

**EDITAL Nº 60/2025-PROEX**  
**XV ENCONTRO DE EXTENSÃO E CULTURA**

**A NATAÇÃO COMO INSTRUMENTO DE INCLUSÃO E DESENVOLVIMENTO: PROJETO NADO ADAPTADO**

<sup>1</sup>Maria Eduarda Roque de Oliveira <sup>2</sup>Profa.Dra.Orientadora: Roselane Lomeo.

Educação física - UVA, Sobral -CE,  
[roqueeduarda5@gmail.com](mailto:roqueeduarda5@gmail.com)

Área temática: Saúde.

A extensão universitária desempenha papel crucial no fortalecimento da relação entre a universidade e a sociedade, constituindo-se como espaço privilegiado de interação, troca de saberes e comprometimento social. Historicamente, surgiu como uma resposta à necessidade de que as instituições de ensino superior atuassem de forma transformadora na sociedade, contribuindo para a democratização do conhecimento e o fortalecimento dos direitos sociais. O conhecimento teórico adquirido auxilia na extensão ao aproximar o discente da prática e da realidade comunitária, estimulando a percepção crítica, o desenvolvimento da empatia, a reflexão ética e a responsabilidade cidadã. Nesse sentido, a prática extensionista oferece oportunidades únicas para que estudantes experimentem situações reais, enfrentam desafios concretos e compreendam as necessidades da população atendida. Este relato de experiência aborda sobre as vivências no projeto Nado Adaptado, do curso de Educação Física da UVA, e visa ofertar aulas de natação adaptada para pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), e com deficiência. Utiliza-se do ensino das técnicas da natação, com foco no desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo da criança, e promoção da inclusão social por meio da interação, socialização e aumento da autoestima. A inclusão envolve a criação de condições que possibilitem a participação efetiva e o aprendizado no ambiente aquático, permitindo que cada indivíduo explore suas habilidades de forma segura e confiante. O meio aquático oferece resistência, sustentação e sensação de leveza, facilitando a execução de movimentos que são limitados em outros contextos, principalmente para pessoas com deficiência física ou sensoriais. Essa característica torna a natação um instrumento inclusivo, capaz de transformar experiências individuais em oportunidades de desenvolvimento integral. Relativamente à natação adaptada, estudos indicam inúmeros benefícios para pessoas com TEA, destacando-se melhorias da coordenação motora, força muscular, equilíbrio e resistência cardiorrespiratória, controle emocional, concentração e a elevação da autoestima (SILVA; COSTA, 2019). O desenvolvimento deste relato de experiência está focado nas vivências como monitora, no ensino da natação adaptada para crianças com TEA, fundamentado em princípios pedagógicos que valorizam a adaptação das metodologias de ensino à diversidade. Cada participante é considerado em suas especificidades, e os exercícios são planejados para respeitar o ritmo, as limitações e as potencialidades. São realizados registros e acompanhamento do progresso dos alunos por meio de diários de campo e filmagens, para avaliação contínua e reflexão pedagógica. O ensino envolve a adaptação ao meio aquático, controle respiratório, flutuação e deslocamentos, movimentos de coordenação de braços e

pernadas. Devido às especificidades do TEA, utiliza-se abordagem lúdica e repetitiva, permitindo familiarização gradual com o ambiente aquático e minimizando ansiedade ou insegurança. Observa-se que, ao longo das aulas, os alunos desenvolvem maior confiança corporal, interação com o monitor e seus pares. Academicamente, o projeto contribui para a formação discente sob a supervisão docente. A oportunidade de acompanhamento dos alunos atípicos aprimora as habilidades pedagógicas, como aprender a adaptar metodologias e desenvolver competências essenciais para a prática profissional inclusiva. A extensão evidencia o papel transformador da universidade, por ser essencial na assistência social, e se configura como meio de aprendizagem, de inclusão e consolidação de práticas pedagógicas.

**Palavras chaves:** Natação adaptada; Inclusão social; TEA.