

“Educar através da água, formar através da ciência.”

1. Pedagogia da Natação Mastchieve: Desenhar um Currículo com Identidade Própria

A Mastchieve está a desenhar a sua própria **Pedagogia da Natação**, um programa curricular inovador que nasce do cruzamento entre **ciência, cultura e experiência prática**.

Este projeto pioneiro visa estruturar um **modelo de ensino modular** para a **aquisição de habilidades aquáticas**, respeitando os **princípios da aprendizagem motora** — garantindo que cada habilidade seja ensinada **no momento certo**, de acordo com a **maturidade biológica**, o **nível de desempenho** e as **características individuais** de cada aluno.

Mais do que um currículo técnico, esta pedagogia pretende afirmar uma **identidade educativa própria**, enraizada na visão de que aprender a nadar é também **aprender a conhecer o corpo, o movimento e a água como espaços de crescimento pessoal**.

“Estamos a criar uma pedagogia que reflete quem somos: rigor científico, sensibilidade cultural e respeito pelo ritmo de cada aprendiz.”

— Coordenação Técnica Mastchieve

2. Formação Técnica Internacional: Exposição Profissional para Resignificar

Como parte da construção desta nova abordagem pedagógica, a Mastchieve está a **investir na formação e exposição internacional dos seus profissionais**, promovendo experiências que inspiram reflexão, atualização científica e reinterpretação prática das metodologias de ensino.

2.1. Conferência de Escolas de Natação – Cape Town (Setembro)

Entre os dias **5 e 7 de setembro de 2025**, os técnicos **Jaime Timane** (Coordenador Técnico) e **Emerso Malate** (Monitor de Natação) representaram a Mastchieve na **Conferência Internacional da AFSSA (African Swimming Schools Association)**, realizada em **Cape Town, África do Sul**.

O encontro teve como foco central o **fortalecimento técnico e pedagógico das escolas de natação do continente**, com destaque para o **modelo DALP — Desenvolvimento de Atletas a Longo Prazo**, uma abordagem baseada em evidência científica que orienta o ensino da natação como um **processo progressivo, sustentável e inclusivo**.

Aprendizagem e Metodologia Técnica

O DALP parte do princípio de que o desenvolvimento de um nadador deve respeitar as **etapas naturais de crescimento, maturação e aquisição motora**, assegurando que as **habilidades sejam ensinadas no momento certo**, com objetivos definidos para cada fase.

Durante o evento, os técnicos da Mastchieve participaram em **sessões práticas de treino e workshops técnicos** realizados no ginásio **Virgin Active**, onde observaram:

- **Exercícios de aperfeiçoamento técnico (drills e scaling)** voltados para nadadores em níveis avançados;

- **Sessões de primeiros socorros (CPR) e técnicas básicas de salvamento aquático**, com foco em segurança em ambiente de ensino;
- **Integração dos pais nas aulas para crianças dos 6 meses aos 3 anos**, como forma de promover o envolvimento familiar e ampliar a capacidade de ensino.

Essas práticas reforçaram a importância da **modularidade das aulas**, do **respeito à maturidade biológica**, e da **valorização do vínculo afetivo** no processo de aprendizagem aquática — princípios que estão na base da **Pedagogia da Natação Mastchieve**.

Quadro Visual: Modelo DALP – Desenvolvimento de Atletas a Longo Prazo

Fase	Faixa Etária Indicativa	Objetivo Principal	Ênfase Pedagógica e Técnica
1. Inicia�o Aquática	0–6 anos	Familiariza�o e prazer pela �gua	Adapta�o, flutua�o, equilíbrio e propulsão. Aulas lúdicas e participativas (pais na �gua).
2. Fundamentos Técnicos	7–9 anos	Aprender a nadar corretamente	Introdu�o aos quatro estilos, coordena�o motora e respira�o. Ênfase na técnica, não na velocidade.
3. Desenvolvimento	10–12 anos	Consolidar habilidades e resistência	Aperfeiçoamento dos estilos, noções de viradas e partidas, fortalecimento físico geral.
4. Treino Dirigido	13–15 anos	Introdu�o ao treino sistemático	Foco em resistência, eficiência de movimento e consciência corporal.
5. Especializa�o	16–18 anos	Desenvolvimento competitivo	Estratégias de prova, mentalidade competitiva e treino de alto rendimento.
6. Longevidade e Manuten�o	18	Estilo de vida ativo e saudável	Continuidade da prática, programas Masters e valoriza�o da saúde aquática.

O modelo DALP inspira a Mastchieve a construir uma pedagogia baseada em ciclos de desenvolvimento humano, e não apenas em resultados de desempenho.

Impacto e Perspetiva para a Mastchieve

A conferência proporcionou um espaço de **troca técnica e cultural**, permitindo aos técnicos da Mastchieve refletir sobre a importância de integrar **ciência, prática e contexto local** no processo de ensino.

As aprendizagens recolhidas servirão de base para:

- O **planeamento modular das aulas de nata o** em Moçambique;
- A **estrutura o do currículo pedagógico Mastchieve** com base no DALP;
- A **forma o cont nuada dos instrutores**, valorizando a segurança, a adapta o individual e o prazer pela prática aquática.

“A conferência de Cape Town mostrou-nos que o ensino da natação é um processo de desenvolvimento integral — técnico, motor e humano. É preciso formar nadadores com prazer pela água e respeito pelo seu próprio ritmo.”

— Jaime Timane & Emerso Malate

2.2. Intercâmbio com o Clube Grêmio Náutico União – Porto Alegre (Setembro)

Em setembro, o técnico **Eleutério Malate** participou de uma **troca de experiências profissionais** com o **técnico Mário Leite**, coordenador técnico do **Clube Grêmio Náutico União**, em Porto Alegre – Brasil.

O foco do intercâmbio esteve na **metodologia de ensino e na estrutura do programa técnico** do clube, reconhecido internacionalmente pela consistência e pela longevidade do seu modelo formativo.

Durante a visita, foi possível compreender de forma detalhada como o GNU estrutura o ensino da natação em **segmentos de desenvolvimento técnico progressivo**, desde **bebês de 6 meses até atletas Masters de mais de 100 anos de idade**.

O programa é organizado por **níveis pedagógicos (Baby 1, Baby 2, Iniciantes, Níveis 1 a 4 e Adulto)**, com planos semanais que evoluem conforme a idade, a adaptação ao meio líquido e o domínio técnico.

A principal lição observada foi a forma como o clube **estimula as habilidades certas no momento certo**, respeitando o **ritmo biológico e motor de cada nadador**, o que vai ao encontro da filosofia que a Mastchieve pretende consolidar com a sua **Pedagogia da Natação**.

Além disso, o GNU valoriza o conceito de **“longevidade atlética”**, promovendo a natação como **um estilo de vida**, com programas que incentivam a prática contínua, prazerosa e inclusiva para todas as idades.

“O intercâmbio com o GNU mostrou-nos que ensinar natação é um processo de vida. As habilidades se desenvolvem quando o tempo do corpo é respeitado — e o prazer pelo movimento é cultivado.”

— Eleutério Malate, Técnico Mastchieve

Síntese do Documento “Metodologia da Natação – Clube Grêmio Náutico União”

O material descreve a **estrutura pedagógica completa** do programa do clube, composta por oito níveis:

- **Baby 1 e Baby 2 (6 a 35 meses):** adaptação ao meio líquido, equilíbrio, propulsão e socialização através de jogos e musicalização;
- **Iniciantes e Níveis 1–4 (3 a 10+ anos):** progressão técnica com foco em respiração, flutuação, batimento, viradas e estilos (crawl, costas, peito e borboleta);
- **Adultos (12+ anos):** metodologia adaptada ao nível e objetivo, promovendo iniciação, aperfeiçoamento e condicionamento, individual ou em grupo.

A estrutura semanal e modular das aulas evidencia um modelo de **aprendizagem contínua e personalizada**, em perfeita sintonia com o que a Mastchieve está a desenvolver no seu próprio currículo aquático.

3. Inauguração da Piscina do Jardim: Um Espaço de Aprendizagem, Parceria e Comunidade

Outubro marcou um momento especial para a Mastchieve com a **inauguração da Piscina do Jardim**, um marco de expansão da sua presença pedagógica e comunitária.

O novo espaço resulta de uma **parceria estratégica com o OSCAR's Club**, um empreendimento de raiz surgido no **bairro do Jardim**, que se distingue pela sua visão inovadora e pela aposta no **desporto como ferramenta de desenvolvimento social e educativo**.

Esta colaboração permitirá **expandir a Pedagogia da Natação Mastchieve** para novos públicos e bairros da capital, criando oportunidades para que mais crianças, jovens e adultos possam **explorar o meio aquático com segurança, ciência e propósito**.

A Piscina do Jardim é, assim, o início de um **modelo descentralizado de aprendizagem aquática**, que levará a filosofia Mastchieve para diferentes comunidades urbanas, onde o espaço é, muitas vezes, um recurso escasso e precioso.

“Os proprietários do OSCAR's Club estão de parabéns pela ousadia de pensar e fazer diferente através do desporto — sobretudo num contexto urbano, onde espaço é ouro.”

A cerimónia de inauguração foi marcada por uma **grande afluência popular**, reunindo **moradores do Jardim e de bairros vizinhos** que participaram nas várias atividades programadas para o dia — aulas abertas, jogos aquáticos e demonstrações técnicas.

O evento contou também com a presença de **representantes da Associação de Natação da Cidade de Maputo** e do **Secretário de Estado do Desporto**, reforçando o reconhecimento institucional da iniciativa.

“Mais do que inaugurar uma piscina, inaugurámos um sonho partilhado — o de transformar o acesso à natação em uma realidade para todos.”

4. Formação de Instrutores de Natação: Estrutura, Propósito e Direção Pedagógica

Aos 9 de Novembro, a Mastchieve realizou a **Formação Técnica de Instrutores de Natação**, uma iniciativa estratégica voltada para a **estruturação da Pedagogia da Natação Mastchieve** e o fortalecimento das competências técnicas e pedagógicas dos seus profissionais e futuros instrutores. O programa teve como **objetivo central** formar educadores aquáticos capazes de **ensinar com base científica, sensibilidade humana e compromisso com a excelência**, consolidando um modelo de ensino que alia **ciência, movimento e emoção**.

Estrutura da Formação

A formação teve caráter **intensivo**, com **módulos teóricos e práticos** baseados na **Pedagogia Mastchieve**, que articula **aprendizagem motora, didática aquática progressiva e segurança emocional** como fundamentos para o desenvolvimento integral do aluno.

Participaram **16 candidatos**, entre **estudantes de Educação Física e Desporto, técnicos residentes da Mastchieve e interessados externos**.

Após uma fase de avaliação técnica e motora — que incluiu o requisito mínimo de nadar 50 metros de forma contínua —, **8 formandos foram selecionados** para o ciclo final, focado em **aperfeiçoamento técnico, didático e pedagógico**.

Eixos Norteadores da Formação

A formação foi desenvolvida a partir de **cinco eixos estruturantes**, que orientam o modelo educativo e pedagógico da Mastchieve:

1. Cultura Mastchieve:

Integração dos valores institucionais — **segurança, inclusão, inovação, autossuperação e excelência** — na prática docente, promovendo uma cultura de confiança e compromisso com o impacto social da natação.

2. Aprendizagem Motora:

Fundamento científico do processo de ensino, explorando conceitos como **plasticidade neural, coordenação motora e comportamento adaptativo**, que sustentam a evolução técnica e a autonomia corporal no meio aquático.

3. Ludicidade e Didática Aquática:

A aprendizagem como um processo de **descoberta e resolução de problemas**, onde o jogo e o desafio motor são usados como estratégias pedagógicas para estimular a **criatividade e o prazer pelo movimento**.

4. Segurança e Afetividade:

Reconhecimento de que **a confiança emocional é o primeiro passo para a segurança física**. O instrutor atua como mediador da confiança, estabelecendo um ambiente empático e seguro que favorece o aprendizado.

5. Prontidão Motora Aquática (PMA):

Princípio que define o momento em que o aluno atinge **segurança, controle e autonomia na água**, tornando-se apto a avançar para fases mais complexas da aprendizagem.

A PMA é o eixo que **consolida o equilíbrio entre técnica, maturidade e autoconfiança**, baseando-se na observação do comportamento motor e no domínio progressivo do corpo no meio líquido.

Propósito Pedagógico

A Formação de Instrutores de Natação reafirma a missão da Mastchieve de **formar educadores aquáticos**, não apenas técnicos.

O foco é preparar profissionais que compreendam a natação como **um processo de desenvolvimento integral**, no qual **a técnica nasce da compreensão do corpo, da mente e da relação afetiva com a água**.

“A pedagogia Mastchieve ensina a nadar com o corpo, a mente e o coração — porque aprender a nadar é aprender a confiar.”

5. Onda de Futuro

A Mastchieve encerra esta edição com a certeza de que **investir na pedagogia, na formação e na partilha internacional** é investir no futuro da educação aquática.

A construção da **Pedagogia da Natação Mastchieve** é um passo histórico — um movimento que alia **ciência, cultura e paixão** para transformar a forma como se aprende e se ensina a nadar.

 *Na Mastchieve, a água é conhecimento, movimento e vida.*