

PRAXIOLOGIA MOTRIZ Y NATACIÓN: MOVIMIENTOS CORPORALES UTILIZADOS POR UNA JOVEN ATLETA

PRAXIOLOGIA MOTRIZ E A NATAÇÃO: MOVIMENTOS CORPORAIS UTILIZADOS POR UMA JOVEM ATLETA

MOTOR PRAXEOLOGY AND SWIMMING: THE BODY MOVEMENTS OF A YOUNG ATHLETE

JOYCE KAROLINE PINTO OLIVEIRA PONTES (BRASIL)

Bacharela em Comunicação Social - Jornalismo; Mestranda de Sociedade e Cultura na Amazônia da Universidade Federal do Amazonas; Bolsista da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) (Manaus-AM, Brasil).

SORAYA DE OLIVEIRA LIMA (BRASIL)

Licenciatura Plena em Pedagogia; Mestranda de Sociedade e Cultura na Amazônia da Universidade Federal do Amazonas; Bolsista da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) (Manaus-AM, Brasil).

ARTEMIS DE ARAUJO SOARES (BRASIL)

Professora Doutora do Programa de Pós-Graduação em Sociedade e Cultura na Amazônia e Diretora da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia. Universidade Federal do Amazonas (Manaus-AM, Brasil).

Fecha recepción: 1-8-14

Fecha aceptación 25-1-15

RESUMEN: El artículo se orienta desde la Praxiología motriz, teoría definida por el Dr. Pierre Parlebas en sus investigaciones realizadas desde 1966 en Francia. Con aproximadamente 48 años de existencia, esta teoría se utiliza en las prácticas deportivas y, principalmente, en los juegos. El objeto de estudio del trabajo se centra en el análisis de la conducta motriz de una joven atleta que representa al Estado de Amazonas en las competiciones de natación. Cuando analizamos este deporte desde el panorama de la Praxiología Motriz, verificamos que la correcta ejecución de los movimientos corporales es de suma importancia para la teoría. El trabajo está basado en las informaciones dadas por la atleta durante las entrevistas. Los procedimientos metodológicos que utilizamos fueron: técnicas de entrevista, historial fotográfico de la técnica de la atleta y observación directa de los movimientos.

PALABRAS CLAVE: Praxiología Motriz, natación, movimientos corporales, juego y deporte.

RESUMO: O artigo trata da Praxiologia Motriz, teoria defendida pelo Dr. Pierre Parlebas em suas pesquisas realizadas a partir de 1966 na França. Com aproximadamente 48 anos de existência, a teoria se estabelece nas práticas esportivas, principalmente nos jogos. Este trabalho relata a conduta motriz na modalidade natação, realizada por uma jovem atleta que representa o Estado do Amazonas em competições. Quando analisamos esse esporte sob a égide da Praxiologia Motriz, verificamos que a correta execução dos movimentos corporais é de suma importância para a teoria. O trabalho está baseado nas informações dadas pela atleta durante as entrevistas. Os procedimentos metodológicos que utilizamos foram: técnica da entrevista, histórico fotográfico do acervo da atleta e observação direta das atividades.

PALAVRAS-CHAVE: Praxiologia motriz, natação, movimentos corporais, esporte e jogo.

ABSTRACT: This article deals with Motor Praxeology, a theory with respect to sports and games advanced by Dr. Pierre Parlebas in France in 1966 and, therefore, with some 48 years of validity. The present article analyses motor activity in swimming. The object of study is a young athlete, chosen to represent the Amazon region in competitions. The analysis of this sport shows how important Motor Praxeology and the correct execution of movements is to the sport. This article is based on the information given by the athletes in interviews. The methodology used was in-depth interview, photos of the athlete himself and direct observation of his movements.

KEY WORDS: Motor Praxeology, swimming, body movements (corporal), sport and games.

1. INTRODUÇÃO

O esporte é um meio de socialização, seja em casa, na escola e até mesmo em grandes competições. E quando abordamos a temática dos esportes e jogos, esta nos remete às questões que envolvem as competições e seus modos variados, individual ou coletivamente e ao mesmo tempo estabelecendo relações.

Na verdade, do jogo até a chegada dos esportes um longo processo ocorreu; no entanto é possível identificar que quando se trata dos jogos, estes se organizam em torno de atividades tidas como “naturais” enquanto que o esporte se organiza de modo que os movimentos corporais sejam codificados e resultem de treinos e repetições com vistas à competição.

De todo modo, os jogos e as competições assinalam a apropriação social do homem, tornando-os integrantes da realidade socio-cultural presentes na história da humanidade, o que a nosso ver trata das relações estabelecidas historicamente de acordo com a sociedade em que inserem. Essa relação configura-se, portanto, na busca dialética, que segundo Betti (1994) trata-se da busca dos temas de acordo com suas tradições teóricas e metodológicas.

Assim sendo, as práticas e as modalidades esportivas adquirem significados, sendo o corpo e os movimentos corporais os mediadores das relações humanas caracterizadas pela necessidade de brincar, de exteriorizar-se através do movimento e de estar em convivência com outro.

Santini (2003) nos mostra que os modos de perceber a corporeidade se articulam predominantemente aos aspectos mecânicos, fisiológicos, ou seja, à anatomia: para ele esse “enquadramento” é uma redução por não considerar aspectos da vida e do humano. Assim os movimentos corporais devem representar a essência que se constitui como referência para o sentido dado ao ser e ao estar no mundo.

Especificamente sobre os jogos, embora sejam de origem antiga, pode-se dizer ao mesmo tempo que “pouco se sabe a respeito desse fenômeno”. (Freire e Scaglia, 2010) estabelecem que tal fenômeno oferece uma categoria maior, uma metáfora de vida, simulação lúdica da realidade que se manifesta, se concretiza quando as pessoas praticam esportes, quando lutam, quando fazem ginástica, natação ou quando as crianças brincam.

De todo modo, as modalidades esportivas e os movimentos se expressam através das variadas competições como o futebol, o handebol, o voleibol, modalidades competitivas em equipe, e as modalidades competitivas individuais, como a natação, alvo de nosso interesse, que aqui será estudada à luz teoria da Praxiologia Motriz.

2. MÉTODO

Através de nossas pesquisas observamos que a natação pode ser considerada um esporte completo, tendo em vista que movimenta toda a musculatura do corpo. Além disso, é considerada uma das atividades mais saudáveis devido à possibilidade de amortização do impacto dos movimentos físicos pela água, tornando-a uma das modalidades repletas de benefícios nos aspectos físico, fisiológico e psicológico.

Historicamente a natação surgiu nas aulas de Educação Física Escolar na Alemanha, introduzida por Kurt Wiessner, citada por Gonçalves (2012, p.19) “[...] que utilizava métodos globais de ensino, sem uso de aparelhos sustentadores”.

A natação e outras modalidades tornam-se coadjuvantes nesse cenário de poucos recursos e escassez de iniciativas, fazendo-nos perceber por que a atividade aquática ainda é tão tímida nas escolas, enquanto cresce significativamente sua procura em outros ambientes, sendo notório que as atuais equipes de natação geralmente encontram em clubes, academias, escolhinhas especializadas, grande parte pertencente à iniciativa privada (Gonçalves, 2012, p. 22).

Pelo exposto, como modalidade esportiva, a natação é uma atividade multidisciplinar, rica tanto no aspecto da experimentação motora, como também nas diversidade das práticas desportivas aquáticas. Essa prática é voltada para crianças, jovens, adultos, idosos e para população que tem necessidades específicas quanto ao benefício desses movimentos corporais.

Vale ressaltar que os estudos praxiológicos também envolvem os movimentos da natação; essa afirmação nos remete aos estudos de Parlebas (1981) quando demonstra e explica que a Praxiologia Motriz visa à compreensão do campo de forças que se gera no sistema de confronto, onde os jogadores adaptam os papéis sociomotores correspondentes durante suas ações motrizes.

Portanto, na natação, os resultados positivos de seu desenvolvimento dependem do modo e das condições de como será estabelecido o movimento corporal. Hernández Moreno e Ribas nos mostram que “o objeto do conhecimento da Praxiologia Motriz é a “ação motora”. É este objeto que dá especificidade e identidade diferencial como uma disciplina sobre outras áreas do conhecimento” (2004, p.15).

Dentre as habilidades de movimentos que envolvem a praxiologia referentes à natação, a teoria destaca que a aprendizagem motriz deve estar articulada com a prática, que neste caso exige muito mais do que cair n'água e movimentar braços e pernas. Destacamos que as habilidades motoras da prática motriz presentes na natação expressam o equilíbrio (a posição relativa dos segmentos corporal), a flutuação (posição horizontal dentro d'água), a rotação (alteração momentânea do equilíbrio) além da respiração (expulsão do ar deve ser feita lentamente, pela boca e pelo nariz).

Desse modo, para Lagardera Otero e Lavega Burgués (2003, p. 50) “a praxiologia motriz centra-se no estudo científico das ações motoras. Para os autores, as propriedades referidas representam sistemas emergentes às ações praxeológicas, uma consequência dotada de certa estrutura, ou seja, possuem ordem e objetivo estabelecidos.

A nadadora pesquisada é uma atleta amazonense de 15 anos de idade, que nada há oito anos e representa o Amazonas nas competições nacionais; para ela a questão temporal é primordial pois são segundos e centésimos de segundos que ajudam a prestar atenção no adversário e ver se é que ele está vencendo. Na prova de 50 metros livres, segundo ela, há mais dificuldade de fazer a leitura da informação de seu adversário, porque ela respira apenas três vezes, ou seja, nem dá para ver quem está ao seu lado. Segundo a atleta, o que ela pensa “no momento” da saída é pular na água e dar o melhor de si”.

O processo de leitura da informação vinda do companheiro e do adversário é fundamental. O participante de modalidades com essas características deverá, a todo o momento, ler e interpretar as informações de seu companheiro e adversário e, por outra via, também é portador de informações (Ribas, 2005, p. 3).

Quando perguntada sobre a prática e os treinos a fim de que as habilidades motoras sejam desenvolvidas da maneira correta e eficaz, além do treino diário, ela informa que descansa apenas aos domingos, faz um acompanhamento duas vezes ao ano com uma nutricionista que prescreve suplementos e dieta alimentar. Faz musculação três vezes por semana com exercícios que lhe ajudam no nado, faz Reeducação Postural Global (RPG) para sua reeducação postural e acupuntura duas vezes na semana. E depois de uma competição forte tem um massoterapeuta para fazer massagens e minimizar as dores musculares.

As respostas da atleta nos remetem às situações onde a Educação Física agrega-se à educação intelectual e moral demonstrando que as condutas motrizes estão articuladas com o desenvolvimento das habilidades motoras. Tal afirmação pode ser representada na modalidade desenvolvida pela atleta no tipo “nado borboleta”.

Completando em Ribas:

Definimos “ação motora”, como que “a manifestação da pessoa que faz sentido em um contexto de um conjunto organizado de condições que definem os objetos motores.” Este conceito (também chamado de “praxis do motriz” é referência para o cumprimento de uma ou mais pessoas em um determinado lugar e tempo com uma finalidade específica também, e isso faz sentido nesse contexto específico (Hernández Moreno e Ribas, 2004, p.15).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O nado borboleta foi utilizado a princípio como uma variante do nado peito. De acordo com o estabelecimento das regras de natação a Federação Internacional de Natação (FINA) atualizou no ano de 2013 as regras da natação, com validade até o ano de 2017, ficando assim organizadas no nado borboleta:

Tabela 1. Novas regras da FINA- elaborada pelas autoras (2014)

No nado de peito e borboleta, quando o atleta tocar a parede, ele pode fazer a virada de qualquer forma, desde que quando deixar a parede o corpo continue na posição de braços (SW 7.2 e SW 8.1);
Movimentos alternados das pernas ou pernadas de borboleta – direcionados para baixo (downward) – não são permitidos no nado de peito, exceto na saída ou depois de cada virada (uma golfinhada apenas é permitida) (SW 7.5);
O toque das mãos na parede no nado de peito e borboleta deve ser feito separadamente (não pode mais tocar com uma mão em cima/junto da outra) (SW 7.6 e SW 8.4);
Na última braçada antes da chegada ou antes de cada virada, o movimento apenas dos braços sem a pernada de peito é permitido (SW 7.6) – ESCLARECIMENTO ATUALIZADO EM 22/AGO: Quando realizar a última braçada antes da chegada ou antes de cada virada, é permitido ao atleta realizar o movimento dos braços sem completar com o movimento das pernadas, que é obrigatório durante o nado;
A braçada de borboleta deve ser trazida para frente e sobre o nível da água simultaneamente e também levada da parte frontal até o próximo ciclo de braçada debaixo d'água (SW 8.2);
O atleta não pode usar equipamentos que permitam a flutuação, velocidade ou resistência, agora explicitando o uso de braceletes energéticos e adesivos corporais (SW 10.8);
O revezamento misto é sempre composto por 4 nadadores: 2 homens e 2 mulheres. No entanto, nenhuma parcial dos revezamentos mistos poderão ser usados para recordes ou como tempo de balizamento (SW 10.10 e SW 12.11);
A lista de recordes mundiais agora incluem o 4x100m livre misto e 4x100m medley misto para piscina de 50m e o 4x50m medley misto, 4x50m livre misto, 4x50m livre e 4x50m medley para piscina de 25m. Notem que o 4x100m misto não terá recorde mundial reconhecido em piscina de 25m (SW 12.1 e SW 12.2);

Fonte:< <http://www.regrasdenatacao.com.br/2013/08/20/a-atualizacao-das-regras-da-fina/>>

No nado borboleta, o corpo do atleta se mantém em uma posição plena e horizontal, com o objetivo de criar o menor atrito possível, conforme explica Maglischo (1982). Assim, a nadadora por nós estudada expôs que esse tipo de nado é o mais cansativo, porque requer mais treino e mais habilidade motora.

Nesse sentido Magill (1998) pontua que a habilidade motora é compreendida como qualquer tarefa, simples ou complexa, que, por intermédio da exercitação, pode passar a ser executada com elevado grau de qualidade, podendo chegar à automatização, ressaltando ainda que quando ocorre a prática mental há uma pequena excitação a nível muscular. Mas será que o atleta está realmente centrado na habilidade que executará principalmente quando o nado borboleta requer mais atenção e concentração? Essas e outras indagações remetem às pesquisas apontadas pela Praxiologia Motriz.

O jogo desportivo da natação precisa antes de tudo de um entendimento geral de suas regras, para que se tenha êxito nas provas. E sua modalidade faz o uso da lógica interna, que pode ser considerada como ação práxica. É onde se desenvolvem estratégias e parâmetros que auxiliam na condução operante do jogo com o objetivo da vitória. Parlebas (2001) pontua que a lógica interna tem a ver com as condutas, em que o competidor e/ou adversário ao tomar decisões, apresente criatividade e interesse, compreenda as jogadas e as regras do jogo, além de antever as ações do opositor (caso seja uma competição).

Por isso, a natação é uma modalidade esportiva praticada em grupo ou individual, pois é necessário que o treinador, técnico e o aluno/atleta entendam todas as regras e o objetivo de cada movimento corporal, ou seja, não se exercitar antes de nadar ou apenas vencer o adversário, sem saber de fato a especificidade de cada ação desenvolvida nesta prática esportiva.

O movimento humano é uma característica da vida, uma vez que é determinado por este poder que temos de correr de forma independente. Há uma disciplina que lida exclusivamente com o motor, mas há muitas ciências que estão interessadas em certos problemas associados à motriz. Quando jogamos futebol temos a intenção de marcar quando queremos saltar para superar a fita ou quando andar de bicicleta, passeamos a nossa intenção é a de nos exercitar. Estes são todos os casos de situações orientadas pela motriz, conduzidos por nossas escolhas de condução e como uma proposta estritamente de: marcar um gol, passear, exercitarmos. (Lagardera Otero e Lavega Burgués, 2003, p. 50).



Figura 01: movimentos da natação.
Fonte: Imagem cedida pela atleta pesquisada.

Hernández Moreno e Ribas (2004) esclarecem que os objetivos motores em uma tarefa chamada “objetivos motores internos” são condições ambientais de restringir esses movimentos que são chamados de “condições de unidade interna”, nomes técnicos, termos específicos da Praxiologia Motriz.

Assim, compreendemos que quando a nadadora amazonense iniciou seus treinos na natação, tinha dificuldades em realizar a virada e a chegada em alguns estilos de nado. Mas com o tempo aprendeu e atualmente diz entender e conhecer todas as regras, inclusive do nado borboleta que não lhe agrada muito, ressaltando que o tempo faz toda a diferença em uma competição. Em face disso:

Para o competidor, a lógica é ter um objetivo em mente, um campeonato específico, é tentar superar seus limites sempre e isto acontece quando você tem, por exemplo, um tempo de 34,06 nos 50 metros costas e nada em uma competição e faz 33,99. Parece pouco para quem não entende as regras da natação. Só entende a diferença destes centésimos, quem treina e sabe o quanto é difícil abaixar o tempo. Meus treinadores André Dantas e Ricardo Ribeiro, explicam que alguns movimentos me darão mais força nos braços e perna, logo consigo entender o porquê realizo determinados movimentos corporais. (Atleta pesquisada, 2014).



Figura 02: movimentos da natação
Fonte: Imagem cedida pela pesquisada

Assim como qualquer outra modalidade esportiva, para que o atleta realize o exercício e/ou a prática esportiva de maneira eficaz, é necessário que haja motivação, e esta pode surgir desde o simples apoio da família e amigos, como também por bens materiais que estarão inseridos no contexto esportivo deste atleta.

Nesse aspecto percebemos situações que remetem à lógica interna da atleta, que exemplifica dizendo que os incentivos surgiram pela influência dos familiares: “comecei a nadar porque meu pai e meu irmão praticavam e depois de umas semanas nadando, meu primeiro treinador me convidou para participar de uma competição na qual ganhei o ouro e futuramente pretendo ser reconhecida mundialmente”, conta.



Figura 03: movimentos da natação
Fonte: Imagem cedida pela pesquisada

No entanto, embora a natação no que se refere à praxiologia esteja mais ligada à lógica interna, Soares (1999, p.55) cita que “a lógica externa apresenta aspectos que se processam num meio físico (estável ou não) e o contato é individual- nesse caso retratado por Parlebas pela relação homem-objeto, ou seja, é uma relação íntima entre o objeto e seu dono”. Portanto, essa intimidade, a nosso ver, se reflete também na prática da natação.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em nossa pesquisa, percebemos que os processos da Praxiologia Motriz presentes na natação se organizam na conduta motriz onde a lógica interna demonstra que há uma relação entre o meio (a piscina) e o homem, necessitando, portanto estar atentos às normas que regem a competição, além das situações que motivam o competidor.

De acordo com Soares (1999) o estudo da lógica interna através da abordagem em relação ao outro, ao espaço, ao tempo e ao material, permite relevar a essência de um jogo que mostra as relações de poder que uma atividade provoca entre os praticantes.

Além do mais, não podemos desprezar que as práticas corporais presentes nas variadas modalidades esportivas e nos jogos são componentes da percepção corporal, fator importante para o desenvolvimento das ações com vistas aos jogos e as modalidades de competição tanto individual quanto coletiva; percebemos também que a Praxiologia Motriz estuda as ações motrizes por ser possuidora de estrutura estabelecida devido à ordem que adota.

Nesse sentido, essa afirmação reforça a importância do conhecimento sobre a praxiologia motriz e seus processos, tornando-se, portanto necessário o reconhecimento de que a teoria apresenta um criterioso olhar sobre os jogos e esportes.

Finalmente, esperamos que esse trabalho auxilie a compreensão e o conhecimento daqueles que se interessam pela Praxiologia Motriz, posto que essa teoria consegue demonstrar que a natação através dos movimentos corporais, pode definir uma epistemologia do campo das práticas desportivas físicas.

REFERÊNCIAS

- Alvarenga, J. Lopez, R. (2002). Estudo comparativo entre somatotipias e técnicas de saída de circundação e agarre de natação. *Revista Brasileira Ciência e Movimento*, 10 (2), 49-54.
- Betti, M. (1994). Sociologia da Educação Física e esporte no Brasil; passado, presente e futuro. In: Rezende, H. G. (org.). *Educação física e esporte: ensaios e perspectivas*. Rio de Janeiro: SBDEF, UGF.
- Federação Internacional de Natação (FINA) – Disponível em: <http://www.regrasdenatacao.com.br/2013/08/20/a-Atualizacao-das-regras-da-fina/>
- Gonçalves, G. L. (2012). *Natação*. Manaus: Editora Valer.
- Holmér, I. (1974). Physiology of swimming man. *Acta Phys. Scand* (407). Sulp.
- Magill, R. A. (1998). *Motor learning. Concepts and applications*. 5.ª ed. Boston: WCB Mc Graw – Hill.
- Magill, R. A. (1984). *Aprendizagem motora: conceitos e aplicações*. São Paulo: Edgard Blucher.
- Maglischo, E. W. (1982). *Swimming faster*. California: Mountain View, Mayfield Publishing Company.
- Moreno, J. E S. M. (1998). *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. Barcelona: Inde.
- Hernández Moreno, J. y Ribas, J. P. R. (2004). *La Praxiología Motriz: fundamentos y aplicaciones*. Barcelona: Inde.
- Lagardera Otero, F. y Lavega Burgués, P. (2003). *Introducción a la Praxiología Motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, Deporte y Sociedad: léxico de Praxiología Motriz*. Barcelona: Paidotribo.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de Sociología del Deporte*. Málaga (España): Universidad Internacional del Deporte (UNISPORT).
- Parlebas, P. (1981). *Contribution a un Lexique Commenté en Science de l'Action Motrice*. Paris: INSEP.
- Ribas, J. F. M.. (2005). *Praxiología Motriz: construção de um novo olhar dos jogos e esportes na escola*. Disponível em: <http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/11n2/10MRJ.pdf>
- Santini, S. (2003). *Educação física: uma abordagem filosófica da corporeidade*. 2.ed. rev. Ljuí: Unijui. 168 p. (Coleção Educação Física). Disponível em http://labomidia.ufsc.br/Santin/Livros/ed_fisica_uma_abordagem.PDF
- Soares, A. A. (1999). *Corpo e Ritual. Um estudo do ritual da Worecu do povo Tikuna*. Tese doutoral. Porto: Faculdade de Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Portugal.

