

Técnicas de salvamento em aulas de natação



Prof. Marcelo Barros

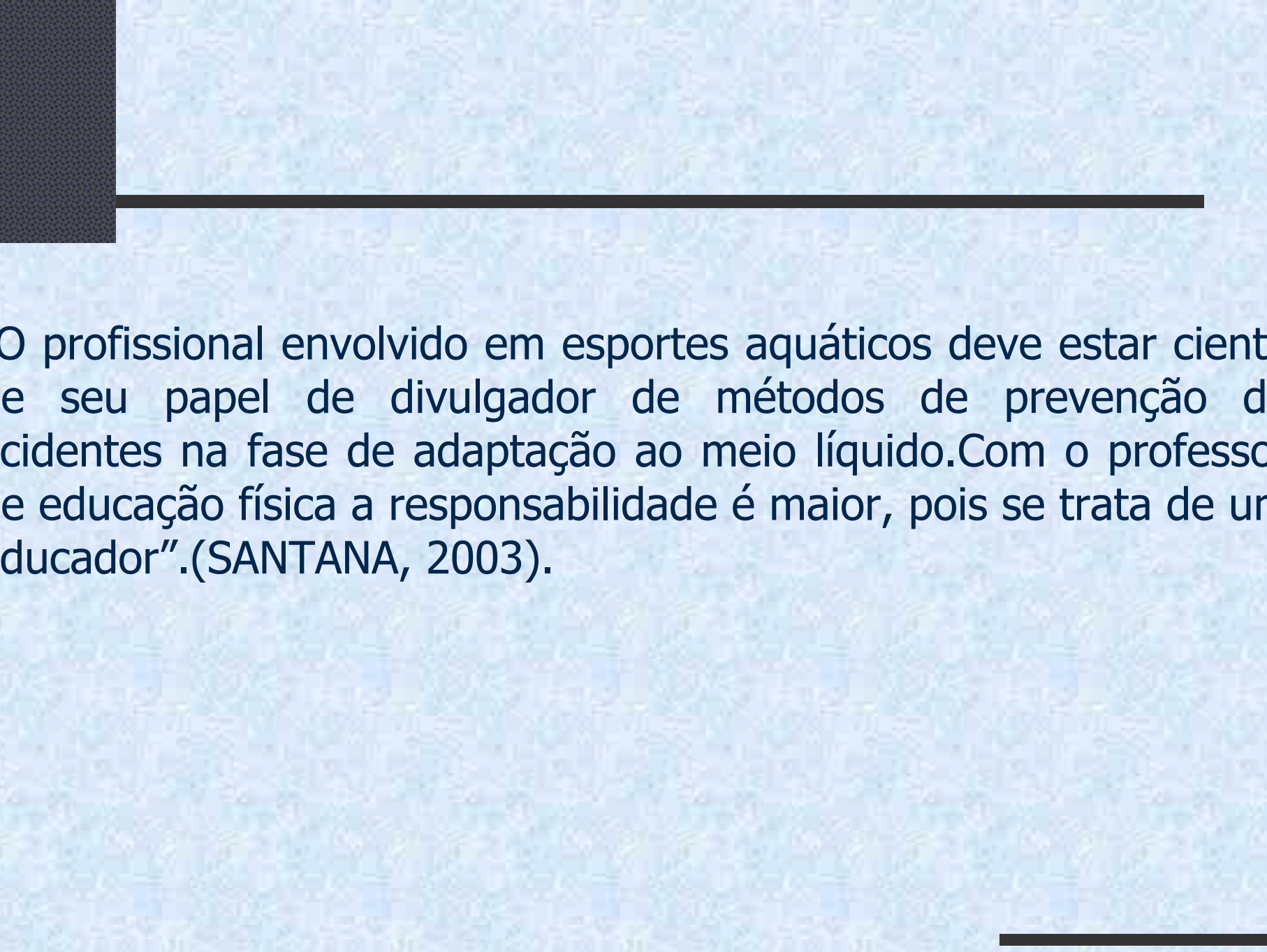


Mestrando em Saúde Pública FIOCRUZ
Pós-Graduação Natação e Hidro
Vice-Diretor e Instrutor da SOBRASA

Problema: Nadadores que se tornam vítimas de afogamento por desconhecimento da técnica .

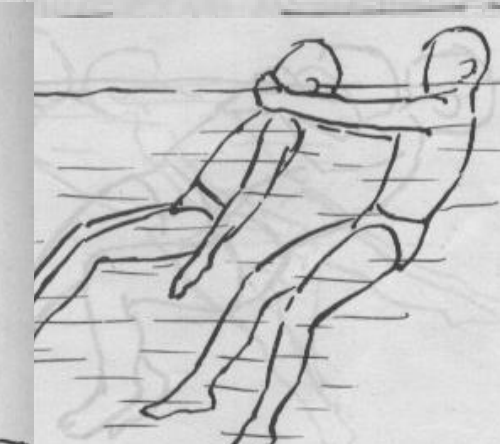
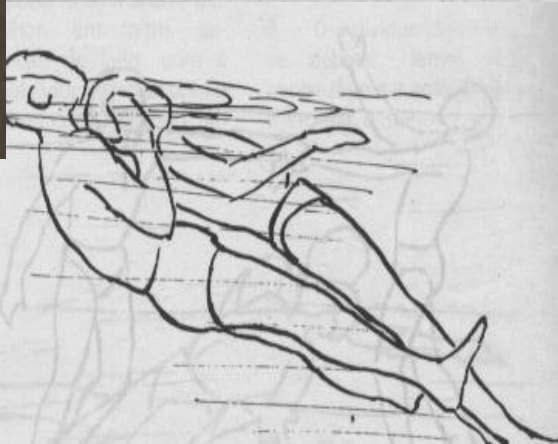
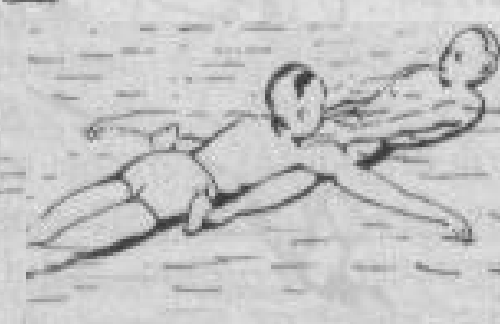
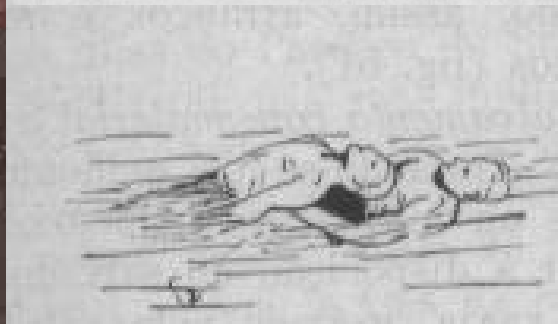
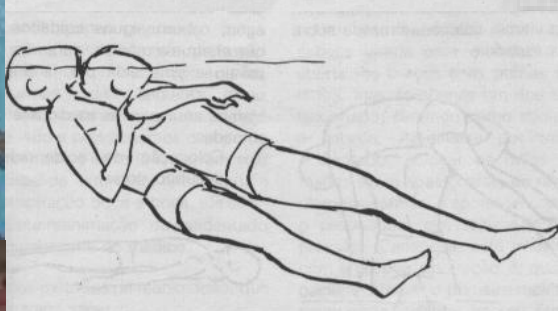
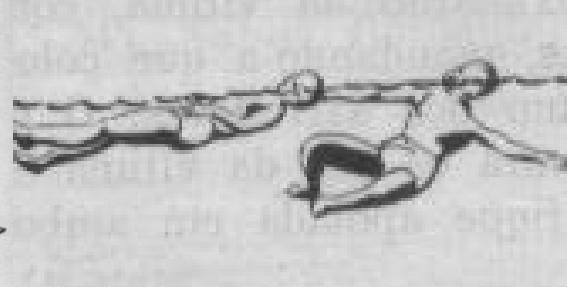
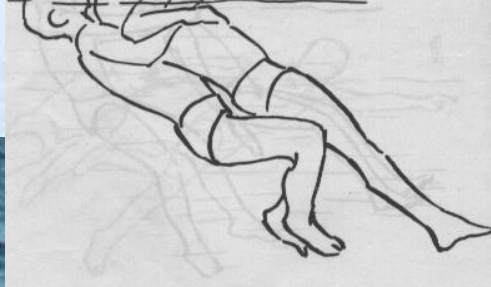


Aprender o salvamento é uma obrigação de toda pessoa que sabe nadar, para que possa ser útil quando necessário".
(Machado , **1978**)



O profissional envolvido em esportes aquáticos deve estar ciente de seu papel de divulgador de métodos de prevenção de acidentes na fase de adaptação ao meio líquido. Com o professor de educação física a responsabilidade é maior, pois se trata de um "educador". (SANTANA, 2003).

Tipos de Reboque



Tornar o nadador um multiplicador



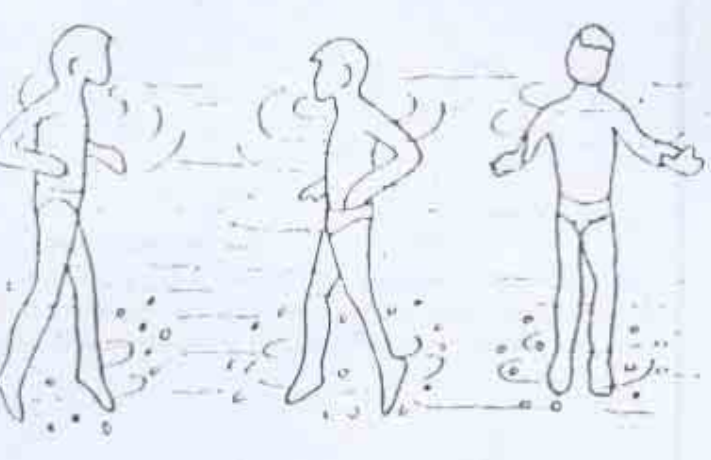


Auto-salvamento

Pode ser uma alternativa?

Situações de imprevisto e Perigo real.





FLUTUAÇÃO VERTICAL



A person is swimming in a pool, holding a yellow buoy. The water is blue and rippling. The person is wearing a dark swimsuit. The text 'FLUTUAÇÃO HORIZONTAL' is overlaid on the image in a bold, yellow, italicized font with a shadow effect.

FLUTUAÇÃO HORIZONTAL



Fatores interferentes na flutuação:

1. Medo (MASSAUD,1999)
2. Equilíbrio (VASCONCELLOS,2004)
3. Contração Muscular (MASSAUD,1999)
4. Capacidade Pulmonar (MASI,2001)
5. Percentual de gordura (MASI,2001)
6. Densidade da água (BECKER,2000)
7. Percentual de imersão (AEA,2000)
8. Gravidade específica (ROCHA,1999)
9. Tamanho do corpo (MASI,2001)
10. Relaxamento físico e mental (VASCONCELLOS,2004)
11. Controle da respiração (BAUM,2000)
12. Palmateio eficiente (BAUM,2000)

Como agir?



SELEÇÃO DA TURMA / AMOSTRA

- # O estudo teve como amostra, **20 crianças de 4 a 6 anos**, sendo 12 do sexo masculino e 8 do sexo feminino, alunos da mesma turma de natação, de uma academia da zona Norte, Rio de Janeiro, Brasil, que fazem aulas 3 x por semana, com duração de 40 min, temperatura da água entre 28° e 30°, piscina dimensões de 8 m x 18 m e profundidade 1,10 m a 1,40 m.

Quadro comparativo

TEMPO	AVALIAÇÃO DIAGNOSTICA	AVALIAÇÃO FORMATIVA	AVALIAÇÃO SOMATIVA
Até 1 min	60% alunos	0% alunos	0% alunos
De 1 a 3 min	30%alunos	55% alunos	0% alunos
De 3 a 5 min	10% alunos	25% alunos	0% alunos
De 5 a 7 min	0% alunos	20% alunos	0% alunos
De 7 a 10 min	0% alunos	0% alunos	80% alunos
Mais de 10 min	0% alunos	0% alunos	20% alunos



Mulher idosa... Ou jovem garota?

Dica: o nariz da idosa é o nariz e queixo da garota

Pense

**QUANDO SURGIR ALGUM
CONTRA TEMPO EM SUA VIDA ,
OLHE COM OS OLHOS DE DEUS....**

**POIS ELE TE FARÁ AVANÇAR
“ POIS SABEMOS QUE TODAS AS
COISAS TRABALHAM JUNTAS
PARA O BEM DAQUELES QUE
AMAM A DEUS, DAQUELES A
QUEM ELE CHAMOU DE
ACORDO COM O SEU PLANO.”**

Rm.8:28