

O que vem da sala de aula

As aulas de Educação Física significam muito mais do que uma simples recreação. Nós, Profissionais de Educação Física, sabemos disso mais do que ninguém. Por meio da apreensão de conhecimentos específicos da disciplina e da prática regular de atividades físicas e esportivas, os alunos desenvolvem competências, capacidades e habilidades, associadas às dimensões afetivas, cognitivas, sociais, psicomotoras, e internaliza valores.

A fim de homenagear os Profissionais de Educação Física que desempenham com tanto esforço e dedicação o ofício de ensinar, dedicamos esse espaço para divulgar trabalhos inovadores e experiências de sucesso nas salas

de aula. A intenção é que esses relatos possam servir de exemplo e inspiração para outros professores, Brasil afora.

Os dois projetos que apresentamos nessa edição, apesar de utilizarem metodologias distintas, têm em comum o desenvolvimento do equilíbrio físico e mental. O primeiro vem de Itapeva, cidade de São Paulo, e trabalhou o equilíbrio através de varias modalidades, como o Stand Up Paddle. O segundo vem do Mato Grosso do Sul, onde os alunos confeccionaram as suas próprias pernas de pau e deram um show de domínio do próprio corpo.



Projeto Equilíbrio

No mundo contemporâneo, a cultura do movimento se expandiu trazendo consciência corporal e uma proposta significativa na construção de um cidadão autônomo e crítico. Desta forma surgiu o projeto “Equilíbrio”, no ano de 2014, com o objetivo de fazer com que os alunos se reconhecessem como seres holísticos dotados de habilidades, competências, sentimentos e emoções. É o que indica a Profissional de Educação Física e autora do projeto, Isabel Lopes Araujo Rezende [CREF-105083- G/SP]. A professora ministrou as aulas para as turmas do 1º, 2º e 9º ano da Escola Estadual Zulmira de Oliveira, localizada na cidade de Itapeva (SP).

Dividido em três etapas, o projeto deu início com a proposta de pesquisa sobre o Stand-Up Paddle (SUP) e suas capacidades físicas e mentais. Por trabalhar em cima de uma superfície móvel (a água), a modalidade exige do praticante, um trabalho de equilíbrio constante. Tanto o iniciante, como o mais experiente devem manter as pernas e o abdômen contraídos para o sustento do equilíbrio, trabalhando todo o corpo, pés, pernas, abdômen, braços. O SUP é um esporte completo, lúdico e que permite um contato com a natureza como poucos, atraindo adeptos de todas as idades, nas mais variadas regiões.

A professora Bell, como é conhecida no colégio, explica que por morarem em uma cidade do interior, aproximadamente a 300 km do litoral, muitos alunos sequer tinham ouvido falar sobre a modalidade. Após o estudo, onde puderam identificar a capacidade física exigida e refletir sobre a necessidade de desenvolvê-la, os alunos partiram para a prática.

Na aula, os estudantes apresentaram a pesquisa ilustrada com imagens do esporte, sendo evidenciado o “equilíbrio”. Para reforço dessa capacidade física, a professora apresentou um vídeo da companhia circense, *Cirque Du Soleil*, que além do equilíbrio, desenvolve a força, união, respeito, concentração, confiança, determinação e organização para a execução e sucesso do grupo.

Após a exibição do vídeo, Isabel propôs a vivência de construção de Pirâmides Humanas em várias formações: em duplas, trios, quartetos, quintetos e em grupos maiores. Para cada etapa prática, a professora reforçava e motivava através de vídeos que serviam de inspiração.



“Na medida em que os estudantes foram se entrosando, desenvolvendo o equilíbrio e a força, foram surgindo figuras inovadoras, trazendo muita riqueza emocional e física, sendo potencializada com o contato físico entre os gêneros e o espírito de equipe”



“Na medida em que os estudantes foram se entrosando, desenvolvendo o equilíbrio e a força, foram surgindo figuras inovadoras, trazendo muita riqueza emocional e física, sendo potencializada com o contato físico entre os gêneros e o espírito de equipe”, explicou a professora.

A atividade tinha como foco desenvolver a habilidade do equilíbrio através do controle emocional e mental, habilidades fundamentais para o aprendizado de outros conteúdos. A empolgação dos alunos foi tanta que o tempo da vivência foi prolongado.

Na última etapa do projeto foi feita uma avaliação dos grupos com apresentações de todos os alunos. Antes disso, a professora exibiu novos vídeos de Festivais de Pirâmides Humanas como inspiração e motivação para essa etapa final. Ao fim do processo, Isabel constatou o quanto os alunos evoluíram na organização, na liderança, na concentração, na confiança, no respeito com colega e, é claro, no equilíbrio para a apresentação final.



Perna de Pau, equilíbrio total

O Projeto “Perna de Pau, equilíbrio total” foi desenvolvido pela Profissional de Educação Física Nair Mittanck Tavares [CREF 004763-G/MS] nas escolas estaduais Dr. Fernando Corrêa da Costa e João Vitorino Marques, ambas localizadas no estado do Mato Grosso do Sul. Participaram do projeto as turmas do 4º e 5º ano, contabilizando cerca de 140 alunos.

Antes de dar início ao projeto, que é uma extensão das aulas de artes circenses - proposta curricular já trabalhada com os alunos, a professora foi em busca de ripas de madeira para produzir as pernas de pau. Em seguida, os pequenos colocaram a mão na massa e confeccionaram, com o auxílio da professora, o seu próprio instrumento.





Durante a primeira aula prática, o medo de cair prevaleceu e, para tranquilizá-los, o percurso sobre as pernas de pau contou com o apoio dos colegas de turma e da professora. Entretanto, em poucos minutos alguns alunos já estavam se equilibrando e andando sozinhos, indica Nair.

O próximo passo do projeto consistiu em levar as pernas de pau para casa, pedir ajuda dos pais na aprendizagem e ensiná-los, bem como aos amigos da redondeza que não sabiam andar. “O propósito foi aproximar os pais de seus filhos, além de fazê-los relembra das atividades tradicionais”, explica a professora Nair.

Após 15 dias de treinamento, os alunos trouxeram as pernas de pau para a aula e foi uma verdadeira festa. Todos os alunos já andavam, corriam e apostavam até corri-

da. O material foi emprestado para os que não puderam comprar, de modo, que todos participaram efetivamente das atividades.

No decorrer do projeto Nair percebeu, com grande satisfação, que os alunos se tornaram mais companheiros, cientes da realidade de que cada indivíduo é diferente, tanto na relação do desenvolvimento das habilidades físicas como das emocionais.

“Impressionou-me muito a cooperação entre eles, auxiliando e encorajando os que tinham maior dificuldade em aprender a se equilibrar nas pernas de pau. O respeito entre eles melhorou muito também. Acredito que eles tenham adquirido a consciência de que é necessário persistir para obter a vitória em qualquer situação cotidiana. Foi muito gratificante ver a alegria e a satisfação deles”, comemora Nair.



Envie sua experiência

Caro Professor de Educação Física, queremos saber sobre suas experiências inusitadas, e bem sucedidas envolvendo seus alunos nas aulas de Educação Física. Se você tem algum projeto cujo desenvolvimento e resultado são interessantes, conte para nós da Revista Educação Física. As histórias mais interessantes serão publicadas nas próximas edições.

Para envio dos relatos, favor mandar e-mail para revistaef@confef.org.br