

REORIENTAÇÃO CURRICULAR

EDUCAÇÃO FÍSICA

Materials Didáticos

REORIENTAÇÃO CURRICULAR - EQUIPE UFRJ

Direção Geral

Prof^ª. Ângela Rocha

Doutora em Matemática – Instituto de Matemática da UFRJ

Coordenação Geral

Prof^ª. Maria Cristina Rigoni Costa

Doutora em Língua Portuguesa – Faculdade de Letras da UFRJ

Coordenação de Educação Física

Prof^ª. Eliete Maria Silva Cardozo

Doutoranda PPGEF-UGF – LIRES-LEL-UGF e Professora da Faculdade de Educação Física - UNISUAM

Professores Orientadores

Prof^ª. Eliete Maria Silva Cardozo

Doutoranda PPGEF-UGF – LIRES-LEL-UGF e Professora da Faculdade de Educação Física - UNISUAM

Prof^º. André Luiz da Costa e Silva

Especialista Atletismo - UERJ e Educação da Pessoa Surda – INES, Professor do Instituto Nacional de Educação de Surdos – INES

Prof^ª Luciana Silva Abdalad

Mestre em Educação Física – LIRES-LEL-UGF e Professora da Faculdade de Educação Física – UNISUAM

Professores Autores

Adélia Queiroz de Souza

Adriane Barros Taranto

Alessandro Jesus Carmo

Aliciano Brum Claro

Ana Lúcia Costa de Moraes

C. E. Frei Tomás

C. E. Guanabara e Escola Estadual Pau d'Alho

C. E. Prof^ª Alda Bernardo dos Santos Tavares

C. E. Rui Guimarães de Almeida

C.E. Dom Pedro I

Asaki Kuichi	C. E. Desen. José Augusto Coelho da Rocha Jr.
Denise Geledan Leal	C. E. Almirante Tamandaré
Dinivaldo Bispo dos Santos	CIEP 146 Professor Cordelino Teixeira Paulo
Edna Lúcia de Oliveira Silva	C. E. Rio Grande do Norte
Eneida Calveli da Silva	C. E. Rio Grande do Sul
Ewaldo Carlos Barbosa	C. E. Augusto Cesário Díaz André
Gislene Amaro de Albuquerque	Nova Iguaçu Ciep 210 Maria Alves de Souza Vieira
Gonçalina dos Santos	E. E. Admardo Alves Torres
Iovanda Azeredo da Silva	C. E. José do Patrocínio
João Paulo Moreira Nascimento	
Ludmila Alves Cardoso	C. E. José Cardoso de Moraes
Luis Cláudio de Moraes Carraro	E. E. Parque Amorim
Maria Alzira Zaniboni da Silva	E. E. Lobo Viana
Maria C.F. C. Barcellos	C.E. Duque de Caxias
Maria Cristina de Souza Ramos	CIEP 469 Anaíde de Panaro Caldas
Maria de Lourdes Moraes Lima	C. E. Elvídio Costa
Maria Rosa Rodrigues Neves	C. E. Rio Grande do Sul
Mario Marques Abreu	C. E. Teotônio Brandão Vilela
Mary Lucy de Miranda Hage	C.E. Duque de Caxias
Monique dos Pinheiros	C. E. Dr. Barros Barreto
Nilton Dias Pereira	C. E. Alm. Barão de Teffé
Regina Célia Pontes Rangel Feres	C. E. José do Patrocínio
Reginaldo José Taucei	C. E. Fagundes Varela
Rita de Cássia V. Carnevale	C. E. Nilo Peçanha
Rogério Barbosa do Nascimento	C. E. Alm. Barão de Teffé
Sandra Lucia Coitinho Ferreira	C. E. Nilo Peçanha
Simone Cristina C. de Souza	C.E.Alice Pccini Gello
Sostiane Cléa Lima Fonseca	C. E. Dom Pedro I
Teresa Vasconcellos Appolinário	
Valmir Oicai Fialho	C. E. Alm. Barão de Teffé
Wanderlea Albertina Faria	E. E. Coronel José Antônio Teixeira

Prezados (as) Professores (as)

Visando promover a melhoria da qualidade do ensino, a Secretaria de Estado de Educação do Rio de Janeiro realizou, ao longo de 2005, em parceria com a UFRJ, curso para os professores docentes de diferentes disciplinas onde foram apropriados os conceitos e diretrizes propostos na Reorientação Curricular. A partir de subsídios teóricos, os professores produziram materiais de práticas pedagógicas para, utilização em sala de aula que integram este fascículo.

O produto elaborado pelos próprios professores da Rede consiste em materiais orientadores para que cada disciplina possa trabalhar a nova proposta curricular, no dia a dia da sala de aula. Pode ser considerado um roteiro com sugestões para que os professores regentes, de todas as escolas, possam trabalhar a sua disciplina com os diferentes recursos disponibilizados na escola. O material produzido representa a consolidação da proposta de Reorientação Curricular, amadurecida durante dois anos (2004-2005), na perspectiva da relação teoria-prática.

Cabe ressaltar que a Reorientação Curricular é uma proposta que ganha contornos diferentes face à contextualização de cada escola. Assim apresentamos, nestes volumes, sugestões que serão redimensionadas de acordo com os valores e práticas de cada docente.

Esta ação objetiva propiciar a implementação de um currículo que, em sintonia com as novas demandas sociais, busque o enfrentamento da complexidade que caracteriza este novo século. Nesta perspectiva, é necessário envolver toda escola no importante trabalho de construção de práticas pedagógicas voltadas para a formação de alunos cidadãos, comprometidos com a ordem democrática.

Certos de que cada um imprimirá a sua marca pessoal, esperamos estar contribuindo para que os docentes busquem novos horizontes e consolidem novos saberes e expressamos os agradecimentos da SEE/RJ aos professores da rede pública estadual de ensino do Rio de Janeiro e a todo corpo docente da UFRJ envolvidos neste projeto.

Claudio Mendonça

Secretário de Estado de Educação

SUMÁRIO

15 APRESENTAÇÃO

17 Ensino Fundamental

19 Iniciação ao handebol através do jogo lúdico

Asaki Kiuchi

22 Jogos pré-desportivos

Maria de Lourdes Moraes Lima

24 Atividade de fundamentação do handebol – arremesso

Maria Cristina de Souza Ramos

26 Futebol – jogo dos dez passes

João Paulo Moreira Nascimento

28 Esportes com bola

Gislene Amaro de Albuquerque

31 Futsal em duplas

Luís Cláudio de Moraes Carraro

33 Atletismo – salto em distância

Maria Alzira Zaniboni Machado da Silva

35 Jogos lúdicos

Ewaldo Carlos Barbosa

- 37 Iniciação ao handebol**
Wanderléa Albertina Faria
- 39 Iniciação ao voleibol**
Maria C F C Barcellos
- 41 Transformação do jogo de handebol**
Ana Lucia Costa Moraes, Sostiane Cléa Lima Fonseca
- 44 Quiquebol**
Rita de Cássia Vicente Carnevale
- 46 Atividade de fundamentação do futsal – chute**
Nilton Dias Pereira
- 48 Esportes com bola – iniciação ao passe**
Mario Marques Abreu
- 50 Handebol**
Eneida Calvelli da Silva
- 52 Iniciação ao atletismo através do jogo lúdico**
Mary Lucy de Miranda Hage
- 55 Transformação do jogo de rugby**
Alessandro Jesus Carmo
- 58 Recreação**
Gonçalina dos Santos
- 60 Jogos populares**
Adriane Barros Taranto
- 63 Ensino Médio**
- 65 Modalidades esportivas**
Ludmila Alves Cardoso

- 67** **Ginásticas de academia**
Sandra Lúcia Coitinho Ferreira
- 69** **Dança lúdica**
Simone Cristina Coffaro de Souza
- 72** **Streetball**
Dinivaldo Bispo dos Santos
- 74** **Jogos lúdicos**
Maria Rosa Rodrigues Nery
- 77** **Basquete — sistema de marcação 2x3**
Aliciano Brum Claro
- 79** **Noções de treinamento desportivo**
Valmir Orcai Fialho
- 81** **Organização de torneios**
Rogério Barbosa do Nascimento
- 83** **Caminhada ecológica**
Reginaldo Jose Taucei
- 86** **RESUMO DO DOCUMENTO DE REORIENTAÇÃO CURRICULAR DE
EDUCAÇÃO FÍSICA**

APRESENTAÇÃO

O Curso de Atualização de Professores Regentes de Educação Física do Programa Sucesso Escolar 2005 aconteceu em dois pólos do Estado do Rio de Janeiro: no campus da Ilha do Fundão da Universidade Federal do Rio de Janeiro e no município de Campos dos Goytacazes. O curso teve como objetivo reconhecer e trabalhar temas importantes para o nível de escolaridade em que o professor atua, contribuindo para seu avanço conceitual e didático. Buscamos, junto com os professores, estratégias para melhorar a qualidade de suas aulas, levando-os a conhecer de forma mais profunda o documento de Reorientação Curricular. No final do curso cada participante foi a campo colocar em prática os conhecimentos adquiridos ao longo dos nossos encontros, retornando com o relato de sua experiência.

Essa prática pedagógica ocorreu a partir da elaboração de um plano de aula, fundamentado nos princípios do documento da Reorientação Curricular de 2004. Os professores ministraram as aulas planejadas em suas respectivas escolas e, em seguida, relataram as suas experiências. No relato da experiência, constam o tema e o subtema da aula, a atividade, uma breve introdução, os objetivos, o desenvolvimento da aula e, por fim, uma análise crítica focada na possibilidade ou não de se colocar em prática a proposta de Reorientação Curricular de Educação Física.

Apesar de termos feito a tentativa de seguir a um padrão de formatação e uma unidade no desenvolvimento dos encontros, é preciso levar em consideração que os trabalhos apresentados expressam reflexões com uma ampla diversidade de olhares pedagógicos, influenciados pelos contextos culturais de cada participante.

Os professores mostraram-se receptivos em relação ao documento de Reorientação Curricular. Alguns buscavam conhecer os seus parceiros ou compartilhar a prática que já vinham desenvolvendo fundamentada na Reorientação Curricular, alguns procuravam aprofundar o conhecimento para desenvolver suas práticas a partir desses princípios, e outros foram conhecer a proposta para enriquecer suas práticas pedagógicas.

Por intermédio dos relatos das experiências, constatamos que o documento de Reorientação Curricular encontra-se adequado para o contexto da Rede Estadual de Educação do Rio de Janeiro. Convidamos, portanto, os leitores a viajarem pelo cotidiano das aulas de Educação Física do nosso Estado, passando por São Fidélis, Itaocara, Campos dos Goytacazes, Santo Antônio de Pádua, Rio Claro, São Pedro da Aldeia, Magé, Volta Redonda, São Gonçalo, Ilha do Governador, Tijuca e muitas outras localidades.

Eliete Maria Silva Cardozo

André Luiz da Costa e Silva

Luciana Silva Abdalad

EDUCAÇÃO FÍSICA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Ensino Fundamental

Janeiro de 2006

RELATO DE EXPERIÊNCIA 1

Colégio

Desembargador José Augusto Coelho da Rocha Júnior

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

35

Tema

Atividade de fundamentação do esporte – Iniciação desportiva do handebol através do jogo lúdico

Competências e habilidades

habilidades desportivas, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidade de deslocamento, habilidades perceptivas

Atividade

queimado

INTRODUÇÃO

O *handebol* de salão surgiu em 1924, na Suécia, onde o rigoroso inverno impedia os adeptos do desporto a praticá-lo em campo aberto. Os suecos adaptaram o desporto para quadras, reduzindo o número de jogadores para sete elementos.

O handebol é um desporto atraente pela maneira de jogar e faz com que as pessoas sintam prazer em praticá-lo. É jogado com as mãos e permite ao aluno o desenvolvimento do manejo de bola e de potencialidades como a velocidade, a força, a agilidade e a destreza.

Observo que o jogo lúdico e a brincadeira são fundamentais para o planejamento da iniciação do handebol. Por exemplo, no jogo de queimado, a criança aprende a interagir com as diferenças individuais, busca a alegria e a motivação, desenvolve as habilidades motoras, intelectuais, sociais e deslocamento, possibilitando alcançar os fundamentos do handebol.

Assim, a iniciação desportiva do handebol, vivenciada através da ludicidade, vem despertando interesse no desenvolvimento da prática esportiva, pois atende às necessidades de diferentes grupos.

OBJETIVOS

- Executar os movimentos básicos fundamentais, em diferentes situações, combinando-os de forma coordenada.
- Identificar as suas próprias limitações e realizações diante das situações problemáticas ocorridas durante a aula.

DESENVOLVIMENTO

A atividade foi realizada na quadra de esportes, utilizando as marcações do handebol.

A turma foi dividida em duas equipes, A e B. Os alunos “queimados” ocupariam o espaço atrás da equipe A. De lá, só poderiam sair caso a bola chegasse às suas mãos e conseguissem acertar um jogador da equipe A. O mesmo deveria ocorrer com a outra equipe.

O vencedor seria aquele que conseguisse queimar todos os jogadores da outra equipe.

Variações:

- não arremessar com as duas mãos;
- arremessar em suspensão, podendo invadir a quadra adversária;
- respeitar o espaço do jogo.

Além dessas variações, os alunos foram criando novas regras, à medida que iam dominando o jogo. Isso tornou a aula mais dinâmica.

RESULTADO

Observei um envolvimento muito grande dos alunos, demonstrando alegria a todo o instante, principalmente quando o adversário era queimado. Houve maior integração entre os alunos, o que possibilitou melhor desempenho e o alcance dos objetivos propostos.

ANÁLISE CRÍTICA

Observo que a Reorientação Curricular apresenta o jogo e a ludicidade como princípios metodológicos e atende às necessidades do meu grupo. Os caminhos oferecidos são muito positivos: além de desenvolver o fator coletivo, incentiva a criatividade, ponto de maior importância na iniciação do handebol. Favorece, também, o aprimoramento dos fundamentos, com as várias situações criadas.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 2

Escola

CE Elvidei Costa – São Fidélis

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Atividades de fundamentação do esporte – jogos pré-desportivos

Competências e habilidades

habilidades perceptivas, habilidades intelectuais, habilidades sociais, habilidades de deslocamento, habilidades desportivas

Atividade

caça-caçador

INTRODUÇÃO

O trabalho com jogos pré-desportivos, além de lúdico, apresenta outras tantas interessantes possibilidades, como, por exemplo, abordar o jogo desportivo sem caracterizá-lo, o que faz desenvolver muito mais flexibilidade.

OBJETIVO

Participar dos jogos pré-desportivos, percebendo as suas semelhanças com os jogos desportivos.

DESENVOLVIMENTO

A aula foi iniciada com uma apresentação oral do jogo proposto, seguida de uma brincadeira de *pique-corrente*.

Nessa parte da aula fizemos um jogo pré-desportivo chamado *caça-caçador* – A turma foi dividida em dois grupos: um deveria ficar dentro da quadra de voleibol e o outro do lado de fora; o de fora deveria queimar o maior número possível de adversários durante um tempo pré-determinado. Seria vencedora a equipe que queimasse o maior número de adversários dentro do tempo determinado. Se a equipe que estava dentro da quadra conseguisse a posse de bola, poderia optar por jogá-la o mais longe possível a fim de ganhar tempo.

Finalizando a aula, fizemos uma outra brincadeira, bastante comum à cultura popular, conhecida como *telefone sem fio*.

RESULTADO

A aula decorreu de forma vibrante, o aquecimento e a parte principal foram bastante animados e a participação bastante interessada, gerando a necessidade de uma atividade de volta à calma. Os objetivos foram plenamente contemplados.

ANÁLISE CRÍTICA

Seguindo os princípios do jogo e da ludicidade para a faixa etária do grupo, os objetivos da aula foram alcançados com facilidade.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 3

Escola

CIEP 469 Anaí de Panaro Caldas – Santo Antonio de Pádua

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

35

Tema

Atividade de fundamentação do handebol – arremesso

Competências e habilidades

habilidades perceptivas, habilidades intelectuais, habilidades sociais, habilidades de deslocamento, habilidades desportivas

Atividade

queimado com rede

INTRODUÇÃO

Apresentamos nesta aula uma variação do jogo de *queimado*, acrescentando mais um elemento de dificuldade: a rede. Dessa forma, obrigamos o estudante a saltar no momento do arremesso, preparando movimentos que, mais tarde, serão utilizados em modalidades desportivas.

OBJETIVOS

- Socializar-se com seus colegas, integrando-se nos diversos grupos sem quaisquer formas de discriminação.
- Executar o arremesso de forma lúdica, percebendo sua transposição para outros esportes.

DESENVOLVIMENTO

Apresentamos o jogo proposto comparando-o com o jogo sem rede e combinamos as regras a serem respeitadas.

Começamos nossa movimentação dividindo a turma em dois grupos e fazendo um *pique polícia e ladrão*. Continuando com o grupo dividido em dois, cada um do seu lado da rede, começamos o jogo com as regras estabelecidas.

Finalizando, agrupamos a turma em duplas. Com todos de olhos fechados, cada aluno tentou reconhecer o companheiro somente tocando-lhe o rosto.

RESULTADO

A princípio, houve resistência, pois o jogo de queimado está muito enraizado em nossa cultura escolar, mas, no decorrer da prática, o grupo começou a descobrir novas possibilidades e participou com bastante interesse, o que facilitou o alcance dos objetivos propostos.

ANÁLISE CRÍTICA

A inclusão de um elemento novo em uma atividade já de muito estabelecida sempre apresenta alguma dificuldade, mas, passado o momento inicial, a atividade aconteceu de forma bem interessante. Percebe-se a dificuldade em tocar o sexo oposto, mesmo que seja um simples toque no rosto. Acreditamos que a mesma dificuldade estaria presente se a proposta fosse para tocar pessoas do mesmo sexo, principalmente por parte do grupo masculino.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 4

Colégio

Ciep 148

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

30

Tema

Futebol

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades motoras, habilidades perceptivas, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidades afetivas

Atividade

Jogo dos dez passes

INTRODUÇÃO

O desporto coletivo dentro das aulas de educação física caracteriza-se por ser um dos mais eficientes recursos no processo ensino-aprendizagem do movimento. O indivíduo é submetido a estímulos que, bem aplicados e bem conduzidos, tendem a desenvolver noções importantes sobre a relação dialética *aluno x si próprio* e/ou *aluno x meio social* em que vive.

O *jogo dos dez passes* foi escolhido pelo fato do passe, dentro dos desportos coletivos em geral, ser considerado o mais importante fundamento, porque viabiliza a participação dos integrantes de uma equipe na condição de peças fundamentais, com iguais condições de colaboração.

OBJETIVO

Participar do jogo de dez passes para desenvolver a coordenação óculo-pedal.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

A turma foi dividida em três grupos de 10, identificados com coletes nas cores azul, amarelo e branco, numerados de 1 a 10.

O espaço físico consistiu num gramado plano, com a dimensão oficial de um campo de futebol profissional (120m x 90m).

O aluno mais novo de cada equipe foi escolhido como representante da equipe. Através de um sorteio, definiu-se a equipe que teria a posse inicial da bola.

A pontuação se daria pela passagem da bola por toda a equipe, respeitando a ordem numérica de 1 a 10, sem interrupções das equipes adversárias, que poderiam tentar tirar a bola por meio de recursos previstos na regra do futebol.

RESULTADOS

Ao término da aula observei que as expectativas haviam sido atendidas, considerando-se que:

- mais de 75% dos passes foram efetuados de forma tecnicamente correta;
- a atividade foi desenvolvida de forma lúdica, apesar do jogo ser baseado no futebol, que é norteado por regras rígidas.

ANÁLISE CRÍTICA

A atividade transcorreu de forma prazerosa e o fato do jogo ter sido desenvolvido de forma lúdica mostrou a possibilidade da aplicação da Reorientação Curricular no cotidiano das nossas aulas de educação física.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 5

Colégio

CIEP 210 Maria Alves de Souza Vieira.

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Esportes com bola

Competências e habilidades trabalhadas

habilidades desportivas, capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades intelectuais

Atividades

pique-correntinha, criação de um jogo, queimadobol, manejada, rolandobol, alongamento

INTRODUÇÃO

Os esportes com bola são atividades bastante conhecidas e realizadas há muito tempo no âmbito da Educação Física. Mesmo sofrendo variações, esses esportes não perdem suas características principais: o trabalho de algumas habilidades, como a agilidade e o equilíbrio, juntamente com aspectos afetivos e de relacionamento. A atividade proposta foi a criação de um jogo, que permite a valorização do imaginário, deixando os alunos livres para criarem.

Essas atividades com bola são de extrema importância por desenvolverem a prática corporal, por auxiliarem o aprendizado dos esportes tradicionais, como o futebol, o vôlei, o handebol etc., e, principalmente, por estimularem a participação dos alunos. Dentro da atividade de criar um jogo com a bola, as diversas tornaram-se prazerosas e lúdicas, despertando sentimentos de alegria e satisfação. Vale ressaltar que a prática dos esportes com bola possibilita o desenvolvimento de valores sociais e afetivos, como o respeito mútuo e o trabalho em grupo.

OBJETIVOS

· Compreender os movimentos básicos do futebol, do voleibol, do handebol e do basquetebol para desenvolver habilidades motoras.

- Despertar o poder imaginário e lúdico na criação do jogo, para que o desenvolvimento cognitivo e o poder de abstração sejam trabalhados dentro de um processo completo de aprendizagem.
- Respeitar as idéias do companheiro, para que aprendam a lidar com as diferenças.
- Adquirir a capacidade de se organizar em grupos e cooperar para o desenvolvimento de aspectos da vida em sociedade.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

1ª parte: aquecimento

Inicialmente, foi proposto um aquecimento com o *pique-correntinha*, quando todos que são colados devem permanecer de mãos dadas para colar o restante.

2ª parte: criação de um jogo

Após explicar aos alunos como o jogo de handebol foi criado, com todas as suas características, pediu-se que cada aluno criasse o seu próprio jogo, com explicações e regras, utilizando a bola. Foram sorteados 3 jogos para serem realizados na prática:

- **queimadobol** - dois grupos ficam de cada lado da quadra e uma bola no meio; quem pegar a bola primeiro tem de tentar queimar alguém do outro grupo, e assim sucessivamente.
- **manejada** - cada grupo escolhe seu líder, que tem de tentar queimar alguém da outra equipe, protegendo a sua.
- **rolandobol** - duas equipes opostas devem conduzir a bola somente com as mãos, até conseguir fazer o gol.

3ª parte: volta à calma

Na volta à calma, foi realizado um alongamento.

RESULTADOS

A primeira impressão da turma não foi muito boa, pois ocorreu uma rejeição da idéia. Percebi que era preguiça de pensar e criar, porque, no dia-a-dia, tanto nas aulas de Educação Física quanto nas outras disciplinas, o aluno não tem o hábito de desenvolver suas próprias idéias e expor sua criatividade. Acredito que essa seja a causa. Mas, na prática, a participação foi efetiva, todos gostaram muito de participar dos jogos que eles mesmos criaram, a aula se deu de uma forma alegre e prazerosa. A criação do jogo despertou o poder imaginário e lúdico dos alunos, que aprenderam a ser cooperativos e a respeitar as diferentes idéias dos colegas. As habilidades motoras básicas foram desenvolvidas de forma satisfatória. Apenas a organização em grupos falhou em alguns momentos, o que não afetou o bom desenvolvimento da aula.

ANÁLISE CRÍTICA

Acredito que, nesta aula, a Proposta de Reorientação Curricular do Estado foi bem sucedida para a 5ª série, pois o tema utilizado, esportes com bola, é bastante enriquecedor na Educação Física, proporcionando ao aluno a vivência de movimentos, a expressão e a criação de valores. Ressalto também as boas características da turma trabalhada, que é composta por um grupo de alunos participativos e interessados em aprender a todo momento, contribuindo para um bom processo ensino-aprendizagem.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 6

Colégio

E.E. Parque Amorim

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

30

Tema

Esporte com bola

Competências e habilidades

habilidades desportivas, capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades intelectuais.

Atividade

futsal em duplas

INTRODUÇÃO

O jogo *futsal* em duplas tem a intenção de levar o entretenimento e gerar respeito mútuo entre os alunos. O princípio metodológico utilizado será a ludicidade, contribuindo para a formação biopsicossocial dos alunos.

OBJETIVOS

- Respeitar as idéias dos colegas, interagindo uns com outros, aumentando, assim, o domínio afetivo.
- Criar formas de utilizar os fundamentos em duplas, aumentando, assim, o embasamento psicomotor.
- Participar do jogo de futsal em duplas para desenvolver o deslocamento de mãos dadas, visando o aprofundamento do equilíbrio dinâmico.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

Após o aquecimento (alongamento, exercícios localizados para preparação prévia à atividade propriamente dita), os alunos se organizaram em duplas, dentro do possível, um menino e uma menina. O jogo foi organizado com as formas e regras parecidas com as do futebol, mas adequando-as. A função de goleiro foi realizada por uma dupla de alunos de mãos dadas, sem a possibilidade de soltá-las nas defesas realizadas. Os alunos deveriam utilizar as suas mãos e pernas, respeitando a lateralidade para realizar as respectivas defesas.

RESULTADOS

Pontos positivos:

A alegria dos alunos foi muito grande, inclusive no próprio deslocamento das duplas. Ficavam constantemente gritando, valendo destacar que essa agitação não prejudicou ou atrapalhou o bom andamento da aula.

Os alunos mostravam uma observância enorme das regras elaboradas, visto que, muitas vezes, os próprios colegas corrigiam as duplas que desvencilhavam as mãos e continuavam jogando.

O lúdico foi visivelmente atingido através da atividade.

Pontos Negativos:

No início, existiram algumas rejeições para formarem as duplas (meninos e meninas): os meninos procuravam ficar com os meninos e as meninas com as meninas. Houve, também, a procura pelas jogadoras mais hábeis.

Os meninos soltavam as mãos das meninas para levarem vantagem nos lances do jogo e, ao serem cobrados pelo ato em si, geralmente culpavam as meninas.

ANÁLISE CRÍTICA

A aula foi baseada na Reorientação Curricular e pude constatar que os objetivos propostos foram alcançados satisfatoriamente, podendo os mesmos serem adaptados às realidades encontradas no dia-a-dia das aulas de Educação Física.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 7

Escola

E.E. Maria Lobo Viana – Conceição de Macabu

Série

5ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

42

Tema

Atletismo

Competências e habilidades

habilidades perceptivas, habilidades intelectuais, habilidades sociais, habilidades de deslocamento, capacidades motoras

Atividade

salto em distância

INTRODUÇÃO

O *salto em distância* é uma atividade que já faz parte da rotina diária de nossos alunos. O trabalho foi dividido em várias atividades buscando torná-lo agradável e colocando alguma técnica nos movimentos já existentes.

OBJETIVOS

- Socializar-se com os colegas integrando-se nos diversos grupos sem qualquer forma de discriminação.
- Participar de atividades práticas de exercícios corporais, compreendendo a importância da coordenação na execução do movimento pretendido.
- Perceber as diferentes possibilidades de execução do movimento a partir da alteração rítmica do mesmo.

DESENVOLVIMENTO

Começamos a aula com o pique cola. Terminado o pique, incentivamos as crianças a correr a vontade num determinado espaço e, ao sinal do professor, formar pequenos círculos, com um número pré-determinado de crianças. A que ficasse de fora executaria uma tarefa a ser determinada pelo grupo.

A primeira atividade específica para o desenvolvimento do salto foi o *saci pererê*. O aluno deveria trocar de perna ao sinal do professor. Passado este primeiro momento, com as crianças andando à vontade dentro de determinado espaço, deveriam executar ao comando do professor: elevação do joelho esquerdo, elevação do joelho direito, elevação do joelho esquerdo e braço direito simultaneamente, elevação do joelho direito e braço esquerdo simultaneamente e elevação dos dois joelhos e os dois braços ao mesmo tempo. Finalizando esta etapa da aula fizemos uma brincadeira para ver quem saltava mais longe. Cada aluno executou três saltos: o primeiro em baixa velocidade, o segundo em velocidade média e o terceiro em alta velocidade.

Finalizando a aula, discutimos com os alunos a importância do ritmo durante a execução do salto, a vinculação do ritmo à coordenação e a influência de ambos na execução do movimento. Após essa conversa, fizemos um alongamento geral com ênfase nos membros inferiores.

RESULTADO

Na segunda metade da aula, a turma estava fisicamente cansada, o que nos levou a uma modificação no planejamento, adequando a atividade à capacidade do grupo. Dessa forma, os objetivos não foram plenamente contemplados.

ANÁLISE CRÍTICA

A aula foi bastante movimentada, os alunos ficaram muito cansados e as atividades foram adaptadas às possibilidades físicas do grupo. Tal fato mostrou um erro de avaliação em relação ao grupo e sua faixa etária.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 8

Colégio

C. E. Augusto Cezário Díaz André

Série

5º série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

37 alunos

Tema

Esporte com bola

Competências e habilidades

motores de deslocamento, motores de estabilização, motores desportivos, habilidades sociais, habilidades afetivas, habilidades intelectuais, habilidades perceptivas

Atividades

- a águia e os pintinhos
- jogo do penetra
- todos têm que jogar
- começando pela última letra

INTRODUÇÃO

Nesta faixa etária, há um grande interesse pelo jogo com bola, em especial o handebol. O interesse por esse jogo se torna mais especial na nossa comunidade, por existir no nosso município uma equipe profissional dessa modalidade esportiva que é muito divulgada.

A partir da sociedade atual, em que os sujeitos possuem características extremamente individualistas, vejo a necessidade da utilização da prática dos jogos lúdicos para estimular a afetividade, a cooperação, a socialização, além do desenvolvimento motor, perceptivo e simbólico.

OBJETIVO

Participar dos jogos desenvolvendo a imaginação, o sentimento de cooperação e afetividade, modificando o olhar sobre o esporte.

DESENVOLVIMENTO

A águia e os pintinhos - Alunos divididos em coluna por um, com as mãos sobre os ombros do colega da frente. O primeiro aluno será a galinha e os outros, os pintinhos. O professor escolhe um outro aluno para ser a águia, que corre livremente. Ao seu comando, a águia tenta pegar o último pintinho, que está no final da coluna, porém é impedido pela galinha e seus pintinhos que, sem desfazerem a coluna, ajudam na segurança.

Jogo do Penetra - A turma foi dividida em dois grupos, devendo cada grupo estar de mãos dadas sobre a linha central da área de jogo e de costas, tendo à frente de cada grupo um aluno. Este, ao ouvir a palavra *bloqueio*, tentará chegar do lado da área pertencente ao seu grupo.

Todos têm que jogar - A turma foi dividida em dois grupos. Em cada linha de fundo da quadra, estará um aluno dentro de um círculo, do lado oposto a seu grupo. Ao sinal do professor, iniciará o jogo, passando a bola a outro de seu grupo; quando esse receber a bola, deverá gritar o número um, e assim sucessivamente até que todos tenham tocado na bola. A equipe ficará liberada para lançar a bola a seu companheiro que se encontra dentro do círculo.

Começando pela última letra - Alunos sentados e dispostos em meio círculo. O professor explica: vamos jogar começando pela última letra. E fala uma palavra, por exemplo, *lápiz*, e aponta um aluno que imediatamente dirá *sapato* (começou pela letra *s*) e aponta para outro que diz *ontem*, e assim por diante.

RESULTADOS

As atividades em que os alunos deveriam ficar unidos pelas mãos foram as que mais apresentaram dificuldades. Diante desse fato, foram realizadas mais atividades que afirmavam a necessidade do trabalho em grupo e então essa resistência foi se quebrando, o que permitiu o alcance do objetivo. Comprovou-se a importância dos jogos lúdicos na criação de uma nova mentalidade, de um novo comportamento para o grupo.

ANÁLISE CRÍTICA

A proposta da Reorientação Curricular é totalmente viável, pois permite adequação tanto da escola quanto da turma. A educação física desenvolvida através do princípio do jogo e da ludicidade poderá contribuir em muito para a quebra dessa irracionalidade, mostrando que o ser humano não é só resultado, também pode desenvolver valores, como respeito, tolerância, solidariedade, valores que constituem alicerces para uma sociedade democrata.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 9

Escola

EE José Antônio Teixeira – Itaocara

Série

6ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Atividade de fundamentação do esporte – iniciação ao handebol

Competências e habilidades

habilidades desportivas, habilidades sociais, habilidades de manipulação, capacidades motoras, capacidades afetivas

Atividades

Jogo dos sete passes

INTRODUÇÃO

Entendemos que abordar a prática do handebol sem partir do jogo formal produzirá atividades mais agradáveis desde o início da unidade, fator que certamente manterá o aluno mais atuante na aula de educação física.

OBJETIVOS

- Perceber a aula de Educação Física como um espaço agradável para todos sem qualquer forma de exclusão social.
- Participar de atividades esportivas de handebol de maneira lúdica.

DESENVOLVIMENTO

Iniciamos com a apresentação da atividade a ser desenvolvida e um aquecimento com *pique* a ser escolhido pela turma.

A turma foi dividida em dois grupos. A atividade teve início com os alunos dispersos na área de jogo, dois alunos disputaram bola ao alto. A equipe que conseguiu a posse de bola passou a trocar sete passes entre si; a cada vez que tal meta foi atingida foi consignado a esta equipe um ponto; cada passe interceptado, a posse de bola mudava de equipe e a contagem de passes recomeçava. A aula terminou com um alongamento geral.

RESULTADO

A turma participou com entusiasmo da atividade e mostrou interesse em aprofundar o que havia sido proposto, aumentando o número de passes a serem trocados. Optou-se pelo *piquete*, o que deu grande movimentação e estimulou a participação de todos desde o início da aula. Percebemos que os alunos mais velhos precisam de trabalhos de alongamento específico, e não somente ao final da aula.

ANÁLISE CRÍTICA

Envolver o aluno na escolha da atividade se mostrou altamente produtivo. O grupo se sente responsável pela dinâmica e não somente um cumpridor de tarefas. O estímulo lançado com o jogo de troca de passes despertou a curiosidade dos alunos, surgindo o questionamento do que viria a seguir.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 10

Colégio

E E Imbaú Municipalizada

Série

6ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

30

Tema

Atividades de fundamentação do esporte – iniciação ao voleibol

Competências e habilidades

habilidades desportivas, capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades intelectuais.

Atividades

peteca, câmbio, volençol

INTRODUÇÃO

Para este tema foi utilizada a iniciação ao voleibol, por ser um esporte de grande aceitação no âmbito escolar.

Os alunos organizaram os seus grupos, discutiram as táticas, estimularam seus parceiros, criaram diferentes situações de jogo e adaptaram as regras para superarem as dificuldades.

OBJETIVOS

- Conhecer sua história, seus fundamentos e regras básicas adaptando-as para superar as dificuldades.
- Valorizar o jogo como um momento de participação e não de rivalidade entre os colegas, respeitando seus limites, habilidades e interesses.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

Aquecimento, repetição de movimentos como saque, recepção, toque, rodízio.

Construção de regras para a formação do mini-voleibol até chegar a um torneio, obedecendo à contagem de pontos.

RESULTADOS

O voleibol proporcionou a todos os jogadores a oportunidade de participarem em todas as possíveis posições, desenvolvendo as habilidades, despertando o interesse, a atenção, a concentração e a cooperação.

ANÁLISE CRÍTICA

O tema voleibol proporcionou aos jogadores a união do grupo na decisão sobre as regras, táticas, cooperação, concentração, desenvolvendo suas habilidades, estimulando seus parceiros e respeitando seus limites e o seu próprio.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 11

Colégio

C. E. Dom Pedro I

Série

6ª série do Ensino Fundamental

Nº de Alunos

40

Tema

Transformação do jogo de handebol

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades motoras, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades afetivas, habilidades intelectuais

Atividade

Bola ao rei

INTRODUÇÃO

O esporte com ênfase na competição, desenvolvido nas aulas de educação física escolar, emerge nas nossas escolas aproximadamente a partir da década de 70, por força das políticas públicas. Durante esse período, a educação física passa a objetivar o esporte de alto nível, ou seja, a competição em que só os melhores se destacam, impossibilitando um trabalho voltado para a prática de atividade física que proporcione a autonomia e melhoria da qualidade de vida dos alunos.

Observamos que essa situação ainda acontece no nosso cotidiano, surgindo assim, a necessidade de modificar essa situação. Procuramos, então, embasar as nossas aulas no princípio metodológico do jogo e da ludicidade, promovendo a transformação do jogo oficial, adaptando-o à realidade do grupo.

O jogo lúdico nessa trajetória cria situações para que o aluno vivencie o jogo, transitando entre o mundo real e o mundo imaginário. Ele vai conquistar a liberdade para organizar a sua atividade,

delimitar seu caminho, distante das regras que são impostas socialmente, e acaba descobrindo a brecha que lhe permite transitar pelo mundo lúdico e retornar ao seu cotidiano.

O trabalho desenvolvido a partir da Reorientação Curricular propicia a inclusão dos alunos nas aulas de educação física, ponto fundamental para nós, educadores da prática corporal do movimento. É importante, no sentido em que os nossos alunos participem das aulas de maneira prazerosa e com motivação, resultando no aumento da auto-estima, na cooperação mútua, no desenvolvimento da sua autonomia, formando um aluno crítico para o exercício pleno de sua cidadania.

OBJETIVO

Participar de um jogo lúdico para despertar a inclusão nas aulas de educação física.

DESENVOLVIMENTO

1º) Alongamento inicial e aquecimento.

2º) Explicação da Atividade - transformar as regras do jogo para participação de todo o grupo.

3º) *Jogo bola ao rei* - Este jogo tem o objetivo de alcançar a meta adversária, ou seja, consegue marcar pontos a equipe que entregou a bola o maior número de vezes ao seu rei:

- A turma foi dividida em duas equipes, sendo um jogador de cada equipe colocado em cada uma das metas adversárias (sendo estes os reis do jogo).
- Os fundamentos do jogo foram baseados nos fundamentos do jogo de handebol, como os passes, lançamentos e dribles.
- A bola não poderia ser arremessada ao rei, e sim entregue em suas mãos.

RESULTADO

Observamos que o trabalho baseado nesta nova proposta de transformação dos jogos promove uma maior participação dos alunos nas atividades, demonstrando sentir prazer e motivação e valorizando o trabalho em equipe. Presenciamos situações em que os conflitos eram resolvidos, possibilitando o alcance do objetivo do jogo, fato que não acontecia anteriormente durante aulas práticas, pois sempre havia alunos que se negavam a participar das aulas.

ANÁLISE CRÍTICA

Verificamos que a aplicação dos princípios do jogo e da ludicidade, fundamentados na Reorientação Curricular (2004), foi de grande valia, atendendo às necessidades do nosso contexto e propiciando a inclusão de alunos que não gostavam de fazer as nossas aulas. Estamos utilizando-a como meio de educá-los para a vida.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 12

Escola

CE Nilo Peçanha – Campos dos Goytacazes

Série

6ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Esportes com bola

Competências e habilidades

capacidades motoras, capacidades afetivas, habilidades de manipulação, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades de deslocamento, habilidades intelectuais, habilidades desportivas

Atividade

Quiquebol

INTRODUÇÃO

Utilizaremos nesta aula um jogo pré-desportivo, apresentando o voleibol de maneira lúdica e gradual.

OBJETIVO

- Participar de um jogo pré-desportivo, compreendendo as semelhanças com o voleibol.
- Cooperar com os colegas auxiliando-os em suas dificuldades.

DESENVOLVIMENTO

Iniciamos a aula apresentando o jogo a ser praticado e dividindo a turma em grupos de seis alunos, que serão dispostos em colunas para um aquecimento com bola.

Nessa parte da aula, propusemos o jogo quiquebol, cujo objetivo é fazer com que a bola quique duas vezes no campo do adversário, sendo lançada por cima da rede, sem condução.

Para encerrar nossa aula, fizemos uma comparação entre o jogo executado na aula e o jogo de voleibol. Em seguida, um alongamento de todas as grandes seções musculares.

RESULTADO

O jogo foi bem aceito e assimilado pelos estudantes, que também mostraram interesse em conhecer os grandes grupos musculares a serem alongados. Algumas discussões aconteceram durante o jogo, porém dentro do limite da normalidade. Podemos afirmar que os objetivos foram atingidos.

ANÁLISE CRÍTICA

O trabalho com bola é sempre agradável, fato que estimula o aluno a participar. Existe a necessidade de mais oportunidades de promoção de atividades de cooperação, para que os alunos desenvolvam todo o seu potencial de trabalho em grupo. Deveria ter acontecido um planejamento conjunto com o professor de Ciências, para um melhor desenvolvimento das questões relativas ao corpo humano.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 13

Escola

CE Almirante Barão de Teffé – Santo Antônio de Pádua

Série

7ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Atividades de fundamentação do futsal – o chute

Competências e habilidades: habilidades sociais, habilidades de deslocamento, habilidades intelectuais, habilidades perceptivas, habilidades desportivas, capacidades motoras, capacidades perceptivas

Atividade

boliche com os pés

INTRODUÇÃO

Nesta aula, priorizamos o jogo em sua vertente lúdica, sem ignorar que o mesmo é para nós uma ferramenta valiosa para desenvolver o esporte e as relações sociais.

OBJETIVOS

- Executar os fundamentos do chute sem vincular a nenhum esporte específico.
- Participar da aula, compreendendo-a como uma possibilidade de lazer a ser repetida em outras ocasiões.

DESENVOLVIMENTO

A aula foi iniciada com a apresentação do jogo a ser desenvolvido. Feita a apresentação do jogo procedemos a um aquecimento com movimentação circular das articulações de ombro e quadril.

A seguir, executamos o boliche com os pés: duas equipes em fila atrás da linha de fundos da quadra de voleibol. Colocam-se quatro cones distribuídos em distâncias iguais em cada linha de fundo. Os alunos devem ficar obrigatoriamente atrás da linha dos cones, cada equipe com uma bola. Essa bola deverá ser chutada em direção aos cones da equipe adversária na tentativa de derrubá-los. A equipe que conseguir derrubar todos os cones será declarada vencedora.

Finalizamos com uma atividade de alongamento de todo o corpo, com ênfase nos membros inferiores.

RESULTADO

A atividade foi muito bem recebida e continuou durante o horário do recreio, sendo incorporada ao repertório dos alunos. Não houve muito entusiasmo durante o aquecimento, o que resultou em pouca movimentação por parte dos alunos nessa fase da aula.

ANÁLISE CRÍTICA

Fazer do jogo de boliche um pré-desportivo para o futebol funcionou bem, principalmente por seu componente lúdico. A parte de aquecimento poderia ter sido mais lúdica, talvez com uma brincadeira.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 14

Escola

CE Teotônio Brandão Vilela - Itaocara

Série

7ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Esportes com bola — iniciação ao passe

Competências e habilidades

habilidades sociais, habilidades de deslocamento, habilidades intelectuais, habilidades perceptivas, habilidades desportivas, habilidades de manipulação, capacidades motoras, capacidades afetivas

Atividades

Jogo Americano

INTRODUÇÃO

Procuramos, nesta aula, priorizar a ludicidade, incorporar princípios éticos, no tocante à atenção a regras sociais, à Educação Física, além de desenvolver o lançamento. Tentaremos alcançar nosso objetivo através de um jogo pré-desportivo conforme descrito a seguir.

OBJETIVO

Executar os fundamentos do passe e da recepção sem vincular a nenhum esporte específico.

DESENVOLVIMENTO

1ª parte: a aula foi iniciada com a apresentação do *jogo americano* e, em seguida, um *pique* a ser escolhido pela turma.

2ª parte: fizemos, nesta segunda parte, o seguinte jogo: duas equipes, uma dentro da quadra (A) e outra em coluna fora da quadra(B). Cinco arcos posicionados ao redor da quadra.

Regra – somente os alunos de dentro da quadra (A) podem tocar a bola. Dentro do arco não pode queimar. Os alunos não podem “furar” a ordem da coluna, por exemplo: se o primeiro aluno entrou no primeiro arco, o segundo não poderá ultrapassá-lo, devendo esperá-lo sair do arco.

Objetivo do jogo – a equipe de fora da quadra deve contornar toda a quadra, e a equipe de dentro deve tentar queimar a equipe que contorna a quadra. Quem for queimado passa para equipe de dentro da quadra.

3ª parte: após o jogo americano, a turma optou por brincar de pique corrente.

4ª parte: finalizamos a aula fazendo um relaxamento com música suave.

RESULTADO

O grupo foi muito bem no desenvolvimento de toda a aula, com boa participação em suas três fases. Merece destaque a parte de relaxamento, que recebeu dos alunos muitos elogios e referência como novidade agradável.

ANÁLISE CRÍTICA

A combinação da brincadeira, do jogo e do relaxamento foi altamente eficaz. Baseados no exposto pelo grupo, as atividades de relaxamento devem acontecer com mais frequência. No começo da parte principal, houve um pouco de dificuldade para assimilar o jogo e algumas movimentações não aconteceram como deveriam, o que foi corrigido em seguida.

RELATÓRIO DE EXPERIÊNCIA 15

Colégio

Estadual Rio Grande do Sul – Volta Redonda - RJ

Série

7ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

30

Tema

Esporte com bola

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades desportivas, habilidades afetivas

Atividade

Arremesso em suspensão

INTRODUÇÃO

Dando continuidade ao trabalho desenvolvido nas séries anteriores com o desporto handebol, volto a aplicá-lo para aprimorar as habilidades existentes e inserir o arremesso em suspensão.

O handebol é um desporto motivante, já que os alunos que não possuem grandes habilidades conseguem praticá-lo com bastante prazer.

As aulas de educação física, além de proporcionar enriquecimentos das habilidades corporais, capacidades motoras, a todo momento estamos trabalhando a afetividade, a cooperação, a inclusão e procurando minimizar os preconceitos, pois as características do grupo solicitam o desenvolvimento desses valores.

A turma é bastante participativa, com alguns casos isolados de alunos desinteressados. A maior dificuldade é quanto ao relacionamento do grupo, pois estão sempre se agredindo verbalmente, são impacientes e quase não há cooperação entre eles.

OBJETIVO

Praticar o arremesso em suspensão e inseri-lo no jogo de handebol.

DESENVOLVIMENTO

- Questionar os alunos sobre o arremesso em suspensão.
- Propor para que demonstrem o que entenderam.
- Citar alunos que conseguiram demonstrar com mais eficiência o movimento.
- Lembrar que cada jogador só pode dar três passos com a bola na mão.
- Colocar três arcos para que façam o gesto sem a bola.
- Falar sobre a queda dentro da área.
- Após o treino inicial, os alunos deverão praticar o arremesso em suspensão durante o jogo de Handebol.

RESULTADOS

As meninas tiveram dificuldade em praticá-lo no decorrer do jogo, já os meninos demonstraram algum domínio no arremesso em suspensão.

Os alunos se auto-avaliaram quanto a sua participação e interesse na aula.

Quanto ao relacionamento e à agressão verbal, sempre interfere e propus que a todo instante que ocorresse uma agressão, o aluno agressor falaria palavras agradáveis e amáveis para o colega agredido.

Durante a partida, houve um aluno excluído do jogo, já que a bola sequer chegava a suas mãos. Desta maneira, propus que a bola só poderia ser arremessada ao gol após todos os alunos tocarem na mesma. Então o aluno pode mostrar seu potencial e até foi elogiado por todos no momento final da aula.

Falamos sobre a importância de darmos oportunidades a todos sem distinção, sobre o espírito de equipe e a cooperação de todos para atingirmos objetivos.

ANÁLISE CRÍTICA

O objetivo da aula foi atingido quanto ao prazer do jogo em si, de acordo com a Reorientação Curricular. Embora a cooperação não tenha sido de imediato, após várias intervenções consegui reverter a situação. Observei que, se continuar seguindo esse caminho metodológico, posso conseguir mais resultados positivos.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 16

Colégio

Colégio Estadual Duque de Caxias.

Série

7ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Atletismo

Competências e habilidades

habilidades de deslocamento, capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades intelectuais

Atividades

aquecimento e formação corporal, corrida de revezamento, volta à calma

INTRODUÇÃO

O atletismo é uma unidade dentro da Educação Física, que visa desenvolver as capacidades físicas, cognitivas e afetivas do aluno, com a finalidade de promover o desenvolvimento harmônico do mesmo.

A corrida, como atividade lúdica, exerce grande atrativo para os alunos, gerando socialização e canalizando a agressividade para o mundo do imaginário, solucionando conflitos e animosidades.

OBJETIVOS

- Executar a corrida com grande velocidade, compreendendo as regras básicas do revezamento.

- Compreender o estilo pessoal de cada um, respeitando a si e ao outro, quanto ao desempenho, interesse e habilidade.
- Aceitar a disputa como elemento da competição e não como uma atitude de rivalidade, adotando uma postura de respeito, dignidade e solidariedade com os outros.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

1ª Parte: Aquecimento e formação corporal

- Cão, gato e rato:

Alunos em círculo, de mãos dadas. Três alunos são escolhidos para serem o cão, o gato e o rato. O gato persegue o rato e foge do cão; o rato persegue o cão e foge do gato. Os alunos do círculo não prestam nenhuma ajuda. A corrida deverá ser feita nas imediações do círculo(dentro e fora) e, quando alguém for pego, escolhe-se outra trinca.

- Revezamento de corrida normal:

Turma dividida em colunas. Ao sinal do professor, o primeiro de cada coluna correrá completando o percurso de ida e volta, posicionando-se no final de sua coluna.

- Alongamento do tronco e da coxa:

Em dupla, aluno A com o tronco flexionado, apóia-se nos quadris do aluno B, que estará em pé com as pernas afastadas e braços apoiados nas costas do aluno A. O aluno B forçará as costas de A para frente. Cada aluno realizará dez movimentos.

Ainda em dupla, o aluno A apóia a perna em B, que estará de frente abaixado. Ficam ambos de mãos dadas. O aluno B se eleva lentamente, até ficar de pé, para, em seguida abaixar-se. Troca-se a perna.

2ª Parte: Corrida de revezamento:

Turma dividida em grupos de quatro alunos. Cada um correrá em volta da quadra, fazendo a passagem do bastão corretamente, sem delimitar a área da passagem.

3ª Parte: Volta à calma

- Alunos em círculo:

Um aluno ficará no centro com os olhos vendados. O professor fará com que ele gire em torno de si mesmo. Aponta para um colega, que o chama pelo nome, sem modificar a voz, para que este o identifique. Caso reconheça a voz, troca de posição com o outro aluno.

RESULTADOS

Os alunos participaram ativamente da aula e os objetivos foram totalmente alcançados, pois todos os alunos demonstraram grande interesse em executar todas as atividades propostas.

ANÁLISE CRÍTICA

Dentro da proposta de Reorientação Curricular, encontrei grande base nas atividades lúdicas aplicadas na aula, pois houve participação integral da turma.

A vivência coletiva e cooperativa atraiu fortemente os alunos, incentivando-os para as atividades.

Os alunos ficaram entusiasmados com a aula “diferente”, pois estavam acostumados a repetirem sempre os padrões de jogos nas aulas.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 17

Colégio

C.E. Profª Alda Bernardo dos Santos Tavares

Série

7ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Esportes com Bolas

Competências e habilidades

habilidades motoras (motores de manipulação, motores desportivas e capacidades motoras), habilidades sociais, habilidades afetivas, habilidades intelectuais, habilidades simbólicas

Atividade

Transformação do jogo de rugby

INTRODUÇÃO

Em vários momentos da prática docente, deparamo-nos com a necessidade de modificarmos situações preestabelecidas, principalmente o esporte que circula em diferentes espaços da mídia. Esse é um exercício para nós, professores, uma vez que pensamos nas condições de aula, salientando as habilidades e competências que os discentes possuem e/ou necessitam possuir. E esse caminho nos leva à criatividade, ponto apresentado na Reorientação Curricular.

Sendo assim, os profissionais de educação que vislumbram para os alunos níveis mais elevados de cognição devem explorar o campo da criatividade, visto que esse exercício potencializará diversos outros aspectos, como a autoconfiança, a tomada de decisão, a busca pela diferenciação, o poder de superação e o gosto pela pesquisa, entre outros. A vivência em práticas inovadoras estimula o processo de ensino e aprendizagem, permitindo que desafios e realizações sejam alcançados.

No âmbito escolar, os discentes desejam e precisam utilizar a criatividade para transformar situações. Assim, tomam iniciativas, quebram paradigmas, modificam rotinas, conhecem a ousadia.

OBJETIVO

Criar e transformar um jogo para desenvolver a criatividade.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

Foi proposto aos alunos que se dividissem em grupos de quatro a seis componentes, para desenvolver a criação ou transformação de um jogo, obedecendo aos seguintes critérios:

- Procurar originalidade na criação do jogo, que deveria ter caráter inédito ou ser baseado em algum jogo já existente.
- Atribuir um nome ao jogo.
- Estabelecer as regras.
- Definir o local de execução e os materiais utilizados.

A tarefa continha duas partes. Uma teórica, organização escrita da atividade proposta. A outra prática, explicação e execução do jogo com os colegas de classe.

Um dos grupos apresentou a proposta da transformação do *jogo de rugby*, denominando-o de “Rugby do Alda”. Tanto a parte teórica como a prática foram muito boas, envolvendo a todos, principalmente por se tratar de atividade inovadora, pois até a bola oficial de rugby foi utilizada.

De forma resumida, as regras ficaram assim:

- Objetivo - ultrapassar a linha de fundo do lado adversário de posse de bola.
- Número de componentes - seis em cada equipe.
- Tempo de jogo - quatro tempos de dez minutos.
- Pontuação – dividir a quadra em quatro partes, sendo duas em cada lado da quadra: a linha de fundo até a linha pontilhada do handebol, da linha pontilhada do handebol até a linha central, repetindo-se o mesmo processo do outro lado. Denominar cada área por meio dos números um, dois, três e quatro, sendo o um a área mais próxima de sua própria linha de fundo e as outras seguindo a ordem crescente dos números. Sendo assim, se um jogador partir da área um de posse de bola e atingir o objetivo, marcará 40 pontos. Seguindo a ordem das áreas a pontuação será: 30, 20 e 10 pontos.
- Obstrução ao adversário - só poderá ser feita de frente, podendo tocar ou agarrar o adversário pelo tronco, não sendo permitido empurrar. Caso uma equipe faça mais de 10 faltas no jogo,

o adversário teria o direito de um chute da linha central, valendo 50 pontos. Caso haja infração na obstrução, o jogador infrator ficará cinco minutos fora do jogo. Se o infrator persistir no erro, será eliminado da partida.

- Material utilizado - bola de rugby (porém podemos utilizar outras bolas); espuma para proteção do tronco (podemos utilizar colchonetes finos); barbante para amarrar a espuma; apito; cronômetro e súmula do jogo.

Ao final, toda a classe se reuniu e solicitei que fossem mencionados pontos positivos e pontos negativos da prática vivenciada, estimulando assim, a prática do *feedback*.

RESULTADOS

O grupo conseguiu atingir o objetivo proposto, pois foi bastante criativo ao conseguir transformar o jogo apresentado, principalmente pelo fato de ser um jogo pouco divulgado, obrigando-o a pesquisar e a promover a discussão de forma mais efetiva.

Destaquei como ponto importante do desenvolvimento da atividade a preocupação do grupo em relação à segurança dos praticantes pois, caso não seja bem orientado e conduzido, este jogo pode ser em alguns momentos violento, no que diz respeito à obstrução ao adversário. O controle da força aplicada nessa ocasião e o respeito à integridade física dos colegas é um ponto que podemos explorar para debate.

ANÁLISE CRÍTICA

A Reorientação Curricular nos faz refletir sobre a nossa prática docente, pensar e repensar em propósitos, definir que tipo de educador somos nós, quais os melhores caminhos a serem seguidos em determinados momentos, ressaltando a perspectiva de educar não só para a escola, mas para a vida.

Sendo assim, considero que o exercício da criatividade vai ao encontro dos princípios desta proposta, uma vez que estaremos desenvolvendo grande diferencial na sociedade moderna.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 18

Escola

EE Admardo Alves Torres – Campos dos Goytacazes

Série

8ª série do Ensino Fundamental

Nº de alunos

40

Tema

Recreação

Competências e habilidades

habilidades perceptivas, habilidades sociais, habilidades desportivas, habilidades intelectuais, habilidades de deslocamento

Atividades

Estafetas e pequenos jogos

INTRODUÇÃO

A escola, de uma maneira geral, avalia que o lazer não faz parte da educação por ela sugerida, ignorando ser este um dos mais importantes componentes nos conceitos atuais de saúde. Assim, apresentaremos nesta aula algumas atividades de lazer, entendendo que este deve transcender a escola.

OBJETIVOS

- Participar de atividades recreativas, compreendendo-as como um momento de promover a harmonia do grupo.
- Perceber o estímulo sonoro, respondendo ao mesmo com uma ação motora pré-determinada.

DESENVOLVIMENTO

1ª parte

Iniciamos nossa aula com a atividade de *estafeta*: turma dividida em 4 grupos iguais formados em coluna e cada coluna com uma bola. Ao sinal do professor essa bola será passada de mão em mão, por cima da cabeça, até o último aluno da coluna. Chegando ao último, a bola deverá voltar ao primeiro sendo passada de mão em mão por baixo das pernas dos alunos.

2ª parte

Esta parte da aula começou com a *corrida dos números*: sentados em fila e numerados de 01 a 06, os alunos, ao ouvirem o seu número, deverão correr até um local determinado.

3ª parte

Fizemos na seqüência a *corrida dos cantos*: os alunos serão divididos em quatro grupos e formarão um quadrado, com cada grupo sentado em um dos cantos deste quadrado. Ao sinal do professor, os grupos deverão trocar de cantos ao mesmo tempo.

4ª parte

Finalizando esta parte da aula, fizemos uma atividade conhecida por *muralha*: alunos divididos em quatro colunas com números iguais em cada coluna; ao sinal do apito deverão virar para o lado direito e dar a mão ao novo colega; ao próximo sinal, voltam à posição anterior. Enquanto isto, dois alunos, uma caça que foge e um caçador que tenta se encontrar com a caça, passam pelos corredores criados, somente pelos corredores. O professor poderá variar a direção da muralha de acordo com o número de apitos.

Terminando nossa aula, fizemos um relaxamento usando música suave.

RESULTADO

O objetivo foi plenamente alcançado, os alunos participaram com muito entusiasmo, inclusive apresentando proposta para aumentar o grau de dificuldade das brincadeiras sugerida.

ANÁLISE CRÍTICA

Apesar da aula ter sido agradável e termos alcançado nossos objetivos, o número de atividades poderia ter sido menor para que os alunos pudessem experimentar mais vezes cada uma delas, tendo assim uma maior possibilidade de exploração dos movimentos ali presentes.

RELATÓRIO DE EXPERIÊNCIA 19

Colégio

Colégio Estadual Guanabara – Volta Redonda - RJ

Série

8ª série do Ensino Fundamental (Noturno)

Nº de alunos

30

Tema

Jogos populares

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades perceptivas, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidades afetivas

Atividades

peteca, dama, ludo, dominó, baralho, jogo da velha, pingue-pongue, lince, resta um

INTRODUÇÃO

A busca de caminhos alternativos que venham enriquecer a dinâmica das aulas de educação física, culminando em uma prática mais eficaz, participativa, solidária e inclusiva, é de extrema importância para o contexto do ensino médio noturno.

Os jogos populares podem ser entendidos como uma forma de resgate da ludicidade, ou seja, com o “espírito” de brincadeira, alegria e ausência de preocupação. Afinal, é lúdico tudo o que faz a pessoa interagir com o meio de forma intensa, porém sem preocupação com recompensa para além da própria atividade e levando-a a buscar um espaço de jogo diferente da ordem de seu cotidiano.

O nosso intuito é valorizar as vivências de cada aluno diante da sua realidade, pois o ensino noturno tem uma diversidade cronológica que varia entre 16 e 60 anos de idade, mostrando diferentes interesses.

Desta forma, precisamos criar condições para que os nossos alunos desenvolvam a capacidade de auto-realização, ponto importante para alcançar soluções coletivas, criativas e cooperativas, não só nas nossas aulas, mas também em suas vidas.

Diante do espaço inadequado da área externa da escola (pátio pequeno, sem quadra) e da necessidade de valorização da solidariedade, cooperação, fraternidade, confiança, diálogo, criação, sensibilidade, noção de espaço e do próprio corpo, faz-se necessário o desenvolvimento de um trabalho diversificado, atendendo às diferenças individuais, para que cada aluno possa buscar atividades do seu interesse.

OBJETIVOS

- Participar de práticas de lazer, divulgando-as e compreendendo-as como atividades lúdicas capazes de promover a harmonia do ser.
- Adquirir valores que conduzam o aluno a um convívio social harmônico e prazeroso, distanciando-o de ambientes de conflito.

DESENVOLVIMENTO

Divisão da turma em grupos de dois, três ou quatro alunos, à vontade. Cada grupo, de acordo com a quantidade de alunos, escolhe um jogo a ser realizado.

Dentre os jogos oferecidos, estão: *dama, ludo, dominó, baralho, peteca, pingue-pongue, lince, jogo da velha, resta um.*

Explicação da professora de como são desenvolvidos os jogos (regras). Enquanto os alunos jogam, a professora supervisiona os grupos, orientando-os quando necessário e lançando novos desafios.

RESULTADOS

A aula foi divertida, dinâmica, harmoniosa. Os alunos entenderam as regras dos jogos, não havendo conflito algum. Houve participação de todos e uma boa comunicação entre os alunos, que demonstraram alegria, cooperação e confraternização durante a prática dos jogos.

ANÁLISE CRÍTICA

Os resultados foram positivos diante da proposta. As habilidades trabalhadas foram desenvolvidas e os alunos atendidos adequadamente. O princípio do jogo e da ludicidade como proposta metodológica foi muito positiva, os alunos participaram da aula, demonstraram espontaneidade, alegria e cumpriram as regras sem ambiente de conflito.

EDUCAÇÃO FÍSICA

EDUCAÇÃO FÍSICA

Ensino Médio

Janeiro de 2006

RELATO DE EXPERIÊNCIA 20

Escola

CE José Cardoso de Moraes - Itaocara

Série

1ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

48

Tema

Modalidades esportivas

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades perceptivas, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidades de deslocamento

Atividades

voleibol – sistema 4 x 2

INTRODUÇÃO

Nesta fase do desenvolvimento motor e intelectual dos nossos alunos é fundamental que o jogo tenha organização, o que não seria possível sem a introdução de um sistema de jogo. Optamos, então, pelo sistema 4 x 2 por ser básico e adequado para a faixa etária.

OBJETIVOS

- Organizar-se taticamente na quadra, procurando ocupar os espaços relativos ao sistema 4 X 2.
- Perceber a importância da tática na melhoria da qualidade do jogo.
- Participar do jogo compreendendo a função tática de cada jogador.

DESENVOLVIMENTO

No primeiro momento, foi feita uma apresentação oral do sistema 4 x 2. Em seguida foi feita uma movimentação em quadra sem bola, passando pelas seis posições possíveis. A seguir, experimentamos somente a movimentação de ataque com bola de segurança e terminamos esta parte da aula com um jogo de voleibol usando o sistema 4 X 2.

Finalizamos a aula com um alongamento com bola em dupla.

RESULTADO

Os alunos têm um grande interesse pelo desporto voleibol, o que facilita tremendamente qualquer proposta que envolva esse desporto. Assim sendo, a aula foi bastante fácil, com uma pequena exceção para o seu início, momento da explanação oral. Todos os objetivos foram alcançados.

ANÁLISE CRÍTICA

Tal tipo de aula vai ao encontro de alguns dos pontos que o aluno espera de uma aula de Educação Física. Atender às suas expectativas torna a aula mais fácil e, por consequência, com maior possibilidade de sucesso, como foi o caso em questão.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 21

Escola

CE Nilo Peçanha – Campos dos Goytacazes

Série

1ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

45

Tema

Ginásticas

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades perceptivas, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidades de deslocamento

Atividade

Ginástica localizada

INTRODUÇÃO

A ginástica de academia é uma atividade muito divulgada pela mídia e atrai o interesse dos jovens da nossa comunidade. Por essa razão, daremos especial atenção a essa atividade, trabalhando os grandes grupos musculares de forma específica, buscando um trabalho de resistência e tonicidade.

OBJETIVOS

- Participar de exercícios físicos que desenvolvam a resistência e o tônus muscular.
- Compreender a importância do aspecto estético num corpo bem desenvolvido, nas diversas situações do cotidiano.
- Socializar-se com seus colegas sem quaisquer formas de discriminação.

DESENVOLVIMENTO

Começamos com um aquecimento com caminhada e exercícios leves de mobilidade articular.

Nessa fase da aula, os alunos executarão exercícios localizados, específicos para braço, peitoral, dorsal, abdômen, glúteo e pernas.

Concluimos a aula com um alongamento geral.

RESULTADO

Este tipo de aula agrada as meninas, é a sensação de estar na academia, levando-as a uma excelente produção. Os meninos têm preferência por atividades com bola, mas, uma vez conscientes da importância deste trabalho para o bom desenvolvimento de sua saúde, participam com interesse.

ANÁLISE CRÍTICA

Este tipo de aula não tem o mesmo ritmo que as atividades com bola, por esse motivo é necessário um maior empenho do professor para estimular os alunos. Para que tenhamos os resultados pretendidos, este tipo de atividade deve acontecer de forma sistemática.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 22

Colégio

Colégio Estadual Alice Paccini Gélío

Série

1ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

30

Tema

Dança

Competências e habilidades

habilidades de deslocamento, capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades perceptivas, habilidades intelectuais

Atividade

dança livre

INTRODUÇÃO

O tema foi escolhido devido ao incentivo da proposta do curso de utilizar a ludicidade para afastar o aluno da condição de mero reprodutor. Por já ter trabalhado três quartos do ano com desportos coletivos e até individuais, procurei uma proposta que trouxesse novas experiências para os alunos.

Em princípio, pode-se considerar relevante sublinhar que todas as práticas da cultura corporal de movimento, mais ou menos explicitamente, possuem expressividade e ritmo. Em relação à expressão, essas práticas se constituem em cópias simbólicas, por meio das quais a vivência individual do ser humano, em interação com os valores e conceitos do ambiente sociocultural, produza possibilidade de comunicação por gestos e posturas. No que diz respeito ao ritmo, desde a respiração até a execução de movimentos mais complexos, requer um ajuste com referência no espaço e no tempo, envolvendo um ritmo ou uma pulsação.

Por meio da dança, os alunos podem perceber sua intensidade, duração, direção e analisá-lo a partir destes referenciais. Importante também é a percepção de um momento muito especial

na dança, que é o saber conviver com a sensação de liberdade que acompanha o exercício de criação, assim como também o exercício de conviver com o modelo pronto do desenho coreográfico.

Conhecer algumas técnicas da execução de movimentos e utilizar-se delas no exercício de seu potencial comunicativo, ser capaz de improvisar, de construir coreografias podem contribuir na adoção de atitudes de valorização e apreciação dessas manifestações expressivas.

OBJETIVOS

Aprofundar-se no conhecimento dos limites e das possibilidades do próprio corpo e das suas relações espaços-temporais, de forma a poder controlar algumas de suas posturas e atividades corporais com autonomia e a valorizá-las como recurso para melhoria de suas aptidões físicas.

DESENVOLVIMENTO DA AULA

Devo ressaltar que inicialmente, no planejamento, os alunos assistiram a um filme no qual deveriam basear a sua atividade de dança. Nessa aula, a turma foi dividida em três grupos, cada qual com uma música do filme. Na sala de aula, com as cadeiras afastadas e amontoadas, cada grupo se posicionou numa parte dela. Cada grupo dispunha de dez minutos com música e vinte minutos sem música, para montagem da coreografia.

Eu atuei o tempo todo como orientadora e mediadora entre os alunos, e foram necessárias quatro aulas para concluírem a montagem da coreografia.

RESULTADOS

Em princípio, os alunos ficaram assustados com o novo desafio, mas através do diálogo com a professora e o envolvimento com a música foram se “soltando”. Outra dificuldade foi fazê-los entender a diferença entre teatro e dança.

Os alunos, consideravelmente, desenvolveram suas capacidades de inter-relações pessoais e de inserção social. Avançaram em direção ao respeito mútuo, considerando as opiniões alheias e conhecendo suas próprias fronteiras, por vezes além do limite que supunham ser o deles. Alcançaram assim novos patamares de autoconfiança, de cidadania, tornando-os mais habilitados para próximas experiências.

As habilidades físicas e espaços-temporais se manifestaram na construção da coreografia, como desafio, pois se o aluno já possuía a habilidade precisava exercê-la em grupo e compartilhar o

seu conhecimento. No caso contrário, foi ministrado pelo grupo, o qual percebia a necessidade da construção da coreografia visando à possibilidade do grupo em questão.

ANÁLISE CRÍTICA

O grande desafio da educação é formar homens livres. Todos nós, em algum momento de nossas vidas, já experimentamos a maravilhosa sensação advinda do jogo norteadado pela ludicidade.

Tendo a Reorientação Curricular como princípio metodológico o jogo e a ludicidade, não a chamaria de Reorientação Curricular, mas de Orientação Curricular, pois há em nós o constante anseio em executá-la.

Partindo desta análise, creio que a proposta é coerente com a prática cotidiana, mas também um desafio. Desafio este que explora, sem dúvida, o lado conquistador de cada professor.

RELATÓRIO DE EXPERIÊNCIA 23

Colégio

Ciep 146 Professor Cordelino Teixeira Paulo- São Pedro Da Aldeia

Série

2ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

30

Tema

Esporte com bola – Basquetebol

Competências e habilidades

habilidades desportivas, capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades de manipulação, habilidades intelectuais, habilidades simbólicas

Atividades

streetball (basquetebol de rua) com música do movimento do hip-hop

INTRODUÇÃO

O *streetball* é um movimento social que tem sua origem nos Estados Unidos e surgiu como alternativa para jovens americanos que não tinham quadra e nem ginásio para jogar o basquetebol.

Essa atividade proporciona aos seus praticantes a liberdade de expressão corporal, a organização em grupos, o espaço para desenvolver o espírito de competição, a construção de regras, a conscientização da prática desportiva, a imitação e a criação de movimentos. O som que dita o ritmo da batida da bola no chão é o hip-hop, que faz com que esses jovens se transformem em estrelas do mundo esportivo.

O streetball é uma novidade no município de São Pedro da Aldeia. Vem ganhando prosperidade e os alunos têm demonstrado interesse nessa atividade.

A proposta do jogo com o estilo de música “hip-hop” surgiu da vontade dos alunos dessa turma de exibirem suas habilidades corporais e de manipulação com a bola, atendendo aos seus interesses.

OBJETIVOS

Descobrir múltiplas possibilidades de se expressar corporalmente de forma crítica no mundo.

DESENVOLVIMENTO

- Jogo de basquete, em meia quadra, com três atletas em cada equipe.
- As equipes foram escolhidas no “zero-um”, entre os alunos.
- As partidas foram de dez pontos. A equipe ganhadora ficava na quadra, e entrava outra equipe no lugar da perdedora.
- Disputa entre as equipes de: arremesso dos três metros, arremesso do garrafão de costas, enterradas.
- Movimentos corporais e de criatividade com a bola ao som de ritmo hip-hop.

RESULTADOS

As habilidades foram desenvolvidas num ambiente alegre e de total descontração. Quem não estava jogando incentivava os atletas durante as competições e estimulava os movimentos corporais de manipulação com a bola. Todos dançavam ao som e ritmo de hip-hop, demonstrando uma aula alegre e prazerosa.

ANÁLISE CRÍTICA

As habilidades desenvolvidas nesta aula, bem como os movimentos motores, estão em conformidade com a Reorientação Curricular. É possível desenvolver atividades dentro destes conteúdos, atendendo plenamente aos objetivos da educação física escolar e oferecendo a oportunidade de ser adaptada à realidade e vivência de diferentes comunidades.

RELATÓRIO DE EXPERIÊNCIA 24

Colégio

Rio Grande do Sul

Série

2ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

40 alunos

Tema

Esporte com bola

Competências e habilidades

habilidades motoras, capacidades motoras, habilidades de manipulação, habilidades intelectuais

Atividades

mini-gincana, ponto a ponto, chute a gol em dupla, desafio, defesa em ação, dinâmica do nó

INTRODUÇÃO

A sociedade brasileira, no que se refere às questões de gênero, apresenta alguns preconceitos quando se refere à prática corporal das meninas, nas aulas de educação física escolar, em relação a alguns jogos com bola considerados masculinos.

Observamos na nossa comunidade escolar que, mesmo com a evolução do nível das habilidades motoras e enfrentamento das alunas nas aulas práticas de esportes com bola, foram identificadas ações preconceituosas por parte dos alunos em relação às questões de gênero e às habilidades motoras.

Tomamos como base o conceito de jogo da Reorientação Curricular (2004), entendido como uma imagem constituída a partir de um conjunto de símbolos presentes na cultura e o seu caráter lúdico traduzido no prazer. A partir dessa reflexão, observo que estes símbolos nos levam a um caminho que possibilita pensarmos a questão dos preconceitos em relação às

meninas no momento dos jogos com bola, pois em nossas aulas trabalhamos o contraste da relação homem x mulher, com clareza e transparência.

Durante o ato de jogar, as manifestações corporais em seus variados aspectos (físicos, psíquicos, sociais, emocionais e espirituais) são expressas com naturalidade, entendendo o ato de brincar, segundo Freire (1989), como sendo uma ação inerente ao ser humano e que, através dele, também produzimos cultura, refletida nos jogos com bola.

Desta forma, a vivência dos jogos com bola propicia a oportunidade para nós, professores, discutirmos com nossos alunos tais questões, buscando rever esses conceitos e, quem sabe, reconstruindo ações corporais distanciadas de tais preconceitos.

OBJETIVO

Participar de jogos com equipes mistas, buscando minimizar problemas de diferenças individuais em relação às habilidades motoras.

DESENVOLVIMENTO

A turma se organizou em duas equipes com o mesmo número de componentes.

A “mini-gincana” foi apresentada como atividade da aula, constando dos seguintes jogos:

Estafeta - Drible dançante. Os alunos, divididos em equipes, posicionados uma equipe distante da outra, correram driblando a bola de voleibol. Chegando à trave do futsal, cada aluno passou por trás das mesmas e, no retorno, deveriam realizar um passo de dança, após ultrapassarem o poste driblando a bola. Logo em seguida, retornavam driblando até passar para o companheiro seguinte. O vencedor foi a equipe que levou a bola em primeiro lugar às mãos do aluno que iniciou a atividade, além de ter tido três dos seus componentes realizando uma atividade de dança.

Ponto a ponto - Cada componente das equipes realizou arremesso à cesta do basquetebol. A pontuação foi marcada da seguinte forma: um ponto, quando a bola batia na tabela; dois pontos no aro; e três pontos se o aluno convertesse a jogada em cesta. Venceu a equipe que completou 50 pontos em primeiro lugar, resultado do somatório de todos.

Chute a gol em dupla - Em duplas mistas, rapazes e moças chutaram após o sinal duas bolas de futsal simultaneamente ao gol. A bola chutada pelas alunas contou dois pontos quando foi convertida em gol e um ponto quando a bola chutada pelos alunos foi convertida em gol.

Desafio: Equipes com cinco representantes femininos e cinco masculinos, em círculo, tiveram como desafio manter a bola de voleibol no alto. Ganhou aquela equipe que, após três tentativas, fez o maior número de toques na bola, sem deixá-la cair no chão.

Defesa em ação: Posicionados na área de defesa do handebol, cada equipe composta de seis integrantes, três moças e três rapazes, mais o goleiro ou a goleira, deveriam defender para que a equipe adversária não efetuasse o ataque. A equipe vencedora foi aquela que somou quinze pontos primeiro. A pontuação foi computada da seguinte forma: um ponto quando converteu em gol a ação do atacante, dois pontos se a equipe realizou a defesa partindo para o contra ataque. Quando não acontecia o gol, nem a defesa, não se realizava ponto para nenhuma equipe e a equipe da defesa ganhava o direito de se posicionar no ataque.

Dinâmica de nó de Freinet: Todos deveriam cumprir o objetivo da dinâmica para que cada equipe fizesse três pontos. No final da realização das atividades, venceu a equipe que ganhou a maioria das provas.

RESULTADOS

A aula foi avaliada junto com os alunos e indicada como diferente, dinâmica e participativa. As alunas participaram com mais tranquilidade, pois contaram com o apoio e torcida dos alunos. Fiz algumas observações e pontuei alguns assuntos que mais me chamaram a atenção, tais como: honestidade de todos quanto ao cumprimento das regras, principalmente dos líderes das equipes, o carinho e o cavalheirismo de vários rapazes com as moças e participação efetiva das moças, sem medo ou vergonha.

ANÁLISE CRÍTICA

A forma como a proposta foi organizada e apresentada viabilizou uma reorganização do meu trabalho, em termo de plano de aula, aliado à minha vivência como professora. Possibilitou maior segurança para o desenvolvimento dos meus alunos em relação às habilidades perceptivas, motoras e simbólicas, através de jogos lúdicos.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 25

Escola

CE Rui Guimarães de Almeida – Santo Antônio de Pádua

Série

2ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

45

Tema

Modalidades Esportivas - Basquetebol

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades perceptivas, habilidades intelectuais, habilidades sociais, habilidades de deslocamento

Atividades

Sistema de Marcação 2 x 3

INTRODUÇÃO

Todo jogo desportivo tem uma organização própria para facilitar que os jogadores atinjam os seus objetivos. Nesta aula, começaremos a organizar o jogo de nossos estudantes, apresentando um sistema de jogo a ser utilizado quando a equipe estiver na defesa.

OBJETIVOS

- Socializar-se com seus colegas, integrando-se nos diversos grupos sem quaisquer formas de discriminação.
- Organizar-se espacialmente na quadra, preenchendo seus espaços de forma tática.
- Perceber que a atenção é fator preponderante durante o jogo.

DESENVOLVIMENTO

Iniciamos a aula com uma apresentação oral do sistema 2 x 3 de marcação. A seguir, colocamos os estudantes em quadra simulando movimentação de defesa com ataque pelas alas e pelo centro. Feita a simulação, partimos para o jogo em si, utilizando o sistema em questão e parando o mesmo para correção da movimentação sempre que acontecia uma movimentação errada da defesa.

Fizemos, na parte final da aula, uma análise do jogo baseado no sistema experimentado e um alongamento geral.

RESULTADO

Esta foi a primeira de algumas aulas necessárias para o grupo assimilar a movimentação pretendida. Em relação aos objetivos da aula, consideramos que eles foram atingidos, principalmente no tocante à percepção do aluno em relação ao jogo, que, segundo eles, fica muito melhor de ser jogado quando é mais organizado.

ANÁLISE CRÍTICA

A aula teria sido mais proveitosa se tivéssemos utilizado algum recurso áudio-visual para perceber a movimentação do sistema pretendido e suas variações. Apesar da não utilização de recursos áudio-visuais, o conteúdo foi apreendido na medida do tempo possível. Outras aulas sobre o mesmo tema serão necessárias.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 26

Escola

CE Almirante Barão de Teffé – Santo Antônio de Pádua

Série

2ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

45

Tema

Noções de Treinamento Desportivo

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidades de deslocamento

Atividade

Teste de Cooper

INTRODUÇÃO

Nesta aula, o aluno vai experimentar o aumento dos batimentos cardíacos, um dos sinais mais evidentes dos efeitos do treinamento, e também a importância de fazer um controle do mesmo.

OBJETIVOS

- Conhecer o corpo humano nas suas diversas funções fisiológicas.
- Conhecer de maneira prática o potencial aeróbico de seu corpo.

DESENVOLVIMENTO

Esta aula foi iniciada com uma apresentação oral da atividade a ser desenvolvida, uma movimentação leve na grama e alongamento de membros inferiores.

Cada aluno percorreu, em doze minutos, uma distância mínima de 2500 metros. Sua frequência cardíaca foi aferida em repouso, ao término da atividade e um minuto após o término da atividade.

Finalizando, fizemos um alongamento de todo o corpo com ênfase nos membros inferiores.

RESULTADO

Os alunos ficaram impressionados com as diferenças existentes entre eles, e também ao saberem que um atleta de alto nível chega, em fase de treinamento de base, a frequências em torno de 220 bpm, enquanto eles chegaram no máximo a 150 bpm. Nosso objetivo foi alcançado, assim como um estímulo foi lançado para melhor entendimento do funcionamento do corpo humano.

ANÁLISE CRÍTICA

A falta de dados médicos dos nossos alunos é motivo de apreensão durante este tipo de atividade, mas a mesma é importantíssima para mostrar como seu corpo funciona, porque o nível da frequência cardíaca aumenta e outras modificações fisiológicas, tais como sudorese, acontecem durante uma atividade deste tipo, tornando a aprendizagem muito mais fácil em função do experimento.

RELATO DE EXPERIÊNCIA 27

Escola

CE Almirante Barão de Teffé – Santo Antônio de Pádua

Série

3ª série do Ensino Médio

Nº de alunos

45

Tema

Esporte com bola

Competências e habilidades

habilidades sociais, habilidades intelectuais

Atividade

Elaboração de um torneio entre as turmas

INTRODUÇÃO

Nesta aula, os alunos, com o auxílio do professor, elaboraram uma competição de basquete feminino, a ser executada durante o horário do recreio. Essa atividade envolveu as turmas do terceiro ano e utilizou uma única quadra.

OBJETIVOS

- Participar das atividades de forma autônoma, percebendo a importância do grupo unido nas diversas atividades sociais.
- Organizar tarefas e atividades demonstrando sua capacidade de gerenciamento.

DESENVOLVIMENTO

Introdução

Começamos a aula conceituando *campeonato* e *torneio* junto com os estudantes, para logo a seguir fazer uma comparação entre ambos, campeonato X torneio.

Nesse momento da aula, mostramos aos alunos as diferenças entre *eliminatória simples* e *eliminatória dupla*, conceituando ambas. A seguir, discutimos qual dessas duas possibilidades seria mais adequada à nossa realidade, para em seguida confeccionar a tabela de acordo com a opção feita pelos estudantes. Concluímos a aula com o sorteio da tabela.

RESULTADO

Não foi possível desenvolver todo o conteúdo pretendido em uma única aula. Na primeira aula, apresentou-se a diferença entre torneio e campeonato, e a diferença entre os dois tipos de eliminatória em questão, como e quando usar uma ou outra. Na segunda aula, confeccionou-se a tabela de eliminatória dupla e realizou-se o sorteio.

ANÁLISE CRÍTICA

Percebemos que a capacidade de gerenciar suas próprias atividades com desenvoltura abriu aos estudantes um novo horizonte e acreditamos que essa atividade pode ser desenvolvida em uma série anterior. A autonomia fez bem ao grupo, pois tomar conta de todo o processo, com suas facilidades e dificuldades, levou o grupo a crescer, amadurecer.

RELATÓRIO DE EXPERIÊNCIA 28

Colégio

Colégio Estadual Alfredo Pujol

SérieEnsino Fundamental – 6^a, 7^a, 8^a séries do Ensino Fundamental e 1^a e 2^a séries do Ensino Médio**Nº de alunos**

40

Tema

Atividades recreativas em ambiente natural

Competências e habilidades

capacidades motoras, habilidades motoras de estabilização e deslocamento, habilidades perceptivas, habilidades sociais, habilidades intelectuais, habilidades afetivas, habilidades simbólicas

Atividades

Caminhada ecológica

INTRODUÇÃO

Esse trabalho surgiu com umas das minhas inquietações. A primeira, de não conhecer as belezas naturais de meu Município e também de perceber que muitos dos meus colegas e alunos também não a conheciam. A segunda, de tentar dar uma contribuição à causa ecológica, visto que a natureza vem mostrando sua fúria, em consequência das atitudes predatórias que o homem vem tomando ao longo de sua existência.

Daí a idéia da caminhada ecológica, em que poderíamos despertar o desejo de conhecimento de nossa região, para melhor preservá-la, assim como propiciar o lazer, já que no dia a dia as pessoas vêm buscando o encontro com a natureza, como uma forma de vivenciar experiências saudáveis e, com isso, melhorar sua qualidade de vida e a preservação do meio ambiente.

Apesar de ser uma atividade de lazer, a caminhada ecológica exige certo condicionamento de seu praticante, que será suprido com uma atividade bem natural, que é a *caminhada*.

A caminhada pode ser mística (peregrinação), de lazer ou esportiva. Tem sua origem muito remota e contribui para a recuperação da condição física, fortalecendo a musculatura dos membros inferiores, o contato social, eleva a auto-estima e também favorece o controle de várias enfermidades. Tudo isso se feita obedecendo uma certa frequência e intensidade.

OBJETIVOS

- Desenvolver a integração social entre os componentes.
- Desenvolver a integração entre o homem e a natureza.
- Preservar o meio ambiente para conscientizar o grupo social.
- Valorizar, apreciar, conhecer e desfrutar o lindo visual oferecido pela natureza para alcançar o prazer e paz interior.
- Observar e conhecer, durante o percurso, a relação homem-natureza, para fazer interferências positivas no meio ambiente.
- Vencer os desafios da caminhada para desenvolver o espírito de solidariedade e colaboração, através da ajuda mútua.
- Identificar alterações provocadas pelo esforço da caminhada para conhecer o funcionamento do próprio corpo.
- Reconhecer a importância da caminhada para aquisição e manutenção da saúde.

DESENVOLVIMENTO

A expectativa era alta e a motivação imensa para a caminhada. Para a maioria, era a primeira caminhada coletiva que faziam e, pra outros, era também a primeira vez que iriam conhecer um pouquinho mais de nossa terra.

Encontramos-nos às sete horas na escola, onde recolhemos as autorizações, demos os últimos avisos e fizemos por último um alongamento. Embarcamos no ônibus e fomos ate o início do caminho, que fica aproximadamente a 3 km da escola.

Ao chegarmos ao ponto de partida, desembarcamos, houve uma confraternização e demos algumas informações para que a caminhada ocorresse de forma tranqüila e segura.

Faziam parte da caminhada o Professor Ricardo, Prof. Rodrigo, André (Dede) auxiliar de enfermagem, algumas mães de alunos e ex-alunas da escola, que ficaram sabendo da caminhada e se interessaram em fazê-la.

A caminhada ocorreu de forma tranqüila e ritmo leve, para que todos caminhassem confortavelmente. À frente da caminhada ia o Prof. Ricardo, ao longo Prof. Rodrigo e André e eu ao final. Os grupos se formavam e desfaziam-se aleatoriamente. Ao chegarmos a um dos braços da represa, lanchamos, caminhamos pela sua margem e banhamo-nos em suas águas. Durante o passeio, observamos muita sujeira (garrafas plásticas, plásticos, vidros) deixada pelas pessoas que freqüentam o local. A partir dessa observação, surgiu a idéia de, na volta, recolhermos parte desse lixo, que foi abraçada por alguns e deixada de lado por outros.

Chegamos de volta aproximadamente às 16 horas, todos muitos cansados mas imensamente felizes.

RESULTADOS

A caminhada ocorreu de forma tranqüila, sem nenhum incidente, nosso auxiliar de enfermagem não teve trabalho, a não ser de caminhar, se isso for considerado trabalho.

Pedimos aos alunos que relatassem o que gostaram mais e menos na caminhada. Para minha surpresa, poucos relataram o que menos gostaram, a não ser as subidas. O ponto auge da caminhada foi a possibilidade de sair da rotina e conhecer um pouco mais de si próprio, seu interior, sua individualidade, quase sempre indescritível.

Nesses relatos, pude perceber o que a Reorientação Curricular mostra como lúdico e, também, a vertigem que se manifesta em nossas aulas. Essas situações aconteceram no momento do banho na represa e nos momentos de curtir o visual do caminho.

Em relação aos objetivos propostos, podemos afirmar que foram lançadas todas as sementes, idéias, sugestões, e que o comprometimento de cada participante, ao final da caminhada, foi identificado de forma clara. Entretanto, só o tempo dirá se estas sementes floresceram.

ANÁLISE CRÍTICA

Constatamos que é possível a aplicabilidade da Reorientação Curricular da Educação Física, fundamentada no princípio do jogo e da ludicidade, como meio de educar os nossos alunos para a vida.

RESUMO DO DOCUMENTO DE REORIENTAÇÃO CURRICULAR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

INTRODUÇÃO

Encaminhamos a proposta de diretriz curricular da Educação Física em três momentos. Inicialmente, a compreensão de *jogo* e *ludicidade* como princípios metodológicos. Em seguida, o entendimento do *movimento corporal* e suas abordagens pedagógicas, destacando a importância da formação humana além da ação motora apresentada na aula de Educação Física escolar. E, no terceiro momento, a *prática pedagógica* com alguns encaminhamentos de objetivos, conteúdos, atividades, procedimentos de ensino e procedimentos de avaliação, fundamentados nos princípios anteriormente abordados e na realidade dos diversos municípios do Estado do Rio de Janeiro. É importante lembrar que essa é uma proposta, e não um único caminho a seguir.

O JOGO E A LUDICIDADE

Podemos dizer que o mundo do jogo é vivido real e imaginariamente, e que a relação existente entre o sujeito e o jogo nos remete a dois pontos importantes: · o jogo como uma imagem constituída a partir de um conjunto de símbolos presentes na cultura; · a relação do sujeito com o jogo, pressupondo uma trilha imaginária. Essas duas situações estão relacionadas às questões da fruição corporal, do jogo e da ludicidade. Explicando melhor, devemos partir da idéia de que o mundo é explorado pelo indivíduo através do seu corpo. Pouco a pouco, ele vai interagindo com os diferentes símbolos e decifrando-os a seu modo, dentro das suas possibilidades.

MOVIMENTO CORPORAL

A Educação Física no Brasil, desde os seus primórdios, compreendeu o corpo e suas expressões através da concepção biológica. O corpo, por meio de seus movimentos, poderá expressar seus traços culturais e tomar conhecimento da existência de outras culturas, para que possa conviver

em harmonia com seus semelhantes e o ambiente deste nosso planeta. Essa finalidade pode ser cumprida se o profissional de Educação Física comprometer-se com uma ação pedagógica em que o ato de ensinar tenha como referência as questões sócio-culturais do ambiente em que se dá a aprendizagem, por meio de um constante diálogo entre educador e educando, contribuindo para o entendimento de sua prática corporal e envolvendo a compreensão dos aspectos cognitivos, motores, afetivo-sociais, de forma prazerosa e consciente.

PRÁTICA PEDAGÓGICA

O desafio para o aluno compreender o que está vivenciando é um dos pontos-chaves para alcançarmos autonomia da prática corporal consciente. Essa autonomia está relacionada à independência do aluno no ato da vivência corporal, quando ele ganha competência para compreender a sua prática. Também desejamos que esses atores sociais tenham um conhecimento não fragmentado e sim a capacidade para compreender a realidade do mercado do corpo, muitas vezes divulgado pela mídia, oferecendo inúmeras possibilidades de manifestações corporais. Essas manifestações corporais podem ter objetivos, como: saúde, qualidade de vida, beleza, lazer, prazer e até mesmo rendimento esportivo.

OBJETIVOS GERAIS DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA

- Descobrir múltiplas possibilidades de se expressar corporalmente de forma crítica no mundo.
- Compreender o mundo do jogo vivido real e imaginariamente para vivenciar a prática lúdica.
- Desvelar o próprio corpo como um signo, despertando seu lado visível e invisível.
- Participar de práticas dialógicas visando o entendimento de sua prática corporal.
- Entender a prática corporal, envolvendo a compreensão dos aspectos cognitivos, motores, afetivos e sociais de forma prazerosa e consciente.
- Compreender as múltiplas atividades (corporais) para alcançar a autonomia da prática corporal no seu cotidiano.
- Conhecer as diferentes manifestações corporais relacionadas à saúde, à beleza e à qualidade de vida, analisando criticamente suas implicações.
- Participar de práticas de lazer, divulgando-as e compreendendo-as como atividade lúdica, capaz de promover a harmonia do ser.
- Distinguir os diferentes campos de atuação profissional do esporte e lazer para ampliar seu olhar sobre o mundo (em relação ao profissional do esporte).
- Adquirir valores que conduzam o aluno a um convívio social harmônico e prazeroso, distanciando-o de ambientes de conflito.
- Explorar o espaço físico destinado à prática da Educação Física, propondo diferentes formas de utilização do mesmo.

