

MODALIDADE NATAÇÃO: APRENDENDO A ENSINAR

Autores : PISKLEVITZ, Almeida Samuel; Zago , Ederlei

Resumo

Atualmente a busca por qualidade de vida, saúde e bem-estar tem se elevado cada vez mais, um dos exercicios físicos procurados pelos beneficios adquiridos como a melhora da capaciade cardiorespiratória, é a natação, modalidade que exige prática regular, coordenação e tecnica, sendo uma habilidade de se deslocar na água. Neste estágio, o objetivo foi aprender a ensinar a nadar, atraves de atuação, conhecimento, observações e vivências na área profissional. Em primeiro momento, as observações e interação com os alunos ocorreram durante as aulas, após algumas semanas com montagem do plano de ação concluído, foi realizado a execução, aplicando os exercicios propostos com supervisão, exercicios esses na finalidade de melhorar, corrigir e aperfeiçoar o nado do praticante da modalidade. As aulas de natação tiveram a duração de uma hora, obtendo presença de quase todos os alunos, devido aos compormissos de cada um, não é todos que conseguem manter o mesmo horário de prática, assim sendo, é optativo do aluno se prefere seguir treino orientado pelo profissional ou de maneira livre, alguns optarem pela orientação, onde de maneira geral atingiram a melhora na execução dos exercicios e percepções aprimoradas na técnica, correção da postura e confiança na água, assim sendo os alunos adquiriram progresso positivo nesses aspectos. Natação é uma modalidade técnica e que possui diferentes maneiras de ensinar, requer conhecimento, vontade e

RESUMO

dedicação, para ensinar a nadar, aplicando métodos que o indivíduo apresente melhoras.

Palavras-chave: Natação. Metodologia. Adultos.

E-mails : samuelpisklevitz@gmail.com; ederlei.zago@unoesc.edu.br