



Jogos LifeSaving

Educação e esporte

24 a 30 de novembro de 2019



Com o objetivo de difundir o LifeSaving (salvamento aquático) como uma modalidade esportiva e, paralelamente, educar para prevenção de afogamentos, desenvolvemos os **Jogos LifeSaving** para os alunos dos níveis de Aperfeiçoamento, Equipe e Fast Swim.

São quatro jogos adaptados das provas de competições de **LifeSaving**. Ao fim de cada jogo, faça uma roda de conversa para discutir o porquê de estarem passando por essas experiências e o que pode ser feito para diminuir os incidentes de afogamento no Brasil.



Jogos LifeSaving

Educação e esporte



Tipo de jogo	Jogo	Objetivo	Material	Descrição
Cooperativo não competitivo.	Deslocamento com obstáculo.	Concluir o desvio com todos do grupo conseguindo passar pelos obstáculos sem colocar os pés no chão.	Nadadeira, arco que afunde e corda.	Um arco submerso preso com corda à raia no meio da piscina. Turma dividida em grupo fora da água, uma parte numa borda e outra parte na borda oposta. O grupo decide as posições de que cada componente ocupará.
				Dinâmica Ao sinal do professor, o primeiro aluno executa a saída e nada crawl até visualizar o obstáculo (arco) submerso em sua raia. Depois, mergulha, passa por dentro, retorna à superfície e continua nadando até tocar a borda oposta. Assim que tocar, o segundo aluno executa a saída, nada até o arco, mergulha passando pelo obstáculo (arco), retoma à superfície e continua nadando até tocar a borda. E, assim, sucessivamente até que todos tenham nadado.



Jogos LifeSaving Educação e esporte



Tipo de jogo	Jogo	Objetivo	Material	Descrição
Cooperação não competitivo.	Revezamento nado crawl puxando um rescue (boia de resgate).	Concluir o desafio no menor tempo possível.	Nadadeira, corda amarrada a uma boia ou vasilhame com tampa.	Uma corda com um laço que encaixe no pescoço, na axila e também esteja amarrada a um material flutuante (boia, prancha de EVA, espaguete ou um vasilhame vazio e tampado). Turma em grupo fora da água com nadadeira. Uma parte em uma borda e outra parte na borda oposta. O grupo decide as posições de cada componente.
				Dinâmica
				Ao sinal do professor, o primeiro aluno, com o laço encaixado entre o pescoço e a axila, executa a saída, atravessa a piscina nadando crawl, até tocar a borda, sobe, passa o material para o próximo da fila. Este encaixa o material, executa a saída nadando até a borda oposta, sobe e passa o material para o próximo. E, assim, sucessivamente até que todos do grupo tenham nadado.



Jogos LifeSaving

Educação e esporte



Tipo de jogo	Jogo	Objetivo	Material	Descrição
Cooperação não competitivo.	Deslocamento de aproximação e transporte.	Transportar um amigo até a borda. Todos têm de passar pelas duas situações.	Nadadeira, corda amarrada a uma boia ou vasilhame com tampa.	<p>Uma corda com um laço que encaixe no pescoço, na axila e também esteja amarrada a um material flutuante (boia, espaguete ou um vasilhame). Turma em grupo. Uma parte na borda fora da água, com nadadeira com o laço encaixado entre o pescoço e a axila, outra parte do lado oposto, dentro da água. O grupo decide as posições de cada componente.</p>
				<p style="text-align: center;">Dinâmica</p> <p>Ao sinal do professor, o primeiro aluno, com o laço encaixado entre o pescoço e a axila, executa a saída, atravessa a piscina nadando crawl polo até se aproximar do outro, passa o rescue, pedindo que segure e ajude, executando pernada de crawl. Retorna à borda transportando o amigo. Depois que todos forem transportados, proponha uma mudança: quem transportou, agora será transportado, e vice-versa.</p>



Jogos LifeSaving

Educação e esporte



Tipo de jogo	Jogo	Objetivo	Material	Descrição
Cooperação não competitivo.	Revezamento medley.	Concluir o desafio no menor tempo possível.	Nadadeira, corda amarrada a uma boia ou vasilhame com tampa.	<p>Posição inicial: alunos na borda fora da água, metade da equipe na borda de saída, outra metade na borda oposta.</p> <p>Composição da equipe: um aluno sem material, um aluno com nadadeira, um aluno com laço que encaixe no pescoço, na axila e também esteja amarrado a um material flutuante (boia, espaguete ou um vasilhame) e um aluno sem material.</p>
				<p style="text-align: center;">Dinâmica</p> <p>Ao sinal do professor, um aluno de cada equipe executa a saída, nada crawl (sem material) até tocar a borda oposta. Assim que tocar, o próximo aluno executa a saída, nada ondulação submersa utilizando nadadeira. Quando tocar a borda oposta, o próximo aluno nada crawl transportando o vasilhame amarrado pela corda até a borda oposta, passa o vasilhame ao último aluno da equipe, que já estará dentro da água e retornará transportando o companheiro de equipe até a borda de chegada. A prova termina quando os dois saírem da piscina. Anote o tempo. Depois, mude os alunos de posição e anote o tempo novamente. Depois que todos tiverem passado por todas as posições, mostre os tempos de cada formação e discuta com a equipe qual foi a melhor e por que foi a melhor.</p>



Dados do Afogamento

Ano-base 2017



- 16 pessoas morrem afogadas diariamente no Brasil
- A cada 92 minutos, um brasileiro morre afogado
- Homens, em média, são 6,7 vezes mais vítimas de afogamentos
- 47% dos óbitos ocorrem até os 29 anos
- 70% dos óbitos acontecem em rios e represas
- 52% das mortes na faixa etária de 1 a 9 anos acontecem em piscinas residenciais
- A cada dois dias, uma criança morre afogada
- 90% das mortes acontecem por ignorar os riscos, desrespeitar os limites e não saber com agir

Prevenir é salvar!