar.

Juntamente com, Carvalho e Costa (2016) a natação está presente nos PCNs como conteúdo curricular obrigatório nas aulas de educação física (Brasil, 1998), porém muitas das vezes é negligenciado pelos professores que não trabalham esse conteúdo em suas aulas, ou por falta de espaço físico e recursos ou até mesmo por insegurança de levar os alunos para o meio líquido.

CONCLUSÃO

Ao analisar a entrevista realizada com os professores, percebe-se que eles reconheceram que a natação influencia no desenvolvimento físico, cognitivo e emocional dos alunos e incentivou a atividade física e o trabalho em equipe. Porém, a falta de infraestrutura, de recursos materiais, de profissionais qualificados e de tempo disponível dificulta a inclusão da natação no currículo escolar.

Quanto à metodologia utilizada pelos professores para ministrar os conteúdos de natação nas aulas de Educação Física, constatou-se que a maioria optou por abordar o tema de forma teórica, explicando os conceitos, regras, formas e benefícios da natação.

Dessa forma, pode-se concluir que o motivo da natação não ser tão abordada tanto na escola pública quanto a privada é a falta de recursos físicos, como piscina, materiais e professores capacitados para que possam realizar as aulas práticas nas aulas de Educação Física nas escolas.

REFERÊNCIAS

Bardin, L. (2011). Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70. Recuperado de: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://ia802902.us.archive.org/8/items/bardin-laurence-analise-de-conteudo/bardin-laurence-analise-de-conteudo.pdf.

Borges, R, K, F, M; Marciel, R, M. (2016). A influência da natação no desenvolvimento dos aspectos psicomotores em crianças da educação infantil. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 1. V. 9. Pp. 292 – 313. Recuperado de: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br>.

Brandalise, E, V. (2017). Educação física escolar: o retrato da natação em escolas públicas de Florianópolis/SC. Repositório Institucional UFSC. Recuperado de: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/184770>.

Brasil. (1998). Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física. Brasília: Secretaria de Ensino Fundamental. MEC/SEF. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd213/a-natacao-como-conteudo-da-educacao-fisica.htm>.

Carvalho, K, M, O; Costa, R, S. (2016). A natação como conteúdo da Educação Física escolar: desafios e possibilidades. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 20, Nº 213. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd213/a-natacao-como-conteudo-da-educacao-fisica.htm>.

CARVALHO, M, C. (1994). Natação: contributo para o sucesso do ensino-aprendizagem. P.192. ISBN: 972-96079-0-7. Recuperado de: <https://natacao.educacaofisicaa.com.br/2014/03/desenvolvimento-cognitivo-afetivo-e.html?m=1>.

Darido, S. C. (2003) Educação Física na escola: questões e reflexões. Guanábana Koogan. Recuperado de: <https://www.intaead.com.br/ebooks1/livros/ed%20fisica/20.%20EF%20na%20Escola%20quest%F5es%20e%20reflex%F5es.pdf>.

Farias, D. C. (1997). A Natação no Contexto Escolar. UFPR. Recuperado de: <https://www.bing.com/ck/a!&&p=ddb87b11a44556edJmltdHM9MTY4MTE3MTIwMCZpZ3VpZD0wMmUxNjA5Yi0zMTkwLTY4ZjAtMGlxOC02ZmQzMzAyNjY5ZjgmaW5zaWQ9NTE3Nw&pfn=3&hsh=3&fclid=02e1609b-3190-68f0-0b186fd3302669f8&psq=A+Nata%c3%a7%c3a3o+no+Contexto+Escolar&u=a1aHR0cHM6Ly9hY2Vydm9kaWdpdGFsLnVmcHIuYnIvYml0c3RyZWFlL2hhbmRsZS8xODg0LzYzOTk5L0RFQk9SQSUyMENSSVNUSU5BJTIwRkFSSUFTLnBkZg&ntb=1>.

Gallahue, D. L; Ozmun, J. C. (2005). Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. Phorte. Recuperado de: https://issuu.com/phorteeditora/docs/compreendendo_o_desenvolvimento_motor_3edi.

Lima, R. S.; Salomão, R. E. M. (2021). A Natação Na Educação Física Escolar: Práticas E Desafios. Repositório Alfaunipac. Recuperado de: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/996>.

Machado, D; Brito–Monzini, J, O. (2022). Natação em escolas: dificuldades e desafios. Universidade Federal de Maranhão. Recuperado de: <https://monografias.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/5585/1/DANIELSILVAMACHADO.pdf>.

Marconi, M. A.; Lakatos, E. M. (2003). Fundamentos de metodologia científica. 5. Ed. São Paulo: Editora Atlas. Recuperado de: <file:///C:/Users/joeli/Downloads/7131-28103-1-PB.pdf>.

Mendes, E. (2020). Educação por meio da natação: enxergue além de ensinar a girar braços e bater pernas. Metodologia Gustavo Borges. Recuperado de: <https://www.metodologiagb.com.br/educacao-por-meio-da-natacao/>.

Nunes, G. C.; Nascimento, M. C. D.; Luz, M. A. C. A. (2016). Pesquisa científica: conceitos básicos. Comment, 10(29). Doi: <https://doi.org/10.14295/online.v10i1.390>.

Oliveira, D, G; Nascimento, G, C; Fortes, L, S; Melo, S, C; Silva, C, G, S. Os benefícios da natação escolar para a aprendizagem motora de alunos do ensino fundamental I. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 19, Nº 202. Recuperado de: <https://www.efdeportes.com/efd202/os-beneficios-da-natacao-escolar.htm>.

Ruffeil, R. (2011). Natação e o desenvolvimento em crianças de dois a seis anos de idade. UEPA. Resgatado de: https://paginas.uepa.br/ccbs/edfisica/files/2011.2/BRUNO_MACHADO.pdf.

Silva, T, A. (2015). Natação escolar no ensino fundamental: uma ferramenta no desenvolvimento motor. FAEMA. Recuperado de: hrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://repositorio.unifaema.edu.br/bitstream/123456789/469/5/Taissa%20Silva_TCC.pdf.

Silva, T.S. (2019). Benefícios da natação para o desenvolvimento infantil. Universidade Federal Rural de Pernambuco Sistema Integrado de Bibliotecas. Recuperado de:Chromeextension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://repository.ufrpe.br/bitstream/123456789/1776/1/tcc_tiagodesouzasilva.pdf.

UNIMED – BH. Benefícios da natação: as vantagens da prática em todas as idades. Site viver bem, 2022. Recuperado de: https://viverbem.unimedbh.com.br/qualidadedevida/beneficios-da-natacao/.