

PERCEPÇÃO DOS PRATICANTES DE HIDROGINÁSTICA EM RELAÇÃO AOS TIPOS DE RETROALIMENTAÇÃO, DESEMPENHO E SEGURANÇA

RAMOS, Marines¹

KROTH, Sara T. Corazza²

RESUMO

O objetivo desta pesquisa foi verificar a percepção dos sujeitos praticantes de hidroginástica, em relação aos tipos de retroalimentação, desempenho e segurança. Da amostra composta por 15 sujeitos iniciantes, 6 fizeram parte do primeiro grupo com retroalimentação extrínseca do tipo conhecimento do desempenho e 9 sujeitos do segundo grupo com retroalimentação intrínseca do tipo proprioceptiva. Como instrumento de medida utilizou-se uma entrevista semi-estruturada. Os dados foram analisados de forma qualitativa de acordo com as respostas dos sujeitos. Os resultados encontrados, revelaram que os dois grupos, perceberam os diferentes tipos de retroalimentação recebida. Em relação ao desempenho, o G1, atribuiu a sua melhora ao tempo de prática, enquanto que o G2 relatou que o tempo de prática é importante, entretanto não é o único fator. No que diz respeito a segurança, os sujeitos (G1), mencionaram uma estreita relação da segurança com a melhora do desempenho. No G2, também citaram o desempenho como um dos fatores de segurança, assim como a retroalimentação fornecida pelo professor. Verificou-se que os grupos atribuíram a importância aos diferentes tipos de retroalimentação portanto, pode-se inferir que é possível e coerente trabalhar a retroalimentação intrínseca com ênfase na propriocepção em aulas práticas de hidroginástica.

Unitermos: retroalimentação extrínseca e intrínseca, desempenho e segurança

ABSTRACT

The purpose of this research was to verify the perception of gymnastics in the water practicers, related to the types of feedback, performance and safety. From the sample composed by 15 beginners subjects, 6 joined the first group with extrinsic feedback of knowledge of the performance and 9 subjects joined the second group with intrinsic feedback, proprioceptive type. As a way of measurement it was used a semi-structured interview. The datas were analyzed in a quality way according to the subjects' answers. The results found, revealed that the subjects, from both groups, noticed the different types of feedback received. Related to performance, the G1, attributed its increase to time of

¹Especialista em Aprendizagem Motora CEFD/UFMS

²Prof. Ms. CEFD/UFMS

practicing, while G2 noticed that the time of practicing is important, although it is not the only factor. Concerning to safety the subjects (G1), mentioned a close relation between safety and better performance. At G2, they also quoted performance as a safety factor, as well as the feedback given by the teacher. It was verified the the groups gave importance to the different types of feedback, therefore, we can say that it is possible and coherent work with the intrinsic feedback with emphasis on proprioception om practice classes.

Unit terms: extrinsic feedback, intrinsic feedback, performance and safety

INTRODUÇÃO

O primeiro passo para tornar-se um bom professor é saber como ocorre a aprendizagem, sendo esta uma mudança na capacidade ou disposição humana, que persiste por um período de tempo, e que não é simplesmente devido ao processo de crescimento (Gagné apud Canfield, 1981).

Saber como as pessoas aprendem, implica em conhecer o sujeito e as variáveis que poderão facilitar suas aprendizagens. O meio ambiente tem grande influência no processo de aprendizagem portanto, saber como ocorre a aprendizagem, assim como conhecer o meio em que o sujeito está inserido, tornam-se aspectos importantes para a realização de qualquer atividade. Em relação ao ambiente, um exemplo, que retrata muito bem estes aspectos é o da atividade aquática Hidroginástica, onde se percebe que vários fatores diferem de uma ginástica realizada no meio terrestre, sendo o elemento *água*, talvez o fator principal desta diferença, pois estar e agir no meio terrestre não é igual a estar e agir no meio líquido (Velasco, 1994). A água e o exercício físico são uma combinação saudável que sempre deu certo, pois aqueles que não se sentem bem numa sala de ginástica, podem ficar, talvez, bem a vontade dentro da piscina fazendo hidroginástica (Bonachela, 1994). As propriedades físicas da água, juntamente com os efeitos fisiológicos e psicológicos fornecidos pela prática de hidroginástica e, principalmente pelo trabalho consciente dos profissionais, proporcionam muitas vantagens em relação ao exercício executado em terra.

Vários estudos têm sido desenvolvidos, na tentativa de mostrar os benefícios que esta atividade proporciona aos praticantes. Muitas vezes, a preocupação concentra-se nos benefícios fisiológicos da hidroginástica, porém far-se-á necessário investigar como o sujeito se percebe durante a prática, pois observa-se que poucos professores enfatizam a retroalimentação intrínseca, enquanto que outros a extrínseca, durante a prática pedagógica, através de expressões como: "sente os pés tocarem o fundo da piscina". A literatura mostra a importância de trabalhar o movimento de forma consciente e, situações como esta, mostram na prática que diferentes tipos de retroalimentação poderão interferir na percepção que o sujeito tem do que está realizando e "como" deve executar os movimentos para que tenha talvez mais segurança e melhor desempenho na sua movimentação.

Neste sentido, estudos com diferentes variáveis, vêm sendo desenvolvidos, na tentativa de auxiliar a aprendizagem e o desempenho dos sujeitos em atividades motoras. Dentre esses estudos, está a revisão histórica realizada por Adams (1987), onde um dos principais tópicos defendidos é a retroalimentação, que é a informação fornecida ao aluno, atleta, ou executante como resultado de um determinado movimento (Schmidt, 1993). Segundo o mesmo autor, a retroalimentação, que pode ser considerada como uma informação que vem durante ou após a realização de um determinado movimento, pode ser dividida em dois tipos: intrínseca e extrínseca. A retroalimentação intrínseca, é a informação fornecida como consequência natural da realização de uma ação, algumas vezes chamada de feedback inato (visão, propriocepção, audição, forças, tato e olfato), enquanto que a retroalimentação extrínseca, algumas vezes chamada de feedback aumentado, é uma resposta fornecida ao aluno por algum meio "artificial", (conhecimento de resultado, conhecimento do desempenho ou ainda através de videoteipes, filmes e artigos de jornais).

Para Piéron (1988), a retroalimentação pode ser definida como a informação proporcionada ao aprendiz com a finalidade de ajudar a repetir os comportamentos adequados, eliminar os comportamentos inadequados e alcançar os resultados pretendidos.

Parece óbvio que a informação acerca de uma resposta (retroalimentação) é importante para a aprendizagem, mas como trabalhar isso em uma aula? Qual a maneira de retroalimentar mais adequada com a caracterização da destreza? Questões como estas devem ser consideradas no planejamento das aulas. Portanto, saber retroalimentar não é uma tarefa fácil, e exige do professor conhecimento das características da destreza motora que está sendo ensinada, das formas e tipos de retroalimentação, bem como o objetivo claro para que o sujeito execute a tarefa de maneira "correta", sinta-se seguro e tenha prazer na realização da mesma.

A preocupação do professor, de como deve retroalimentar é fundamental, mas será que o aprendiz compreende porque esta retroalimentação está ocorrendo? Será que o sujeito se percebe na execução do movimento? Será que a percepção é tão importante quanto as informações que ele recebe do professor? Heider (1970), refere-se à percepção como sendo o meio pelo qual os fatos objetivos- pessoas, objetos, acontecimentos - entram no ambiente subjetivo. O referido autor, fala que é através da percepção experimentada como um contato direto com o ambiente, que tomamos conhecimento do mundo que nos cerca. A percepção é alvo de pesquisas com diferentes visões, entretanto, pouco ainda é conhecido a respeito de como os sujeitos percebem as informações vindas de diferentes fontes. Campos (1991), relata que a percepção é a forma pela qual um indivíduo interpreta os estímulos do meio ambiente, utilizando suas experiências e suas necessidades presentes. Portanto, a pessoa ao perceber algo irá considerar o que sabe sobre e, se realmente é importante para ela.

Nota-se, que nas aulas práticas de hidroginástica, a maioria dos professores não tem a preocupação, em estimular o executante para que perceba as diferentes in formações. Essas considerações nos induzem a refletir e formular a seguinte problemática: **Qual a percepção dos praticantes de hidroginástica em relação aos tipos de retroalimentação, desempenho e segurança?**

MATERIAL E MÉTODO

Este estudo, caracterizou-se como uma pesquisa empírico-analítica do tipo quase-experimental, qualitativa (Gamboa, 1994).

A população deste estudo, foi constituída por sujeitos matriculados na Escolinha de Natação e Hidroginástica da Associação Desportiva da Universidade Federal de Santa Maria -ADUFSM. A amostra estratificada foi formada por 15 sujeitos adultos de ambos os sexos e iniciantes na atividade de hidroginástica, sendo que 6 sujeitos fizeram parte do grupo 1 e 9 do grupo 2.

Para selecionar a amostra os sujeitos responderam um questionário e, através das suas respostas foi identificado os que se enquadravam no requisito de iniciante. Os sujeitos iniciantes com problemas de coluna, obesidade, traumas com o meio líquido e deficiência mental que não possibilitem a execução dos exercícios, não foram incluídos na amostra, porque o tempo para se adaptar aos exercícios, provavelmente ultrapassaria as seis aulas.

Como instrumento de medida foi utilizado uma entrevista semi-estruturada, para identificar as percepções que os sujeitos tem em relação ao tipo de retroalimentação fornecida pelo professor, o desempenho e a segurança.

PROCEDIMENTOS

Foram planejadas três aulas diferentes e distribuídas em seis dias, de acordo com os horários da ADUFSM. Cada planejamento repetiu-se duas vezes. Esse número de aulas foi definido através de uma consulta feita com os professores com no mínimo um ano de experiência pedagógica em hidroginástica.

Os sujeitos foram submetidos, individualmente, a uma entrevista semi-estruturada. A mesma entrevista foi aplicada em três momentos diferentes, na tentativa de obter o maior número de informações possíveis. O primeiro momento foi após a segunda aula, o segundo ao término da quarta aula e após todas as aulas o terceiro momento. As respostas dos sujeitos, no primeiro e no terceiro momento foram gravadas logo após o término das aulas de hidroginástica na piscina, e as respostas da entrevista aplicada no segundo momento foram escritas pelos sujeitos em casa, na tentativa de possibilitar maior

tranquilidade durante as respostas.

Os sujeitos foram submetidos a seis aulas de hidroginástica, os planejamentos destas foram os mesmos para os dois grupos, sendo diferente apenas o tipo de retroalimentação (as expressões) fornecida pelo professor. De acordo com o tipo de retroalimentação, a amostra foi dividida em dois grupos:

Grupo 1 – O professor desta turma orientou os alunos com retroalimentação extrínseca, com ênfase no conhecimento do desempenho.

Grupo 2 – O professor desta turma orientou os alunos com retroalimentação intrínseca, com ênfase proprioceptiva.

Através dos tipos de retroalimentação extrínseca e intrínseca, o professor tentou estimular os sujeitos de maneiras distintas. Diante disso, foi considerado a percepção dos sujeitos em relação aos tipos de retroalimentação, desempenho e segurança.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Realizou-se uma análise qualitativa dos dados, de acordo com as respostas dos alunos em cada questão, que foram organizadas em uma escala de ocorrência. Com o intuito de facilitar a compreensão, optou-se em discutir as respostas confrontando os dois grupos - Extrínseca e Intrínseca.

As questões da entrevista correspondem ao tipo de retroalimentação fornecida pelo professor, o desempenho e a segurança, representadas pelas questões 1 e 2, 3 e a questão número 4, respectivamente.

Os dados analisados neste capítulo advêm das respostas dos sujeitos obtidas através da entrevista.

Percepções dos sujeitos em relação ao tipo de retroalimentação.

Fez-se num primeiro momento a análise da primeira questão, que refere-se ao tipo de retroalimentação fornecida pelo professor. Questão número 1: O professor falou constantemente algumas palavras durante as aulas. Você lembra dessas palavras? O que você acha que o professor queria “provocar” com essas palavras?

G 1 - Em relação a **retroalimentação extrínseca** com ênfase no conhecimento do desempenho, observou-se que os sujeitos perceberam as palavras utilizadas pelos professores e denotam a preocupação em deter-se no seu desempenho. A maioria dos sujeitos respondeu que os professores falaram para respirar, cuidar a postura, conduzir os movimentos e, que eles queriam a correção dos exercícios e a motivação dos alunos. Verificou-se também, que o professor corrigia diretamente o erro apresentado pelos sujeitos. Neste sentido, Singer (1977), diz que o treinador e/ou professor pode

promover orientação significativa nos estágios iniciais de aquisição de uma determinada atividade e, que suas palavras servem para reforçar, dirigir ações e motivar. Portanto, a retroalimentação é uma variável de extrema importância e muito influente.

A motivação, também foi um fator ressaltado nas respostas, os sujeitos relacionaram o tipo de retroalimentação (ênfase no conhecimento do desempenho) com a motivação, pode-se inferir que os alunos sentem-se mais motivados a medida que o seu desempenho melhora. Para Singer (1977), a retroalimentação fornecida pelo professor ao sujeito, referente à qualidade do seu desempenho é uma fonte de motivação e, para Schmidt (1993) a motivação é uma função importante da retroalimentação, que poderá ajudar o sujeito cansado a realizar o esforço exigido na tarefa.

Outro fator apresentado na resposta de um dos sujeitos, foi que a retroalimentação com ênfase no conhecimento do desempenho poderá auxiliar na execução correta dos exercícios e, provavelmente, isso o leve a evitar lesões.

G 2 - Retroalimentação intrínseca com ênfase na propriocepção, observou-se, na maioria das respostas que o professor utilizou-se de palavras como: prestar atenção, perceber, sentir, cuidar e compreender. Para os sujeitos deste grupo, os professores através destas expressões, chamavam a atenção para que executassem corretamente os exercícios sem dizer diretamente o que deveria melhorar. A maioria dos sujeitos, respondeu que essas palavras auxiliaram para que prestassem mais atenção e percebessem o que estavam fazendo, podendo corrigir-se melhorando a execução dos exercícios, pois realizá-los de maneira incorreta não apresentaria os resultados desejados.

Alguns sujeitos, responderam que a retroalimentação com ênfase proprioceptiva (as expressões) não os deixa distrair, eles ficam mais concentrados, pensando no que estão fazendo e com isso conseguem se conscientizar e cuidar para fazer de maneira correta os exercícios. Essas respostas corroboram os estudos de Canfield (1981), quando estabelece que o sentido proprioceptivo fornece informações sobre a posição dos membros e possibilita a consciência do corpo e, isto constitui um importante recurso para o desempenho. De acordo com Robb apud Kroth (1996), é impossível conceder modelos de estudos e execução eliminando-se a retroalimentação do tipo intrínseca com ênfase na propriocepção, no entanto é necessário e coerente que o professor conheça como estimulá-la para que o sujeito possa fazer uso de modo correto e adequado.

A motivação também aparece nas respostas deste grupo, mas de uma forma um pouco distinta, aqui os sujeitos relataram que é motivante quando os professores estimulam os sujeitos à prestarem mais atenção em si. A concentração é maior, pois os sujeitos têm que cuidar mais para melhorar, ou seja, perceber o que estão fazendo.

As respostas dos sujeitos, tanto do G1 como do G2, mostraram que ambos perceberam o tipo de retroalimentação fornecida pelos professores e atribuíram a sua importância.

Após estes estudos, realizou-se a análise da segunda questão, que também refere-se ao tipo de retroalimentação fornecida pelo professor. Questão número 2: As explicações verbais (palavras) utilizadas pelos professores no início, durante e após a demonstração dos exercícios, nas aulas de hidroginástica, auxiliaram na sua execução? Justifique.

G 1 - Retroalimentação extrínseca com ênfase no conhecimento do desempenho. Todos os sujeitos, deste grupo, responderam que os professores utilizaram as explicações verbais com o objetivo de corrigi-los para execução correta dos exercícios e, a maioria mencionou que isso ocorreu de forma direta. De acordo com Rocha (1994), para obter resultados na hidroginástica, principalmente estéticos, a maneira de execução é importante.

Outro fator mencionado nas respostas, foi a motivação, já citada anteriormente. Pode-se inferir, que estes sujeitos sentem-se mais motivados quando o professor corrige a sua execução.

Um dos sujeitos do grupo, falou da demonstração do professor, como um fator importante. Leira (1995), estabelece que a demonstração é uma estratégia utilizada no ensino e, que os sujeitos precisam de uma idéia clara do movimento completo. É muito freqüente usar a demonstração nos momentos em que é necessário fazer alguma correção. Observa-se aqui, a importância da demonstração, principalmente em uma atividade como a hidroginástica, que não dispõe de espelho como um recurso para a retroalimentação.

Outra resposta fornecida, por um sujeito, foi que as explicações verbais corrigem os erros que ele próprio não sabe corrigir, se o professor não fala, provavelmente, o sujeito faria errado por muito tempo. Isso, necessita uma certa preocupação, pois este sujeito poderá ter desenvolvido uma certa dependência da retroalimentação fornecida pelo professor. Canfield (1981) aborda esse aspecto, onde relata que os sujeitos não devem ser extremamente dependentes da retroalimentação, o desejável é a independência da mesma.

G 2 - Retroalimentação intrínseca (com ênfase na propriocepção). Considerando a mesma questão, pode-se dizer que muitas respostas dos sujeitos repetiram-se, em relação a primeira questão.

Todos os sujeitos deste grupo, responderam que as palavras utilizadas pelos professores auxiliaram na sua execução, pois fizeram com que prestassem mais atenção (não deixa distrair/orienta) no que estavam fazendo e como estavam executando os exercícios. Isso auxilia, conforme alguns sujeitos, para a "auto-correção". Wittig (1981), fala que a recepção das informações significa que o sujeito (receptor) lhe deu atenção e, que não pode-se perceber "algo" a menos que exista um determinado nível de atenção.

A motivação, também aparece nas respostas de alguns sujeitos, reforçando portanto, o aspecto motivacional que a retroalimentação apresenta (Schmidt, 1993). A

demonstração dos professores, foi um dos aspectos que repetiu-se nas respostas dos sujeitos, que relataram a sua importância para que no momento da execução dos exercícios, possam ter informações para “comparar” a demonstração com o que estão fazendo.

Os sujeitos, responderam que as palavras (retroalimentação intrínseca com ênfase na propriocepção) são importantes para a sua execução, principalmente em uma atividades que não estão acostumados, isto é, na condição de iniciante esse tipo de retroalimentação é importante. Diante de um estudo realizado Leira (1995), mostra que há possibilidade de aprendizagem do nado crawl, tanto em condições de ensino que enfatizam a retroalimentação com ênfase na propriocepção, quanto na visual. Sabe-se que os resultados desta pesquisa, não se aplica diretamente a outro estudo com objetivos diferentes. Mas, a partir disso, pode-se inferir que é possível e coerente trabalhar diferentes tipos de retroalimentação. Kamem e Morris apud Leira (1995), referem-se a propriocepção como um aspecto importante na aprendizagem de uma tarefa nova.

A resposta de um dos sujeitos, reforça de certa forma o uso deste tipo de retroalimentação, pois este relatou que os praticantes compreenderam o que estavam fazendo, evitando provavelmente, a “forma mecânica” de executar os exercícios (“se o professor não estimula o pensamento, o sujeito se desliga do que está fazendo”).

Percepções dos sujeitos em relação ao desempenho

Neste item, será analisada a terceira questão, que refere-se ao desempenho. Questão número 3: Você acha que melhorou a sua execução nos exercícios após as aulas de hidroginástica?

G 1 - Retroalimentação extrínseca com ênfase no conhecimento do desempenho. As respostas dos sujeitos deste grupo, demonstraram uma certa evolução no que diz respeito ao seu desempenho, da primeira à sexta aula.

Todos os sujeitos entrevistados, responderam que o seu desempenho melhorou, considerando o período de prática, quer dizer, através da prática podem superar as dificuldades e melhorar. Magill (1984), afirma que a eficiência da prática é um princípio que não deveria ser desprezado ou subestimado por professores de atividades motoras. Em relação a isso, Schmidt (1993) fala que o tempo de prática é um fator importante para a aprendizagem, no entanto não é o único fator, pois a qualidade da prática também deve ser considerada. Singer (1977), através de seus estudos, evidencia que a mera prática não garante a excelência e, que a literatura de pesquisa revela que tendemos a dominar e reter mais facilmente aquelas atividades que nos são significativas portanto, o professor deve-se preocupar com o que o aprendiz pensa a respeito das atividades que está realizando e, se ele as considera significativas.

Algumas respostas, deixam claro as dificuldades de alguns dos sujeitos

apresentaram no início das aulas, como a coordenação de braços e pernas. Nota-se aqui, uma característica da hidroginástica, pois os movimentos realizados na água encontram aspectos que poderão dificultar a coordenação exigida em determinados exercícios. Krug (1985), menciona que a aprendizagem em atividades aquáticas, é dificultada pela força da gravidade anulada e pela densidade que dificulta os movimentos, por isso, o sujeito precisa ampliar muito os seus conhecimentos, principalmente, o conhecimento de si mesmo para que possa “enfrentar” com mais tranquilidade o meio não habitual.

Outra dificuldade presente em uma resposta, foi a falta de resistência, que foi superada permitindo a execução dos exercícios do início até o final da aula.

G 2 Retroalimentação intrínseca com ênfase na propriocepção, questão número 3. Pode-se verificar, através das respostas que houve uma melhora no desempenho dos sujeitos. Fatores como agilidade e disposição foram citados como exemplos e, isso pode ser considerado como vantagens da prática de hidroginástica. Figueiredo (1996), argumenta que esta atividade bem orientada (através do trabalho consciente dos profissionais), oferece várias vantagens aos praticantes, como desenvolver força e resistência, aliviar dores e aumentar a disposição e o rendimento, tanto em aulas como nos afazeres da vida cotidiana.

Observou-se que a maioria dos sujeitos atribuíram ao tempo de prática a melhora no desempenho, onde alguns relataram que através da prática sentiram mais segurança e conseqüentemente o aproveitamento foi melhor.

Um aspecto importante, mencionado pelos sujeitos, foi que a retroalimentação fornecida pelo professor à este grupo, auxiliou na concentração e na atenção facilitando a execução dos exercícios, pois através disso os sujeitos cuidaram o que estavam fazendo e tentaram corrigir os seus próprios erros. Em relação a estas respostas, um sujeito relatou que o seu desempenho melhorou, em razão da retroalimentação aliada à prática reforçando portanto, os estudos de Schmidt (1993) e Singer (1977), citados anteriormente no grupo 1, onde referem-se à prática como um fator importante para a aprendizagem, mas não como o único. Diante disso, nota-se que a retroalimentação intrínseca foi considerada importante para auxiliar na compreensão dos exercícios e conseqüentemente no desempenho.

A resposta de um dos sujeitos deste grupo, refere-se a um fator diferenciado, que foi a familiarização. Pode-se dizer de acordo com Krug (1985), que a familiarização propõe a integração do sujeito com o meio e, que isso ocorre no plano psicológico e fisiológico. Neste âmbito, Velasco (1994) relata que a água é um ambiente que traz consigo novas formas de conhecimento e relacionamento com o espaço e com os outros, por isso as pessoas necessitam adaptar-se, reequilibrando a postura e reorganizando-se no espaço e no tempo. Pode-se dizer de acordo com Magill (1984), que obter e manter a atenção dos sujeitos durante a execução é essencial para o desempenho.

Percepções dos sujeitos em relação a segurança.

Será analisada neste item, a quarta questão que refere-se a segurança. Questão número 4: Você sente-se mais seguro (a), em relação a execução dos exercícios, após a realização destas aulas de hidroginástica? Por quê?

G1 - Retroalimentação extrínseca com ênfase no conhecimento do desempenho. Os sujeitos responderam, que sentiram mais segurança após a realização das aulas de hidroginástica. Todos, relataram que a melhora no desempenho aumenta a segurança, apontando uma relação entre essas duas variáveis.

Pode-se dizer, que o ser humano ao realizar uma determinada tarefa, deve ser visto como um todo, considerando os domínios do comportamento humano (domínio motor, cognitivo, afetivo e social). Em relação a este assunto, Krebs (1996) relata que a segurança está relacionada ao domínio emocional (afetivo) e, como tal não deve ser fragmentada dos outros domínios. Para qualquer comportamento, os domínios se interagem (Eckert, 1993). Nota-se portanto, que a segurança (domínio afetivo) e o desempenho (domínio motor) apresentaram uma relação direta, de acordo com as respostas dos sujeitos e, corrobora com os estudos de Krebs (1996) e Eckert (1993).

Outra resposta mencionada neste grupo, foi que através da familiarização os sujeitos sentem-se mais seguros. Por isso, é fundamental que as primeiras experiências no meio líquido sejam positivas (Krug, 1985).

O tempo de prática foi citado como um fator de segurança, pois no decorrer das aulas a tendência foi melhorar o desempenho. A correção do professor também foi mencionada como um aspecto de segurança, pois o sujeito percebeu que a sua execução poderia ser corrigida pelo professor, através da retroalimentação extrínseca com ênfase no conhecimento do desempenho.

Novamente, verifica-se que a preocupação deste grupo, com a execução correta e a identificação da retroalimentação em função do desempenho.

G2 - Retroalimentação intrínseca com ênfase na propriocepção (em relação a mesma questão).

Neste grupo, observou-se que a maior ocorrência das respostas também refere-se a execução dos exercícios, isto é, quando melhora o desempenho a segurança aumenta.

As instruções do professor (retroalimentação) aparecem nas respostas dos sujeitos como um fator de segurança, pois a retroalimentação fornecida a este grupo "complementa" para melhorar. O sujeito fica mais concentrado durante a execução dos exercícios, percebendo se está fazendo correto e, isso torna-se um fator de segurança.

Convém ressaltar, conforme Cenni (1993) relatando as experiências de Sato, que a água revela ao indivíduo suas inseguranças, mas também possibilita o acesso aos

conteúdos emocionais. A referida história revela este trabalho com o objetivo de uma integração psicossomática, que pode resultar no bem estar e no desenvolvimento da autoconfiança, que levam a pessoa a sentir-se segura.

Pode-se inferir, ao tratar de segurança, que as respostas dos alunos deste grupo, demonstram, que tanto o desempenho como o tipo de retroalimentação fornecida pelo professor, tomam-se variáveis importantes que poderão auxiliar os alunos na segurança. Portanto, essas respostas podem confirmar os argumentos de Sato relatados por Cenni (1993), quando afirma que a busca da auto-confiança resulta, provavelmente em mais segurança.

Constatou-se também, que a maneira do professor ministrar as aulas proporciona segurança aos sujeitos. Isso, aparece nas respostas, onde relataram que o professor transmite segurança quando estimula o “pensamento” durante a execução, demonstra os exercícios e também quando há união disso. Verifica-se, que os sujeitos deste grupo atribuíram segurança à vários fatores, não somente ao desempenho.

Observou-se, através das respostas que o baixo risco de lesões, de problemas de contusão e ausência de impacto, foram mencionados como fatores que oferecem segurança. A superação de dificuldades (melhora do equilíbrio e da coordenação), também está presente nas respostas, como responsável pela segurança.

CONCLUSÕES

A partir do objetivo proposto de verificar a percepção dos praticantes de hidroginástica, em relação ao tipo de retroalimentação, desempenho e segurança, pode-se concluir de maneira geral, que neste estudo os sujeitos apresentaram respostas que evidenciaram a sua percepção em relação as variáveis mencionadas. Entretanto, as respostas se diferenciam devido ao tipo de retroalimentação recebida. Diferenças estas, resgatadas neste momento num âmbito mais genérico.

Acredita-se que a retroalimentação do tipo intrínseca com ênfase na propriocepção, tenha realmente estimulado a atenção dos sujeitos e, que isso ajudou a perceberem determinadas informações. Alguns autores, entre eles Wittig (1981), enfatizam que para perceber “algo”, necessita algum nível de atenção.

Quanto ao desempenho, observou-se que os sujeitos que receberam retroalimentação extrínseca, atribuíram a sua melhora na execução dos exercícios ao tempo de prática, enquanto que o outro grupo, mencionou uma aliança entre o tempo de prática e a retroalimentação intrínseca. Verificou-se um ponto essencial, que foi a não atribuição a melhora na execução somente ao tempo de prática, valorizando com isso outros aspectos que poderão auxiliar no desempenho dos sujeitos, como a retroalimentação intrínseca.

Os resultados encontrados nesta pesquisa, referentes a segurança, revelaram

uma relação direta entre as variáveis desempenho e segurança, isto é, a medida que o sujeito consegue realizar os exercícios corretamente, sente-se mais seguro. Observou-se que a estimulação do “pensamento” durante a execução é um fator de segurança, pois o sujeito observa melhor o que está fazendo e corre menos riscos de errar. Portanto, a retroalimentação com ênfase na propriocepção oportunizou aos sujeitos uma maior confiança em suas ações motoras e, provavelmente não irão interromper o movimento para questionar o professor se está fazendo certo ou errado, tendo assim um maior tempo de prática.

O estudo implica uma possível relação do tipo de retroalimentação com a motivação, onde a qualidade do desempenho torna-se importante para que o sujeito sintase motivado. Desta forma, enfatiza-se uma função importante da retroalimentação, que é motivar o aprendiz para começar ou se manter em direção a um determinado objetivo, que pode ser suportar o esforço exigido pela tarefa que está praticando. Outro fator de significância observado, foi a demonstração do professor. Portanto, pode-se inferir que na hidroginástica a demonstração tem um efeito positivo, pois esta atividade não dispõe de espelho para que os sujeitos possam orientar-se no momento da dúvida.

Tais reflexões, referentes aos resultados desta pesquisa, sugerem que o trabalho com a atividade de hidroginástica seja desenvolvido considerando a existência de diferentes tipos de retroalimentação, cabendo ao professor usar aquela que seja mais similar com a sua postura pedagógica e com o momento da aula, num processo coerente, sem valorizar uma em detrimento de outra. O professor que trabalha com hidroginástica poderá utilizar-se destes relatos, que mostram a importância de trabalhar a retroalimentação intrínseca com ênfase na propriocepção em conjunto com a extrínseca. A preocupação de que isso não ocorra em aulas práticas, foi mencionado na justificativa deste trabalho.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ADAMS, J. A. **Historical review and appraisal of research on the learning, retention and transfer of human motor skills.** Psychological Bulletin, 1987.
- BONACHELA, V. **Manual Básico de Hidroginástica.** Rio de Janeiro: Sprint, 1994.
- CAMPOS, D. M. S. **Psicologia da Aprendizagem.** Rio de Janeiro: Vozes, 1991.
- CANFIELD, J. T. **Aprendizagem Motora.** Santa Maria: Imprensa Universitária, UFSM, 1981.
- CENNI, R. **Kan-ichi-sato: Vida na água.** São Paulo: Pioneira, 1993.

- ECKERT, H.M. **Desenvolvimento Motor**. São Paulo: Manole, 1993.
- FIGUEIREDO, S. A. S. **Hidroginástica**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- GAMBOA, A . S. A dialética na pesquisa em educação: elementos de contexto. In FAZENDA I. **Metodologia da pesquisa educacional**. São Paulo: Cortez, 1994.
- HEIDER, F. **Psicologia das relações interpessoais**. São Paulo: Livraria Pioneira, 1970.
- KREBS, R. J. **Desenvolvimento Humano: uma área emergente da ciência do movimento humano**. Santa Cruz do Sul: [s.n.], 1996.
- KROTH, S. T. C. O uso da retroalimentação na natação. **Dissertação de Mestrado**. Santa Maria, 1996.
- KRUG, D. F. **Aprendendo Nadar**. Cruz Alta: Refil, 1985.
- LEIRIA, M. T. Efeitos na aprendizagem e transferência na natação através da retroalimentação visual e proprioceptiva. **Dissertação de Mestrado**. Santa Maria, 1995.
- MAGILL, R. **Aprendizagem Motora – conceitos e aplicações**. São Paulo: Edgar Blucher, 1984.
- PIÉRON, M. **Pedagogia de la Actividad Física y el Deporte**, 2. ed. , Malaga: 1988.
- ROCHA, J. C. C. **Hidroginástica teoria e prática**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.
- SANTOS, C. A. **Natação – Ensino e Aprendizagem**. Rio de Janeiro: Sprint, 1996.
- SCHMIDT, R. **Aprendizagem e Performance Motora – dos princípios á prática**. São Paulo: Movimento, 1993.
- SINGER, R. N. **Psicologia do esporte: mitos e verdades**. São Paulo: Harper & Row do Brasil, 1977.
- VELASCO, C. G. **Natação Segundo a Psicomotricidade**. Rio de Janeiro: Sprint, 1994.
- WITTIG, A . F. **Psicologia Geral**. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil, 1981.

