

UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA – UFV
CAMPUS FLORESTAL - CAF
INSTITUTO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE – IBF CURSO DE
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

MATHEUS SANTOS ALVES LOPES

**EXPLANAÇÃO DAS VIVÊNCIAS E DESAFIOS OBSERVADOS NO
PROJETO “NADE BEM, NADE MELHOR” UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

FLORESTAL – MINAS GERAIS
2025

MATHEUS SANTOS ALVES LOPES

**EXPLANAÇÃO DAS VIVÊNCIAS E DESAFIOS OBSERVADOS NO
PROJETO “NADE BEM, NADE MELHOR”: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado,
à Coordenação da disciplina EFF497 -
Trabalho de Conclusão de Curso, como
requisito parcial para a obtenção do Título de
Licenciada em Educação Física.

Prof. Orientador: Ricardo Wagner de
Mendonça Trigo.

FLORESTAL – MINAS GERAIS

2025

RESUMO

A pesquisa visa apresentar, em forma de relato de experiência, a vivência e os desafios do autor, produzidos enquanto parte do Projeto “Nade bem, Nade melhor”. O autor busca explanar a pesquisa como forma de compartilhar os aprendizados adquiridos ao longo de sua presença no projeto. Durante sua formação, o autor participou da Bolsa de Aprendizagem e Aperfeiçoamento Profissional (BAAP) como bolsista, onde teve como oportunidade sua experiência e vivência dentro da modalidade de natação, com o público-alvo de crianças a partir de 5 anos, adolescentes e adultos da cidade de Florestal/MG.

Palavras-chave: vivências; desafios; projeto nade bem nade melhor

ABSTRACT

The research aims to present, in the form of an experience report, the author's experience and challenges, produced as part of the “Swim Well, Swim Better” Project. The author seeks to explain the research as a way of sharing the lessons learned throughout his participation in the project. During his training, the author participated in the Bolsa de Aprendizagem e Aperfeiçoamento Profissional (BAAP) as a scholarship holder, where he had the opportunity to share his experience and experience within the swimming modality, with the target audience of children from 5 years old, teenagers and adults from the city of Florestal/MG.

Keywords: experiences; challenges; project swim well swim better.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	5
1.1 Objetivos.....	8
1.1.1 Geral.....	8
1.1.2 Específicos.....	8
2 METODOLOGIA.....	9
2.1 Temporalidade da experiência-ação testemunhada.....	10
2.2 Descrição do local.....	10
2.3 Eixo da experiência e público alvo.....	10
2.4 Caracterização da atividade relatada.....	11
2.5 Recursos e espaço em que se deu a ação.....	11
2.6 Descrição da ação.....	12
2.7 Eticidade.....	14
3 RESULTADOS.....	15
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	16
REFERÊNCIAS.....	17

1 INTRODUÇÃO

O Projeto “Nade bem, Nade melhor” é uma iniciativa voltada para promover a prática da natação, seja com objetivos educativos, de autodefesa ou de melhoria do bem-estar.

Criado em 2014, o surgimento do mesmo se deu pela necessidade regional de atividades nesta modalidade esportiva, devido a grande quantidade de rios, lagoas, lagos, cachoeiras e piscinas que estão no entorno da cidade de Florestal, com o intuito de oferecer uma atividade saudável e agradável para a população local.

Esse projeto visa oferecer atividades esportivas e educacionais para crianças, jovens e adultos, buscando desenvolvimento pessoal, além de ajudar na compreensão das próprias capacidades e limitações, e incentivar a superação e adaptação a ambientes diferentes da rotina. Através da parceria com a Secretaria Municipal de Esporte, Lazer e Turismo da Prefeitura de Florestal/MG, o Projeto “Nade bem, Nade melhor” atualmente é trabalhado na piscina do Centro de Esportes, Lazer e Turismo - CELT. Sendo assim, o projeto tem como objetivo proporcionar uma atividade esportiva à comunidade acadêmica e da cidade de Florestal-MG, no intuito de auxiliar em seu desenvolvimento psicomotor, cognitivo e afetivo social dos participantes do projeto.

Este projeto também permite que os estudantes do curso de Licenciatura em Educação Física coloquem em prática os conhecimentos aprendidos em disciplinas como Metodologia de Ensino da Natação, Prática Pedagógica de Natação e Metodologia de Ensino da Educação Física. Essa experiência é importante para que eles aprimorem suas habilidades no planejamento de aulas de Educação Física, unindo o que aprenderam na teoria com a prática vivenciada nas aulas de natação.

Em 2019, em virtude da pandemia de COVID-19, o projeto teve que ser interrompido, retornando às atividades somente no ano de 2023. Com a intenção de fazer com que as pessoas em Florestal-MG se conectassem mais com a natureza e pudessem realmente aproveitar os recursos hídricos da região, observa-se a participação intensa dos alunos, que estão aptos para aprender e/ou aprimorar suas habilidades na natação.

Ainda em 2023, eram atendidos cerca de 120 alunos dentro do projeto, com o desejo de ampliar este número para 180 alunos dentro do ano de 2024. Sendo assim, ao decorrer das aulas, soube aproveitar os momentos de aprendizagem para entender alguns ensinamentos passados pelo professor e coordenador do projeto Ricardo Trigo.

Como oportunidade de aperfeiçoamento profissional, foram aplicados dois cursos realizados na cidade de Nova Serrana. O **Curso de Capacitação em Natação**, ocorrido em 23 e 24 de março de 2024, foi ministrado pelo Professor Gino Degane, referência nacional na modalidade de natação. O **Curso de Arbitragem em Natação**, ocorrido em 13 de abril de 2024, foi ministrado pelo Professor Ricardo Wagner de Mendonça Trigo, especializado em natação pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, referência para os estudantes da Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal.

Além dos cursos realizados em Nova Serrana, eu e a equipe do projeto “**Nade Bem, Nade Melhor**” participamos do evento “**Troféu Rogério Romero**”, ocorrido em um clube público da Prefeitura de Itaúna, como membros organizadores.

Através dessas oportunidades de aprendizado, abriram-se portas para novos ensinamentos durante as aulas do projeto, nos quais houve uma melhora na qualidade do ensino e no aproveitamento dos materiais disponíveis para os professores. Dessa forma, com a experiência vivenciada no ambiente aquático, soube ministrar melhor as aulas e organizar as turmas, que incluem crianças, adolescentes e adultos de ambos os性s.

Existem momentos, durante a vida, em que devemos assumir algumas responsabilidades, mas a vida nos ensina que as barreiras podem ser vencidas. Sentir medo é um sentimento natural do corpo. Entretanto, durante algumas aulas de natação, me responsabilizei, de forma natural, por dar aula em três horários seguidos. Com a insegurança, e por ser a minha primeira experiência como professor principal, busquei me concentrar e trabalhar com o que havia aprendido durante minha formação acadêmica. Além disso, através de minhas observações sobre o Prof. Ricardo Wagner, em relação a como se deve dar uma aula, nesse processo eu pude ministrar com qualidade muitas aulas diante de alguns dias intensos.

Ter acesso ao projeto foi uma oportunidade que me proporcionou valiosos aprendizados e experiências. Por meio dele, desenvolvi responsabilidade na condução das aulas, habilidade para controlar a turma, construir um relacionamento positivo com os alunos, além de disciplina, autonomia e confiança. Sou imensamente grato por ter feito parte do projeto “**Nade Bem, Nade Melhor**”, e pelas vivências enriquecedoras que ele me proporcionou.

A experiência é um acúmulo de momentos e aprendizados que o indivíduo conquista ao longo de sua existência. Pode estar ligada a situações particulares, como participar de um projeto, viajar, estudar ou superar obstáculos, que trazem consigo sabedoria e uma visão mais

profunda sobre si mesmo e o mundo ao redor. Tudo o que é vivenciado se transforma em aprendizado, e, com o tempo, há um refinamento do que foi experimentado e realizado. A experiência pode ser concreta, como competências desenvolvidas no ambiente profissional, ou subjetiva, associada a emoções e pensamentos gerados por circunstâncias enfrentadas. Em sua essência, é tudo o que nos transforma e influencia nossa maneira de enxergar a vida. (NEIRA, 2017).

A experiência de lecionar, de forma autônoma, em um projeto de natação me possibilitou adaptar as técnicas de ensino às necessidades específicas de cada aluno, incentivando sua confiança, independência e o aprimoramento de suas habilidades. No início, assumir essa responsabilidade gerou insegurança, mas, com o passar das aulas, meu envolvimento contribuiu para garantir a segurança, o bem-estar e o progresso contínuo dos alunos, criando um ambiente controlado e acolhedor.

Os resultados apresentados neste trabalho evidenciam a relevância do projeto “Nade Bem, Nade Melhor” para a formação acadêmica e profissional, destacando a importância do relato de experiência como ferramenta de reflexão e crescimento. A aplicação prática dos conhecimentos teóricos adquiridos na disciplina de natação, aliada ao contato direto com os alunos de diferentes perfis, proporcionou uma transformação significativa, consolidando a identidade profissional e reforçando habilidades essenciais para a atuação na área.

A experiência em trabalhar com alunos que apresentam necessidades específicas, como uma aluna com surdez e deficiência visual e uma criança com transtorno do espectro autista (TEA) de grau severo, trouxe desafios que demandaram criatividade, adaptação e empatia. Essas vivências não apenas enriqueceram a prática pedagógica, mas também reforçaram o compromisso com uma educação inclusiva e humanizada.

Ao final, reafirma-se o impacto positivo do projeto tanto no desenvolvimento profissional quanto no progresso dos alunos. A oportunidade de planejar e conduzir atividades, adaptando-se as singularidades de cada indivíduo, fortaleceu competências como comunicação, paciência e autonomia. A experiência consolidou uma visão mais sensível e comprometida com o papel transformador do esporte, reafirmando o propósito de seguir na profissão com dedicação e paixão.

O trabalho, que tem o presente pesquisador como testemunha, busca evidenciar as vivências e desafios da formação profissional em meio ao projeto, e a importância de projetos de desenvolvimento profissional durante a formação dos discentes, em especial o projeto “Nade Bem, Nade Melhor”. Assim, este relato de experiência teve por objetivo apresentar

considerações sobre as vivências do projeto extracurricular na formação de profissionais, em meio aos desafios.

1.1 Objetivos

1.1.1 Geral

Recorrendo à memória individual, esse trabalho visa apresentar as vivências observados durante as aulas de natação como professor no âmbito do Projeto "Nade bem, Nade melhor" no município de Florestal – MG.

1.1.2 Específicos

Descrever como o projeto contribuiu para o meu desenvolvimento de formação acadêmica;

Analisar como foi a experiência na natação como professor vivenciando alguns momentos como primeira experiência;

Caracterizar a experiência como professor de suma importância no processo de ensino-aprendizagem durante a formação profissional.

2 METODOLOGIA

O trabalho foi desenvolvido com base na seleção de artigos científicos relevantes, consultados no Google Acadêmico, e contou com o apoio do professor orientador. O método utilizado consistiu no registro sistemático dos momentos mais significativos do projeto, por meio de anotações que permitiram documentar e refletir sobre as etapas, desafios e aprendizados. A pesquisa, de caráter descritivo e qualitativo, analisa a vivência prática ao longo do processo.

Para delinear a abordagem metodológica deste relato de experiência, foi utilizado o roteiro proposto por Mussi, Flores e Almeida (2021, p.66), que recomendam:

SEÇÃO DO ARTIGO	ELEMENTOS DA SEÇÃO	PERGUNTA FACILITADORA PARA DESCRIÇÃO.	TIPOS DE CATEGORIAS (DESCRIÇÃO)
Introdução	1. Campo teórico	- Quais são os conceitos chaves do tema? - Qual a importância deste relato? - Por que escrever este relato? - Adveio de qual problema?	Referenciada
	2. Objetivo	Qual o objetivo deste relato?	Informativa
Materiais e Métodos / Procedimentos metodológicos	3. Período temporal	Quando (data)? Quanto tempo (horas, dias ou meses)?	Informativa
	4. Descrição do local	Quais são as características do local e onde fica situado geograficamente (cidade, estado e país)?	Informativa
	5. Eixo da experiência	Do que se trata a experiência?	Informativa
	6. Caracterização da atividade relatada	Como a atividade foi desenvolvida?	Informativa
	7. Tipo da vivência	Qual foi o tipo de intervenção realizada?	Informativa
	8. PÚBLICO da ação interventiva	Qual o perfil ou característica destas pessoas?	Informativa
	9. Recursos	O que foi usado como material na intervenção?	Informativa
	10. Ação	O que foi feito? E como foi feito?	Referenciada
	11. Instrumentos	Quais foram as formas e materiais utilizados para coletar as informações?	Referenciada
	12. Critérios de análise	Como ocorrerá a análise das informações obtidas?	Referenciada
Resultados	13. Eticidade	De quais formas houve o cuidado ético?	Informativa
	14. Resultados	Quais foram os resultados advindo da experiência? Quais foram as principais experiências vivenciadas?	Informativa
Discussão	15. Diálogo entre o relato e a literatura	Quem (na literatura) pode dialogar com minhas informações do relato?	Dialogada
	16. Comentário acerca das informações do relato	Quais nexos complementares podem ser feito com os dados da experiência?	Dialogada
	17. Análise das informações do RE	Quais reflexões críticas o texto faz? Como os resultados desta experiência podem ser explicados por outros estudos? (artigos, outros RE, dentre outros)	Critica
	18. Dificuldades	Quais foram os aspectos que dificultaram o processo? (Limitações) O que foi feito perante essas limitações?	Informativa
	19. Potencialidades	Quais foram os aspectos que potencializaram o processo?	Informativa
Considerações finais ou conclusão	20. Finalidade	O intuito do relato foi alcançado?	Informativa
	21. Proposições	Além do que fora realizado, o que mais poderia ser feito?	Informativa
Referência	22. Citação	Quais estudos foram usados para a construção do RE?	Informativa

2.1 Temporalidade da experiência-ação testemunhada

O primeiro momento da experiência, em que sou testemunha, se deu início em março de 2023, momento em que tive meu primeiro contato com alunos em meio a uma modalidade de natação pelo projeto “**Nade Bem, Nade Melhor**” da Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal-MG. Após completar 1 ano dentro do núcleo, abriram-se novas vagas de inscrição para bolsistas dentro da bolsa BAAP. Dentro do processo de concorrência, conquistei a vaga como bolsista e mantive minha participação pelo projeto.

O segundo momento da experiência se estendeu até o mês de fevereiro de 2025, quando se completam quase dois anos de vivência. O mencionado projeto tem como objetivo promover a prática da natação, seja com objetivos educativos, de autodefesa ou de melhoria do bem-estar das crianças, jovens e adultos.

O projeto é voltado preferencialmente para estudantes acadêmicos que estejam ligados a questões socioeconômicas, obtendo bolsa moradia e bolsa alimentação, e que atuaram como professores durante as aulas de natação, sob orientação e condução do professor responsável pelo projeto, com uma dedicação de 32 horas semanais.

2.2 Descrição do local

O local utilizado para as aulas do projeto é a piscina do Centro de Esportes, Lazer e Turismo - CELT, localizada no centro da cidade de Florestal, em um espaço poliesportivo sob a tutela da Prefeitura de Florestal. Este local, caracterizado como o antigo clube de Associação Esportiva de Servidores - AESE, passou por reformas para adequar projetos, onde existe o espaço para as aulas.

As aulas do projeto tiveram 3 locais desde a inauguração em 2014 até os dias atuais. No entanto, o evento teve início na piscina do Clubinho, localizado ao centro de Florestal. Em seguida, deram continuidade ao trabalho na piscina da Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal-MG. Com a pandemia, o projeto foi interrompido devido ao COVID-19 e, atualmente, ocorre no CELT.

2.3 Eixo da experiência e público alvo

A experiência se trata de apresentar as vivências observadas durante a prática da natação, com foco na explanação da contribuição do projeto em relação à minha formação acadêmica, e de apresentar o conhecimento teórico com a prática aplicada dentro do projeto

“Nade Bem, Nade Melhor”. Dessa forma, empenhado em trabalhar com a natação em prol da melhoria das habilidades motoras já adquiridas pelos alunos, além de buscar a aquisição de novas habilidades, estimulando, assim, essas atividades esportivas nas capacidades cognitivas, afetivas, sociais e motoras dos participantes. O projeto tem como público-alvo crianças a partir de 5 anos, adolescentes e adultos de ambos os sexos.

2.4 Caracterização da atividade relatada

O projeto “**Nade Bem, Nade Melhor**”, do qual participei, é oferecido pela Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal – MG, aos alunos do curso de Licenciatura em Educação Física, onde é realizado um processo seletivo para a escolha dos bolsistas do projeto.

Após selecionados, os bolsistas, juntamente com os coordenadores e professores do projeto, começam a realizar o planejamento do andamento do projeto, buscando, assim, a organização, o entendimento e o funcionamento do espaço físico para as práticas esportivas, a divulgação do programa ao público-alvo, o planejamento das atividades realizadas e a iniciação das aulas.

O projeto oferece como modalidade a natação. Sendo assim, os participantes tinham acesso a duas aulas semanais da modalidade, realizadas nas terças-feiras e quintas-feiras, das 15:30 às 17:45, onde eram aplicados aos alunos os fundamentos dos 4 tipos de nado existentes na natação.

A natação favorece uma maior autonomia pessoal e social, pois permite que um indivíduo que pratique este esporte, encontre os seus limites físicos, afetivos e sociais, pois terá que superar um ambiente diferente do seu cotidiano, superando assim, suas limitações e maximizando as suas potencialidades e, consequentemente melhorando sua autoestima e autoconfiança (PALMER, 1990, p.56).

2.5 Recursos e espaço em que se deu a ação

Os alunos do projeto sempre eram acolhidos, principalmente as crianças, com a intenção de ‘trazer’ a vontade de participar das aulas, tornando-as mais animadas. Sendo assim, para os alunos que iniciavam como participantes e não possuíam alguns materiais, eram disponibilizadas toucas personalizadas de natação. As aulas do projeto, desde o momento em que participei, foram realizadas em um espaço adequado e sempre em condições apresentáveis para os integrantes.

Os materiais disponíveis para a prática da modalidade são de excelente qualidade, como: pranchinhas de diferentes tamanhos e cores, boia espaguete de diversas cores, pool boia, além de materiais que eram adaptados para tornar algumas aulas lúdicas, trazendo e tornando a natação algo relacionado à interação social, incentivando o interesse pela prática através de algumas competições entre os próprios alunos. Além dos recursos materiais utilizados, a modalidade contava com o professor coordenador e professores/alunos bolsistas nas aulas do projeto.

2.6 Descrição da ação

O projeto “**Nade Bem, Nade Melhor**” se tornou tão importante para a minha formação acadêmica, quando pude observar as diversas oportunidades que foram proporcionadas. Sendo assim, relato a experiência de aplicar o conhecimento teórico obtido durante a disciplina de natação e trabalhar em cima do projeto. A prática nas aulas de natação foi a transformação que tive ao me enxergar como profissional na área.

Momentos marcantes são aqueles que nunca esquecemos. Através disso, relato o privilégio de trabalhar com dois alunos participantes do projeto, sendo uma criança e um adulto. Durante minha participação como professor, os alunos citados deixaram como foco para a minha formação o incentivo e o esforço, pois enxerguei o quanto importante é valorizar a vida.

O primeiro impacto de experiência que tive foi receber uma aluna com surdez e deficiência visual. Inicialmente, a forma como consegui trabalhar alguns fundamentos da natação com a aluna se deu ao conhecimento dela em relação aos materiais utilizados para a aprendizagem, como a pranchinha e o pool boia. Sendo assim, após entregar a pranchinha em suas mãos, a aluna entendia por si que a intenção era realizar somente pernadas, e, quando era entregue o pool boia, ela entendia que era para trabalhar somente braçadas.

Após uma semana buscando soluções para facilitar a comunicação sobre diferentes atividades que poderiam ser realizadas, através de seu aparelho auditivo, busquei conversar com ela antes mesmo do início do horário da aula para combinar os exercícios a serem praticados. De acordo com a aluna, ela tinha apenas 5% de visão de um olho, onde enxergava alguns vultos, e não captava nenhum som. Diante disso, foi combinado com a aluna, em um diálogo verbal, através do aparelho auditivo, trabalhar as atividades utilizando números.

Dessa forma, a utilização dos números seria uma maneira fácil de memorizar as atividades em ordem. Para isso, o número ‘1’, demonstrado através de um dedo, seria somente

pernada do nado crawl; o número ‘2’, demonstrado com dois dedos, seria somente pernada do nado costas; o número ‘3’, demonstrado com três dedos, seria somente braçada do nado crawl; o número ‘4’, demonstrado com quatro dedos, seria somente braçada do nado costas; e assim por diante. Os números, em seguida, eram utilizados para trabalhar a alternância dos braços e pernas, como realizar a pernada do nado crawl batendo apenas o braço direito, em seguida realizando a pernada do nado crawl batendo apenas o braço esquerdo, entre outros.

A utilização dos números facilitou minha comunicação com a aluna sobre quais atividades deveriam ser executadas. Sendo assim, sempre busquei me comunicar com a aluna antes de iniciar a aula para combinar e lembrar os exercícios a serem realizados. Em alguns dias, ao observar o avanço em relação à coordenação e ao melhor desenvolvimento dos nados, passei a combinar mais atividades, como trabalhar o nado crawl batendo os braços e as pernas, o nado costas batendo os braços e as pernas, trabalhar a respiração durante o nado, entre outros.

O segundo impacto de experiência que tive foi receber um aluno/criança com transtorno do espectro autista de grau severo. Inicialmente, tive dificuldades em chamar a atenção do aluno para trabalhar os fundamentos básicos da natação, já que se tratava de um aluno com seu primeiro contato com a piscina. Apesar disso, a forma como tratei de dar a aula foi acompanhar o aluno andando dentro da piscina, tentando familiarizá-lo com a água.

Após o primeiro dia com o aluno, busquei orientações com o professor coordenador e realizei algumas pesquisas mais aprofundadas sobre como trabalhar com alunos com transtorno do espectro autista dentro de um meio líquido. Assim, durante as aulas, pude adaptar os materiais disponíveis dentro do projeto para chamar a atenção do aluno, como utilizar o material macarrão como boia, usar diversos macarrões com cores distintas, pranchinhas de cores e tamanhos diferentes e o pool boia.

Dificilmente o aluno acompanharia o mesmo ritmo dos demais alunos. Então, enquanto puxava o aluno ligado ao macarrão dentro da piscina, soava algumas canções infantis ou até mesmo criava uma canção, associando, por exemplo, a cor amarela do macarrão ao animal girafa. Dessa forma, consegui, por alguns momentos, obter um curto diálogo com o aluno através das músicas.

Observei que, dessa maneira, facilitava o contato com o aluno. Sendo assim, busquei relacionar também as cores dos objetos a algo ali presente, como o pool boia azul com a cor da piscina. Passei a conversar através de cantos, usando os nomes dos animais, contava o

número de objetos que estávamos usando no momento, entre outros. Foi observado que o ritmo em que cantava, pedindo para bater as pernas, ajudava o aluno a executar o movimento.

Concluindo, essas foram algumas maneiras de conquistar a atenção do aluno. Afinal, muitas crianças autistas têm dificuldades com a comunicação verbal, e os cantos podem ajudá-las a praticar novos sons, palavras e até mesmo frases. A partir disso, conto como experiência e aprendizado a conquista de trabalhar com um aluno com transtorno do espectro autista de nível severo.

Participar do projeto me proporcionou a oportunidade de aprimorar continuamente minhas habilidades em planejar, conduzir e avaliar as atividades propostas de forma mais eficiente. Isso incluiu a criação de planos de aula, a gestão de diferentes grupos de alunos, e a organização das aulas, competências indispensáveis para o exercício da profissão.

2.7 Eticidade

Os cuidados éticos tomados foram não revelar os nomes de nenhum professor bolsista e nenhum aluno que participou do Projeto “Nade bem, Nade melhor” no ano de 2023 e 2024.

3 RESULTADOS

A iniciativa pelo relato de experiência se justifica pela importância que o projeto “**Nade Bem, Nade Melhor**” teve na formação acadêmica e profissional. Destaca-se que a oportunidade de aplicar o conhecimento teórico adquirido durante a disciplina de natação, e trabalhar diretamente com alunos no projeto, permitiu a transformação pessoal, fazendo-me enxergar como um profissional da área.

Além disso, a experiência proporcionou momentos marcantes e aprendizagens significativas ao lidar com alunos com necessidades específicas, como uma aluna com surdez e deficiência visual, e uma criança com transtorno do espectro autista (TEA) de grau severo. Esses desafios exigiram criatividade, paciência e adaptação, desenvolvendo estratégias inovadoras para a comunicação e o ensino, como a utilização de números para indicar atividades à aluna com deficiência visual e auditiva, e o uso de músicas e associações lúdicas para captar a atenção do aluno autista.

O relato ressalta o impacto positivo dessas experiências, tanto no desenvolvimento das habilidades profissionais quanto no progresso dos alunos. A participação no projeto foi uma oportunidade de crescimento pessoal e profissional, permitindo o desenvolvimento de competências essenciais, como planejamento, condução de atividades e adaptação a diferentes necessidades. A experiência destacou, também, o valor da autonomia no ensino, capacitando a tomar decisões assertivas e a fortalecer a confiança enquanto profissional. Concluo com um sentimento de realização, ao perceber o impacto positivo do trabalho na vida dos participantes, reafirmando a relevância do projeto em minha formação.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Participar do projeto “**Nade bem, Nade melhor**” foi um marco fundamental para minha formação acadêmica e profissional. As experiências vivenciadas durante o projeto me proporcionaram oportunidades únicas de aplicar o conhecimento teórico adquirido na disciplina de natação, ampliando minha visão prática sobre os desafios e possibilidades na área. Desde os primeiros momentos, enfrentei barreiras que me ajudaram a desenvolver habilidades essenciais para a docência, e a convivência com alunos de diferentes perfis e necessidades específicas foi fundamental para aprimorar competências como planejamento de aula, comunicação, adaptação, empatia e paciência.

O contato com alunos com surdez, deficiência visual e transtorno do espectro autista me ensinou a importância de buscar soluções criativas e personalizadas, sempre respeitando as singularidades de cada indivíduo. Esses desafios contribuíram significativamente para meu crescimento, reforçando meu compromisso com a valorização da vida e com a prática de uma educação inclusiva e humanizada.

Através do projeto e do suporte proporcionado pela universidade, pude transformar conhecimentos acadêmicos em experiências reais. A prática de ensinar e acompanhar a evolução dos alunos fortaleceu minha capacidade de observação e análise, aprimorando minha identidade profissional. Hoje, levo comigo não apenas o aprendizado técnico, mas também uma visão mais ampla e sensível sobre o impacto positivo que o esporte pode exercer na vida das pessoas. Essa experiência reafirma meu propósito de seguir na profissão com dedicação, respeito e paixão pelo que faço.

REFERÊNCIAS

MUSSI, R.F.F.; FLORES, F.F.; ALMEIDA, C.B. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Revista Práxis Educacional**, v.17, n.48, p.60-77, out./dez. 2021.

NEIRA, M.G. Análise e produção de relatos de experiência da Educação Física Cultural: uma alternativa para a formação de professores. **Textos FCC**, v.53, p.52-103, 2017.

PALMER, Mervyl. **A ciência do ensino da natação**. São Paulo: Manole, 1990.