8º CONNPEF
CONGRESSO NORTE PARANAENSE DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

ENSINO DA ESTRUTURA CAPACITATIVA FORÇA CORPORAL: UMA EXPERIÊNCIA NO PIBID

Flávia Regina Schimanski dos Santos
Vinicius Prates Nakaiama
Érika Nishiiye Laperuta
Ângela Teixeira Pereira Victoria Palma

O presente artigo trata-se de um relato de experiência sobre uma sequência de aulas do ensino do conteúdo força corporal, que foi realizado por ocasião da participação no Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), por estudantes do Curso de Licenciatura em Educação Física, professor coordenador, docente da Universidade Estadual de Londrina – UEL, e supervisora, professora da escola. Esta pesquisa é de ordem participativa, e foi realizada em uma escola pública municipal na cidade de Londrina em que desenvolvemos com estudantes do 4º ano do Ensino Fundamental I, no ano de 2016. O tema das aulas foi proposto a partir de uma inquietação dos bolsistas e de acordo com o planejamento da professora supervisora que foi: Como estruturar e ensinar o conteúdo força corporal em aulas de Educação Física a partir dos princípios teoria da motricidade humana? Foram ministradas seis aulas sobre o conteúdo força corporal, em que foram abordados herança genética, gênero e suas diferenças, fatores internos e externos influenciadores da força corporal. Os alunos responderam as intervenções e problematizações propostas pelos bolsistas “pibidianos” com muito ânimo e interessados pelo conteúdo, percebeu-se que os mesmos transcenderam suas concepções sobre a força corporal. O que demonstra que os princípios da teoria da motricidade humana, orientando a ação pedagógica do professor, favorecendo as inquietações nos estudantes teve bons resultados no processo de ensino e aprendizagem com a turma do 4º ano. Queremos enaltecer a importância deste contato com o contexto da escola, porque contribui para que o estudante em formação, para a docência, compreenda, visualize e perceba quais ações devem realizar na escola e na sala de aula, favorecendo dessa forma para a identificação da profissão que irá exercer logo mais. Podemos afirmar que os objetivos do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência foram plenamente alcançados com esta experiência relatada por nós bolsistas “pibidianos”

Palavras-chave: Força Corporal, Motricidade Humana, Formação Inicial de Professores, PIBID.

INTRODUÇÃO

Quando se pensa em formação de professores que atenda as necessidades da educação institucionalizada atual, é necessário que haja no Curso de formação inicial recursos e experiências para além da “sala de aula acadêmica”, para que o estudante amplie seus conhecimentos e construa experiências na área em que escolheu. Em específico, no curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual de Londrina (UEL), os estudantes, que podem e desejam, têm a possibilidade de estar inseridos na escola, desde o primeiro ano de graduação, por meio do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID).

O PIBID, é uma iniciativa do Ministério da Educação, desde 2007, que contribui para um melhoramento e valorização da formação inicial e continuada de professores. O Programa estabelece uma parceria entre as instituições de ensino superior e as escolas de educação básica da rede pública de ensino. O PIBID tem como objetivo conceder bolsas de iniciação à docência para alunos de cursos de licenciaturas que se dediquem às atividades do projeto; bolsas para coordenadores e supervisores responsáveis institucionalmente pelo Programa.

Tem a iniciativa de aperfeiçoar e valorizar a formação de professores para a educação básica e, busca aproximar o estudante de graduação ao contexto escolar desde o início de sua formação acadêmica. Os bolsistas da Educação Física devem cumprir uma carga horária de 8 horas semanais na escola, além de participar necessariamente de algum grupo de estudo oferecido pelos professores coordenadores. As atividades dos estudantes são desenvolvidas juntamente com um professor supervisor de Educação Física, que é responsável pelas turmas na qual o PIBID esta vinculado e com um professor coordenador da universidade.

Os bolsistas acompanham as aulas de Educação Física, podendo auxiliar e intervir no processo educacional, e por meio desta oportunidade que

esta pesquisa foi realizada. Houve intervenção e ensino do conteúdo estrutura capacitativa motora - força corporal, para uma turma de 4º ano do ensino fundamental I. O objetivo, dessa intervenção, foi favorecer na formação inicial e continuada por meio da investigação de referenciais teóricos sobre o conteúdo, discussão sobre o conceito e como planejar e implementar esse conhecimento por meio do processo de ensino-aprendizagem. Para se aproximar de uma práxis transformadora, no momento do ensino, e ampliar os conhecimentos dos bolsistas "pibidianos" utilizou-se dos princípios da teoria da motricidade humana, que favorece ao aluno a refletir e compreender determinado assunto por meio de sua ação intencional.

A partir disso, surgiu o seguinte problema: Como estruturar e ensinar o conteúdo força corporal em aulas de Educação Física a partir dos princípios da teoria da motricidade humana?

A Educação Física no âmbito escolar, historicamente, tem sido vista como área de atividade, como pode ser encontrada no Decreto 69.450/71 no artigo 1º; revogada pela Lei 5692/71. Com a promulgação da Lei de Diretrizes e Base da Educação Nacional – (LDB) 9394/96, que traz no seu texto a disciplina Educação Física como componente curricular obrigatório da educação básica, sendo a prática facultativa para alunos do curso noturno que se encaixam em alguns critérios citadas na referida Lei.

A partir do momento em que a Educação Física é considerada como matéria do currículo escolar, Palma et al (2010), entendem que a mesma não pode possuir tarefas diferentes dos demais componentes curriculares, muito embora apresente particularidades, como os próprios saberes da área. Sendo assim, deve ser considerada como uma matéria escolar que objetiva o ensino de conhecimentos, como o movimento culturalmente construído, seu referencial primário.

A nossa proposta esta pautada na Teoria da Motricidade Humana, idealizada por Manuel Sérgio (1995), que considera o corpo uno, sem a divisão cartesiana entre corpo e mente. Portanto, o papel do professor de Educação Física, não diz respeito somente ao físico, mas na totalidade do sujeito que

aprende. Além dessa característica, a Teoria da Motricidade Humana considera que o homem ao realizar uma ação motora deve fazê-lo intencionalmente. De acordo com Pereira (2005, p.01):

> A motricidade constitui o aspecto fundamental da vida humana. É sinônimo de intencionalidade motora do corpo-próprio, na conjugação da sensibilidade e da inteligibilidade, formando uma espécie de enovelamento, ou seja, integrando uma plena e sólida unidade complexa. Motricidade Humana, também chamada de intencionalidade operante é a intenção que opera, indelevelmente, o desvelar e o revelar do ser humano, no âmago do movimento e da experiência concreta.

Por isso, o termo “motricidade”, que diz respeito ao ser humano “práxico” que vive constantemente em ação, uma ação intencional, que busca pela transcendência, esta, é mais uma das características dessa teoria, que representa a ação do homem de estar sempre em busca de evolução. Pereira (2005), considera que a Educação Física deve fazer parte da educabilidade do ser humano, e todos os profissionais que a ensinam, devem ser chamados de educadores.

O processo de ensinar e aprender na disciplina Educação Física é uma relação, que pode ser definida como uma atividade triádica, tendo alguém que ensina (professor), objeto e alguém que aprende (aluno). Segundo Palma et al (2010), trata-se de uma relação intencional, planejada e responsável do professor.

O docente deve compreender que para que haja ensino, é preciso que professor e aluno sejam ativos no processo. O professor deve atuar como um mediador do conhecimento, promovendo subsídios para que seus alunos se apropriem do objeto ensinado. O ato de aprender, diz respeito a processos individuais, por isso, o professor deve motivar seus alunos a serem sujeitos ativos, porque a aprendizagem não é passiva e só é possível pela ação do sujeito.

Para Freire (1980), a interação se torna possível somente pela ação do sujeito, de forma consciente e possuindo sentido e significado para aquele que realiza a ação. Na ação, em que há aprendizagem o sujeito passa por processos de elaboração e reelaboração, construção e reconstrução, criação e

recriação, isso quer dizer que a aprendizagem é contínua e passa por diversas operações cognitivas complexas. Na disciplina Educação Física, no momento do processo de ensino e aprendizagem, têm como responsabilidade contribuir no processo de formação dos alunos, transmitindo conhecimentos que façam sentido em seu cotidiano.

O objetivo do ensino dos conteúdos na Educação Física, é que os alunos compreendam sua motricidade e sejam capazes de refletir sobre sua ação, que é composta por movimentos intencionais, de forma crítica, reflexiva e autônoma, dessa forma consigam se comunicar corporalmente.

A corporeidade é um dos conteúdos que deve ser ensinado nas aulas de Educação Física, promovendo a compreensão e conhecimento do corpo próprio, das habilidades motoras, das estruturas capacitativas e perceptivas motoras que são: equilíbrio corporal, lateralidade corporal, coordenação motora, organização espaço temporal, esquema corporal, velocidade, flexibilidade, resistência e força corporal, (PALMA ET. Al, 2010). A capacidade que esta em foco neste momento é a força corporal.

Assim, de acordo com Galhardo (2004, p.27), a definição clássica da força corporal diz que: “É entendida como a energia necessária para vencer uma resistência”. Definição operacional recomendada para uma situação de ensino em aula de Educação Física: contração muscular capaz de produzir movimentos ou manter o corpo ou parte dele na execução de uma habilidade, com ou sem manipulação de objeto, pode ser dividida em geral ou específica.

Essas definições propostas pelo autor nos orientaram no planejamento das aulas, em que dividimos este conhecimento em: caracterizar a força corporal, seus tipos, as medidas e os fatores condicionantes (gênero, idade, genética e treinamento). E por fim conceituamos com os alunos construindo um texto sobre o tema.

METODOLOGIA E DESENVOLVIMENTO: Ensino do Conteúdo Força Corporal

O estudo foi desenvolvido por meio de uma pesquisa participativa Trivinos (1987), em que o pesquisador atua no contexto interagindo com os sujeitos investigados, o que contribui para o relato de experiência. Para isso foi planejada e realizada em um bloco com seis aulas sobre o conteúdo força corporal, em que faz parte dos conteúdos da Educação Física e está proposto no currículo, para alunos do 4º ano do ensino fundamental I em uma escola pública municipal na cidade de Londrina, essa experiência foi realizada no ano de 2016.

O planejamento das aulas foi realizado durante a hora atividade da professora supervisora, que a partir de algumas hipóteses em conjunto com os, bolsistas “pibidianos” estruturaram o conteúdo força corporal para ser ensinado de forma a proporcionar um ensino com sentido e significado e promover subsídios para que os estudantes pudessem refletir e compreender sua força corporal em diferentes aspectos, entendendo que é uma capacidade inata do ser humano e, que se desejar, pode ser desenvolvida e melhorada.

Para introduzir o ensino do conteúdo foi mostrado algumas figuras de pessoas realizando atividades do cotidiano com diferentes intensidades da força e questionamos qual era a capacidade motora presente nas figuras. O propósito era identificar se eles compreendiam o que tinha em comum nas imagens, se conseguiam compreender que a figura de pessoas erguendo objetos com diferentes pesos e outra segurando uma caneta, ambas haviam força. Constatamos, pelas respostas dos estudantes, que a força para eles, esta presente apenas em atividades em que se necessita um maior esforço físico, para eles o emprego da força esta relacionada somente a altas intensidades.

Para desconstruir essa ideia, partimos do conhecimento que eles já tinham sobre a força, e questionamos se não havia força no ato de segurar uma caneta. Fizemos vários questionamentos e discussões. Começamos a perguntar o que compõe a força, então, fomos construindo e fazendo relações com os movimentos que estavam realizando no momento, respirar, escrever, movimentos com intensidade moderadas. Com isso, eles foram compreendendo que a força esta presente em todo movimento corporal. Colocamos para eles por exemplo,

quando dormimos nosso coração faz força para pulsar, fazemos força para respirar, portanto, a força faz parte de nós.

Para o aluno compreender a força corporal, é preciso entender alguns fatores que a compõe. Assim, eles disseram a partir de alguns questionamentos, algo próximo a gênero, genética, fatores externos e internos. Por isso, analisamos se havia diferença entre gênero realizando uma atividade de queda de braço, antes, questionamos sobre quem venceria, meninos ou meninas. A maioria da turma respondeu que seriam os meninos, inclusive grande parte das meninas.

Ao final da atividade de força nos membros superiores, quebra de braço, os alunos ficaram espantados ao perceber que as meninas, nessa atividade da turma, eram mais fortes. Nesse momento, explicamos que até os doze anos de idade, não há diferença na força corporal entre sexo e se houver a probabilidade é que as meninas sejam mais fortes. Da infância até os doze anos de idade, mais ou menos, não existem diferenças significativas de força muscular entre meninos e meninas Gallardo (2004; Apud FREY, 1978; FUKUNAGA, 1976), Após essa idade os meninos têm aumento maior de força muscular, devido a mudança hormonal com a testosterona.

Após as discussões de gênero, iniciamos questionamentos a respeito das intensidades de força, como poderia ser quantificado ou verificado. Sendo um dos recursos os pesos em quilogramas, assim como alguns aparelhos tecnológicos que medem a intensidade de impacto. Muitos alunos não sabiam como definir a intensidade relativa a cada sujeito em ser sua força mínima, moderada e máxima. E também não conseguiam identificar que para certas atividades do dia a dia havia uma variação de intensidade de força.

A partir disso, realizamos diferentes atividades em que se utilizavam as três intensidades de força: mínima empilhar cartas, moderada lançamento de bolas de borracha no alvo em distância relativamente próxima, e máxima sustentar o corpo suspenso em uma corda com a força dos membros superiores. Ao final questionamos a respeito das atividades e qual era a força que predominava nelas. Para os alunos, não houve dúvidas quanto a intensidade de

força das atividades, pois, conseguiam identificar que tipo de força era predominante em cada atividade.

Quando questionamos a respeito dos tipos de força corporal, aproveitamos para conceituar o que era força dinâmica e força estática. Para exemplificar, planejamos três atividades em que era possível identificar quais eram os tipos de força. As estratégias foram: corrida; exercício em isometria prancha; e lançamentos de bolas foram escolhidas para que os alunos identificassem a qual tipo de força se classificava as atividades. Questionamos o que era preciso para realizar em cada movimento para que compreendessem sua própria ação em diferentes circunstancia, e que em ambos necessita da força corporal.

Por fim, finalizamos com uma folha de atividades/avaliação do processo ensino e aprendizagem em que deviam demonstrar as definições e conceitos por meio de alguns exercícios, que continha imagens de pessoas com movimentos de força corporal mínima escrevendo no papel, moderada e dinâmica realizando uma caminhada e estática e máxima com levantamento de peso. Na aula seguinte após corrigirmos a atividade, fizemos a devolutiva discutindo sobre cada item e construímos um conceito na turma sobre a força corporal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O programa PIBID, possibilita aos seus participantes reflexão, ampliação e construção dos conhecimentos em todos os âmbitos. Assim, com o relato dessa pesquisa pode se observar que em poucas aulas o quanto houve a mobilização de todos os envolvidos no processo para o ensino de qualidade. Ao iniciarmos a escolha do conteúdo em conjunto com a professora supervisora, necessitou a revisão do currículo escolar, da pesquisa sobre o tema, e posteriormente no planejamento das aulas. Para isso recorremos a professora coordenadora (universidade) para agregar as sugestões em conjunto com a orientação da construção do artigo.

A comunidade escolar sempre se demonstrou acolhedora a permanência dos bolsistas “pibidianos” na escola, e durante as aulas observadas

e ministradas não tivemos objeção alguma dos gestores da escola. Os alunos responderam as intervenções e problematizações propostas pelos bolsistas “pibidianos” com muito ânimo e interessados pelo conteúdo, percebeu-se que os mesmos transcenderam suas concepções sobre a força corporal. O que demonstra que os princípios da teoria da motricidade humana, orientando a ação pedagógica do professor, favorecendo as inquietações nos estudantes teve bons resultados no processo de ensino e aprendizagem com a turma do 4º ano.

O conteúdo força corporal ensinado na perspectiva da motricidade humana possibilita ao docente ir além do “ser biológico”, abre para discussão, as influências sociais e culturais que envolvem o conteúdo. Como a fala exposta por um aluno: “o homem é mais forte, pois tem que cuidar da sua mulher e seus filhos”, ou “homens são fortes e não choram”. São expressões sobre força que envolve questões culturais, que não correspondem a força corporal, no qual a influência da questão de gênero e a sociedade, em que podemos debater sobre esses temas e promover um olhar diferente do que era imposto para uma criticidade, em que todos somos humanos e possuímos sentimentos e problemas a serem superados.

Portanto, pudemos verificar, durante o ensino sobre o conteúdo força corporal, que os conhecimentos específicos do conteúdo são importantes para o planejamento e desenvolvimento das aulas, porém, não são suficientes para a compreensão do tema e principalmente para um ensino com sentido e significado. A colaboração, as dicas e intervenção da professora supervisora favoreceram imensamente a compreendermos melhor uma ação pedagógica sobre o assunto e como ensinar, ampliando os conhecimentos estudados no Curso inicial de formação de professores.

Queremos enaltecer a importância deste contato com o contexto da escola, porque contribui para que o estudante em formação para a docência compreenda, visualize e perceba quais ações devem realizar na escola e na sala de aula, favorecendo dessa forma para a identificação da profissão que irá exercer logo mais. Podemos afirmar que os objetivos do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência foram plenamente alcançados com esta experiência

relatada por nós bolsistas “pibidianos”.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GALLARDO, J. S. P. **Educação Física:** contribuições à formação profissional. 4ª.ed. Unijui, 2004.

PALMA, A. P. T. V. et al. **Educação Física e a Organização Curricular:** educação infantil, ensino fundamental, ensino médio. 2.ed. Londrina: Eduel, 2010.

FREIRE, Paulo. **Educação como prática de liberdade**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1980.

PEREIRA, Ana Maria. **A Ciência da Motricidade Humana:** Implicações pedagógicas e educacionais. Conpef, 2005.

SÉRGIO, Manuel. **Motricidade humana**: contribuições para um paradigma emergente. Lisboa – Portugal: instituto Piaget, 1995.

TRIVINOS. A. N. S. **Introdução à pesquisa em ciências sociais:** a pesquisa

1 Estudante do 4º ano de Educação Física – licenciatura - da Universidade Estadual de Londrina, bolsista do programa PIBID, membro do LaPEF. flaviaschimanski@hotmail.com

2 Estudante do 3º ano de Educação Física - licenciatura - da Universidade Estadual de Londrina e bolsista do programa PIBID. viniciuspn_2@hotmail.com

3 Professora da Rede municipal de ensino de Londrina, supervisora do PIBID, membro do LaPEF erikanis@gmail.com

4 Professora da Universidade Estadual de Londrina e coordenadora PIBID, membro do LaPEF angpalma@uel.com.br
qualitativa em educação. Atlas, 1987.