





Educação Física



Educação Física na Educação de Jovens e Adultos

A inclusão da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos representa a possibilidade para os alunos do contato com a cultura corporal de movimento. O acesso a esse universo de informações, vivências e valores é compreendido aqui como um direito do cidadão, uma perspectiva de construção e usufruto de instrumentos para promover a saúde, utilizar criativamente o tempo de lazer e expressar afetos e sentimentos em diversos contextos de convivência. Em síntese, a apropriação dessa cultura, por meio da Educação Física na escola, pode e deve se constituir num instrumento de inserção social, de exercício da cidadania e de melhoria da qualidade de vida.

O conceito de cultura corporal, tratado nesta proposta, é entendido como produto da sociedade e como processo dinâmico que, simultaneamente, constitui e transforma a coletividade à qual os indivíduos pertencem. Cultura corporal de movimento indica assim um conhecimento passível de ser trabalhado pela área de Educação Física na escola, um saber produzido em torno das práticas corporais. Esse conhecimento foi construído pela humanidade ao longo do tempo, aperfeiçoando as diversas possibilidades de uso do corpo com a intenção de solucionar as mais variadas necessidades, para os mais diversos fins, como por exemplo:

- militares, cultuando a idéia do corpo forte, apto ao combate;
- industriais, ligados ao aumento da produção;
- econômicos, visando o incremento da caça, pesca e agricultura;
- saúde, mediante práticas profiláticas;
- religiosos e ritualísticos, exercidos em festividades;
- artísticos, ligados à construção e à expressão de idéias e sentimentos;
- lúdicos, relacionados ao lazer e ao entretenimento.

Derivam daí conhecimentos e representações que se transformaram com os anos. Resignificadas suas intencionalidades, formas de expressão e sistematização, eles constituem a cultura corporal de movimento. Portanto, cabe à Educação Física formar o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir de jogos, esportes e ginásticas, em benefício do exercício crítico da cidadania e da melhoria da qualidade de vida. Trata-se de localizar em cada uma dessas práticas os benefícios humanos e suas possibilidades na organização da disciplina no contexto escolar.

Um ponto de destaque nessa nova significação atribuída à Educação Física é que a área ultrapassa a idéia de estar voltada apenas para o ensino do gesto motor correto. Muito mais que isso, o professor deve problematizar, interpretar, relacionar, compreender junto com os alunos as amplas manifestações de sua área de ensino, de tal forma que eles entendam o significado das práticas corporais.

As inovações tecnológicas e o conforto moderno criaram novas formas de socialização, com implicações para a vida de todo jovem e adulto, tanto na esfera do trabalho como do lazer. Muitas pessoas – crianças, jovens ou adultos – vêm substituindo a atividade pela passividade. Com isso, correm o risco de se tornarem ociosas; as conseqüências imediatas são uma diminuição do trabalho corporal, advindo do sedentarismo, e o aparecimento de males típicos da sociedade contemporânea, como obesidade, elevada incidência de problemas posturais e doenças hipocinéticas.

Nesse sentido, a escola de maneira geral e a Educação Física em particular podem colaborar, na medida em que mostram para os alunos os benefícios da prática regular de atividade física e constroem metodologias de ensino que propiciam a experimentação de atividades prazerosas, de tal modo que eles desejem continuá-las também fora da escola. Assim, espera-se que os alunos de EJA sejam capazes de assumir uma postura ativa na prática das atividades físicas e estejam conscientes da sua importância.

As aulas de Educação Física devem discutir as mudanças no comportamento corporal decorrentes do avanço tecnológico e analisar seu impacto na vida do cidadão. Os alunos devem compreender essas transformações, bem como analisar suas relações com o presente. Partilhar o conhecimento socialmente construído, aquilo que foi herdado do passado, é apenas o começo do reconhecimento da parte que cabe a cada um no processo

O desenvolvimento de uma proposta de Educação Física para Educação de Jovens e Adultos constitui-se, simultaneamente, numa necessidade e num desafio.

histórico. É necessário um esforço significativo de todos os profissionais envolvidos com a educação de jovens e adultos a fim de que sejam criadas as condições de valorização desse universo, de modo que se tenha mais um núcleo de difusão dessa área cultural que, além de ser regida pela obrigatoriedade legal, tem seu valor na construção da cidadania.

O desenvolvimento de uma proposta de Educação Física para Educação de Jovens e Adultos constitui-se, simultaneamente, numa necessidade e num desafio. É preciso reconhecer que chegou o momento de olhar para esse segmento da sociedade brasileira e buscar novas formas de viabilizar o seu acesso a esse saber. Trata-se de ajustar a proposta de ensino aos interesses e possibilidades dos alunos de EJA, a partir de abordagens que contemplem a diversidade de objetivos, conteúdos e processos de ensino e aprendizagem que compõem a Educação Física escolar na atualidade.

É um desafio perceber e considerar suas especificidades de caráter metodológico, pois, embora já exista um percurso na Educação Física de jovens e adultos, muitos caminhos ainda estão por ser percorridos. Com isso, atrair o convívio do aluno por meio das linguagens da Arte e da Educação Física aponta para o aumento da oferta de canais de expressão para um aluno que nem sempre procura na escola, de imediato, o acesso a esse tipo de conhecimento. Ampliar a diversidade de expressão numa sociedade que valoriza intensamente (por vezes exclusivamente) a linguagem escrita e a matemática, para um aluno que não domina muito bem esses códigos – e que, portanto, pode ter uma imagem negativa de si mesmo – é um modo de fortalecer a auto-estima.

Propiciar o contato corporal consigo e com os outros, por meio de linguagens que favoreçam a expressão das idéias, sentimentos e crenças pelo movimento, pode dar oportunidade ao aluno de refletir sobre sua história pessoal e sobre como esta é “gravada” em seu corpo com o tempo.

Delimitado esse campo de ação e reflexão, duas questões primordiais precisam nortear o professor, servindo de eixos orientadores para o trabalho da Educação Física escolar com jovens e adultos:

- *Quem são os alunos de EJA?*
- *Como pode ser desenvolvida a Educação Física para esses alunos?*

Os alunos de EJA já possuem uma representação da escola, da atividade física e da Educação Física escolar, formada a partir das vivências que compõem a história pessoal de cada um; por isso, é importante incluir na perspectiva do ensino, como um dos eixos norteadores das ações educativas para jovens e adultos, a possibilidade de resgatar as memórias construídas a partir das diferentes práticas. Isso significa valorizar e respeitar a história pessoal do

aluno e, sobre ela, reconstruir e continuar construindo seus significados sobre a cultura corporal de movimento. O que os alunos trazem nas suas memórias deve constar como ponto de partida do planejamento.

Essas representações podem ser positivas ou negativas. Positivas quando trazem como referência uma Educação Física integradora e diversa, que não seja pautada apenas pelo esporte e sua organização seletiva. E negativas se o aluno apresentar dificuldades para romper com certas memórias, principalmente aquelas que se referem à exclusão, isto é, em que os ganhadores, os “mais habilidosos”, são premiados com maior tempo de jogo; numa situação de vitória, permanecem na quadra, aguardando o próximo adversário, em detrimento daqueles considerados “menos habilidosos”, que, ao perder, saem da disputa, jogando durante menos tempo e pouco participando. Ou, ainda, numa situação individual, quando o acerto é garantia de continuidade no grupo, e o erro é o caminho para a exclusão.

Por tudo isso, ressalta-se a necessidade de levantar junto aos alunos como foram as suas aulas e experiências anteriores, para haver maior clareza de suas vivências e de como o professor deve planejar o trabalho. Outro ponto importante a ser considerado, nessa perspectiva de inclusão do aluno, é o trabalho com a cultura local, buscando localizar a origem de suas práticas, suas transformações e diferenciais com relação outras regiões. Por exemplo, a capoeira pode ser compreendida pela prática e pela leitura dessa modalidade de esporte, resgatando seu percurso histórico e as diferentes influências que a transformaram até o presente, trazendo-a para a sala de aula. Essa abordagem dos conteúdos é adequada aos alunos jovens e adultos, pois seus interesses vão além da necessidade das práticas corporais, muito importantes em todas as faixas etárias, mas que, no entanto, não se esgotam somente no plano da vivência motora. Os alunos estão mais disponíveis a uma ampliação do olhar sobre essas práticas, no sentido de valorizar a expressão de sua cultura corporal de movimento.

É importante lembrar que a maioria dos alunos de EJA estuda no período noturno e que, de acordo com a LDBEN n.º 9.394/96, a Educação Física é facultativa nesses cursos:

A Educação Física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular da educação básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, sendo facultativa nos cursos noturnos. (Art. 26, § 3)

Os pressupostos dessa lei são questionáveis, porque vinculam a área a um suposto gasto de energia que os alunos, já exaustos pelo trabalho, não teriam

condições de suportar no período noturno. Tal conclusão reflete uma concepção ultrapassada de Educação Física, baseada exclusivamente em parâmetros energéticos e fisiológicos, e desconhece a possibilidade da adequação de conteúdos e estratégias às características e necessidades dos alunos que trabalham, bem como a possibilidade de inclusão de conteúdos específicos – aspectos ergonômicos dos movimentos e da postura, trabalho e lazer, exercícios de relaxamento e compensação muscular etc.

No entanto, o professor pode estruturar, para os alunos do ensino noturno, um programa de aulas de Educação Física que esteja de acordo com o projeto educativo da escola, conforme preconiza a LDBEN n.º 9.394/96, reforçando a necessidade de a disciplina estar integrada à proposta pedagógica da escola. Como indicativos imediatos, a lei mostra a importância da participação dos professores das diversas áreas nas reuniões, na elaboração dos planejamentos, nos conselhos e também, de acordo com contexto da escola, o oferecimento das aulas de Educação Física no mesmo horário dos demais componentes curriculares. Essa organização, na verdade, facilita o encontro dos professores, a discussão e o encaminhamento de projetos interdisciplinares.

Mídia e Educação Física para jovens e adultos

Para o ensino de Educação Física na escola, é tão importante considerar os valores elaborados pelo aluno ao longo de sua história pessoal quanto esclarecer os valores difundidos pela mídia em torno desse universo.

No mundo contemporâneo, o esporte, de um modo geral, vem se tornando cada vez mais um produto de consumo, amplamente divulgado junto ao grande público. As transmissões televisivas – que incluem jogos, entrevistas, análises especializadas, aulas de ginástica, vendas de produtos e equipamentos etc. –, juntamente com a vasta quantidade de matérias veiculadas quase que diariamente pela imprensa escrita, vêm contribuindo de forma decisiva para compor o imaginário social acerca da cultura corporal de movimento: estabeleceu-se um padrão para o corpo humano; convencionou-se adotar o esporte como única manifestação corporal; o consumo de materiais e equipamentos esportivos cada vez mais modernos e com tecnologias avançadas é freqüentemente estimulado.

Paradoxalmente, na esteira do consumo desenfreado que vende o esporte como panacéia universal para os problemas do indivíduo e da sociedade, divulgam-se os malefícios do uso de anabolizantes; mostram-se as exigências de um atleta de alto nível que convive com dor e lesões; denunciam-se os riscos da prática de uma atividade física intensa sem orientação profissional etc.

Desse modo, o que a mídia propicia, num primeiro momento, é um grande mosaico sem estrutura lógica aparente, composto de informações desconexas e, em geral, descontextualizadas. A Educação Física na escola não pode ignorar os meios de comunicação e as práticas corporais que eles retratam, tampouco o imaginário que ajudam a criar. É necessário que as aulas forneçam informações relevantes e contextualizadas. Então, caberá à disciplina manter um permanente diálogo crítico sobre a mídia, trazendo esse tema para reflexão dentro do contexto escolar.

As *Diretrizes Curriculares Nacionais* apontam para essa questão, enfatizando a necessidade de entender como a mídia interfere no desenvolvimento dos alunos. Sabe-se que ela é uma formadora de opinião e participa do processo de homogeneização da cultura de massa, que se sobrepõe à cultura popular. O ideal de corpo, dentro desse processo, é apresentado segundo um padrão único, sem espaço, na maioria das vezes, para a diversidade de padrões estéticos espalhados pelo Brasil.

A mídia geralmente mostra o corpo jovem, branco, musculoso para os homens e essencialmente magro para as mulheres como padrões exclusivos de beleza. Essas representações podem ser observadas em protagonistas de novelas, modelos de propaganda ou em revistas etc. Por outro lado, o corpo “real” e a cultura corporal popular são muito valorizados nas comemorações religiosas, que estão imbuídas de grande significado. Nessas festividades, cidadãos comuns, distantes dos modelos cultuados pela mídia, encontram um lugar de expressão, um palco para vivenciar aquilo em que acreditam.

Muitas vezes, as manifestações culturais populares estão ligadas à história local, ao cotidiano, na relação com o trabalho ou com a devoção. A vivência em sociedade é determinante na manutenção da identidade, um conhecimento da própria história que nunca pára de se transformar. É necessário sensibilizar o aluno para que reflita sobre o modelo de imagem corporal difundido e defendido pela mídia a partir da própria imagem corporal e seus significados.

Ao propor o princípio da inclusão, a intenção é vislumbrar uma Educação Física na escola com capacidade para superar a exclusão e a seleção.

Síntese de princípios norteadores

A discussão da prática pedagógica na área de Educação Física parte de quatro aspectos fundamentais: o princípio da **inclusão**, o da **diversidade**, as **categorias de conteúdos** e os **temas transversais**.

Alguns procedimentos em determinados esportes podem levar à exclusão

das práticas corporais os alunos menos habilidosos, os “gordinhos”, os portadores de necessidades especiais, os que usam óculos, as mulheres – estes, entre outros, são alguns exemplos que mostram a complexidade do problema. Esse caráter excludente, que classifica os alunos como aptos e inaptos, hábeis e inábeis, faz parte da herança histórica da Educação Física; remonta aos tempos em que a concepção que validava a existência da área era de natureza higienista, seguindo depois as fortes influências da educação militar.

Na década de 70, visando a formação esportiva, a Educação Física; escolar optou pelo modelo piramidal, ou seja, formar uma base de alunos capacitados para as atividades esportivas, da qual emergiriam talentos capazes de representar o Brasil em competições internacionais. O modelo não deu certo, não se viabilizou o sonho da nação olímpica, e a disciplina passou por uma crise de identidade, reformulando suas metas e iniciando uma reflexão sobre os objetivos gerais para a educação básica e fundamental. O que permaneceu, apesar das mudanças dos referenciais conceituais da área, foram as práticas pedagógicas seletivas.

Assim, ao propor o princípio da inclusão, a intenção é vislumbrar uma Educação Física na escola com capacidade para superar a exclusão e a seleção. Mesmo quando alertados para tal fato, muitos professores, em virtude do enraizamento – tradição – de determinadas atividades excludentes, possuem dificuldades em refletir e modificá-las.

Quando a prática do professor pode ser considerada efetivamente inclusiva? Quando apóia, estimula, incentiva, valoriza, promove e acolhe o estudante. Valorizar todos os alunos – independentemente de etnia, sexo, língua, classe social, religião ou nível de habilidade – deve ser a primeira estratégia do professor. Além dessa atitude, ele precisa favorecer discussões entre os alunos sobre o significado do preconceito, da discriminação e da exclusão. O processo de ensino e aprendizagem deve ser baseado em compreensão, esclarecimentos e entendimento das diferenças. As estratégias escolhidas necessitam não apenas favorecer a inclusão, como também discuti-la e torná-la clara para os alunos de EJA em todos os momentos da prática pedagógica. Por existirem alunos que nunca participaram diretamente de atividades de movimento mais sistematizadas e organizadas – como jogos, práticas esportivas, lutas, ginástica e atividades rítmicas e expressivas –, o desempenho e a eficiência não devem ser valorizados demais.

O princípio da diversidade precisa estar presente ao se buscar uma aprendizagem significativa, entendida aqui como a aproximação entre os alunos e o conhecimento construído pela cultura corporal de movimento ao longo do tempo. A escolha de objetivos e conteúdos deverá se pautar pela diversidade

presente nas vivências dos diferentes grupos que chegam à escola. Esse movimento ocorre a cada novo período e pode ser associado às possibilidades de relacionamento com outras áreas do conhecimento, dentro dos projetos de trabalho ou mesmo dos conteúdos segmentados e predeterminados no planejamento.

Não se pode perder de vista que os alunos estão inseridos numa cultura, trazem suas vivências próprias e são regidos por uma organização política e social. Isso cria a necessidade de olhar para a Educação Física como uma disciplina comprometida com o desenvolvimento da consciência crítica, capaz de estabelecer um canal para o desvelamento da realidade mediante a problematização das ações cotidianas do esporte – por exemplo, dos valores presentes na mídia em relação a Educação Física e Saúde, Ética etc. Outro aspecto relevante e fundamental, nesse processo, é a necessidade de um canal de comunicação entre o saber do aluno e o saber proposto pela escola.

O papel do professor é de mediador, garantindo espaço para que os alunos tenham voz ativa e possam caracterizar a aprendizagem segundo suas necessidades. A relação de aproximação, apreensão, crítica e recriação da produção dos alunos ocorre assim num contexto realista e político. De acordo com a concepção freiriana, não existe educação neutra, e os conteúdos precisam estar ligados à realidade, desenvolvidos de maneira não-mecânica, sempre buscando uma reflexão. Na Educação Física, precisa-se ensinar não só o movimento, mas a realidade a que ele pertence, que está por ser desvelada.

O que ensinar?

Nesse ponto há uma discussão entre os professores de Educação Física em torno dos conteúdos significativos para o real desenvolvimento dos alunos: alguns desejam que ocorram alterações e incorporações de hábitos mais saudáveis e responsáveis para a saúde em geral. Isso só se efetivará dentro de um contexto em que o grupo se encontre mobilizado por razões muito específicas. É muito discutível que se prepare um programa, um planejamento de Educação Física para cada etapa escolar, antes que o professor conheça algumas inquietações dos alunos sobre o corpo e as práticas a ele relacionadas.

Deve-se considerar que muitos conteúdos se inter-relacionam; logo, objetivos podem ser atingidos por muitas vias do conhecimento, principalmente quando se amplia o foco para o desenvolvimento de competências e habilidades. A abordagem dos conteúdos escolares segue as diferentes naturezas dos conteúdos: **procedimentais, conceituais e atitudinais**.

A dimensão procedimental não se restringe ao universo das habilidades motoras, capacidades físicas e fundamentos dos esportes, devendo incluir também

organização, sistematização de informações e aperfeiçoamento, entre outros.

Aos conteúdos conceituais de regras, táticas e alguns dados históricos factuais de modalidades somam-se reflexões sobre os conceitos de ética, estética, desempenho, satisfação, eficiência etc. Nesse sentido, deverão compor o rol de conteúdos da disciplina de Educação Física na escola, numa dimensão mais biológica, por exemplo:

- as relações entre nutrição, gasto energético e as diferentes práticas corporais;
- as relações entre exercício, lesões e uso de anabolizantes;
- o desenvolvimento das capacidades físicas (força, resistência e flexibilidade) e a aquisição e melhoria da saúde.

Além disso, numa dimensão mais sociocultural, devem ser esclarecidos aos alunos alguns pontos, relacionando:

- esporte, sociedade e interesses econômicos;
- organização social, esporte e violência;
- o esporte com intenções de lazer e de profissionalização;
- a história e o contexto das diferentes modalidades esportivas;
- qualidade de vida, atividade física e contexto sociocultural;
- as diferenças e similaridades entre a prática dos jogos e dos esportes;
- as adaptações necessárias para a prática do esporte voltado para o lazer.

E, finalmente, os conteúdos de natureza atitudinal são explicitados como objeto de ensino e aprendizagem e propostos como vivências concretas pelo aluno, o que viabiliza a construção de uma postura de responsabilidade perante si e o outro.

Na Educação Física escolar, por conta de sua trajetória histórica e da sua tradição, a preocupação do docente centralizava-se no desenvolvimento de conteúdos procedimentais. Entretanto, é preciso superar essa perspectiva fragmentada, envolvendo também as dimensões atitudinal e conceitual.

Neste sentido, o papel da Educação Física ultrapassa o ensino de esporte, ginástica, dança, jogos, atividades rítmicas e expressivas e o conhecimento sobre o próprio corpo, em seus fundamentos, técnicas e organização (dimensão procedimental), e inclui também os seus valores subjacentes, ou seja, quais atitudes os alunos devem ter *nas e para as* atividades corporais (dimensão atitudinal). E, finalmente, busca garantir o direito do aluno de saber por que está realizando este ou aquele movimento, isto é, quais conceitos estão ligados àqueles procedimentos (dimensão conceitual).

A prática concreta de aula significa que o aluno deve, por exemplo, aprender a elaborar uma coreografia, jogar capoeira, futebol de casais ou basquetebol, mas, juntamente com esses conhecimentos, saber quais os benefícios dessas práticas, por que se realizam atualmente tais manifestações corporais, qual a relação dessas atividades com a mídia televisiva, e assim por diante. Dessa forma, mais do que ensinar a fazer, o objetivo é que os alunos obtenham não só uma contextualização das informações, como também aprendam a se relacionar com os colegas, reconhecendo quais valores devem estar envolvidos nessas práticas.

A disciplina de Educação Física deve participar da elaboração da proposta pedagógica da escola, incluindo os temas transversais por ela escolhidos, ou apresentar propostas da própria disciplina conforme as necessidades dos grupos de alunos. O trabalho com os temas transversais supõe um relacionamento das atividades da Educação Física com os grandes problemas da sociedade brasileira, sem, no entanto, que se perca de vista o seu papel de integrar o cidadão na esfera da cultura corporal de movimento.

Observa-se, sobretudo nas aulas de Educação Física, que os alunos expressam comportamentos de excitação, cansaço, medo, vergonha, prazer, satisfação etc. Isso se deve, muitas vezes, ao fato de as atitudes e decisões racionais serem afetadas pela intensidade e qualidade dos estados emocionais. O desenvolvimento moral do indivíduo está intimamente relacionado à afetividade e à racionalidade, e nas aulas de Educação Física ocorrem situações que permitem uma intensa mobilização afetiva e interação social. Tal cenário apresenta-se como ambiente ideal para explicitação, discussão, reflexão e aplicação de atitudes e valores considerados éticos ou antiéticos para si e para os outros.

Além da intervenção no momento oportuno, cabe ao professor de Educação Física a construção de formas operacionais e contextos pedagógicos para que valores relacionados ao princípio da dignidade humana e construção de autonomia moral sejam exercidos, cultivados e discutidos no decorrer das práticas escolares. Tal procedimento poderia ser a experiência de:

- respeitar e ser respeitado;
- realizar ações conjuntas;
- dialogar efetivamente com colegas e professores;
- prestar e receber solidariedade;
- ter acesso a conhecimentos que alimentem a compreensão e a cooperação;
- analisar criticamente situações concretas dentro e fora da escola.

Para quem ensinar?

Os subsídios para que os professores reflitam sobre os processos de ensino e aprendizagem devem ser oferecidos mediante respostas para essa e inúmeras outras questões, como:

- Quem é o aluno do ensino de jovens e adultos?
- Quais são os seus interesses de aprendizagem?
- Quais são os seus conhecimentos prévios?
- Como são compostos os grupos?
- Como abordar as diferenças de faixa etária dentro de um mesmo grupo e os diferentes interesses e necessidades?
- Quais as transformações corporais, cognitivas, afetivas e sociais que ocorrem no universo diversificado dos alunos?
- Que grau de autonomia, em relação ao próprio processo de aprendizagem, o aluno pode assumir em cada etapa de seu processo?

É preciso lembrar que os alunos de EJA possuem, na maioria das vezes, opinião formada sobre a Educação Física, baseada em suas experiências pessoais anteriores. Se estas foram marcadas por sucesso e prazer, o aluno terá, provavelmente, uma visão favorável quanto a frequentar as aulas. Ao contrário, quando o aluno registrou várias situações de insucesso, e de alguma forma se excluiu ou foi excluído, sua opção será pela dispensa das aulas, ou a passividade perante as atividades. Transformar essas opiniões se constitui num enorme desafio para os professores de EJA. A adoção da concepção de um ensino contextualizado pode amenizar o afastamento.

O tratamento contextualizado do conhecimento é o recurso que a escola tem para demover o aluno da condição de espectador passivo. Se bem trabalhado, permite que, ao longo da transposição didática, o conteúdo do ensino provoque aprendizagens significativas que mobilizem o aluno e estabeleçam entre ele e o objeto do conhecimento uma relação de reciprocidade.

O aluno de EJA, jovem ou adulto, traz preocupações pessoais com o próprio corpo e sua saúde que em boa medida são definidas pelo meio sociocultural em que vive – bombardeado pela indústria de massa da cultura e do lazer com falsas necessidades de consumo e com mitos de saúde, desempenho e beleza, assimilando informações pseudocientíficas e imprecisas. Assim, carrega suas visões, fantasias e decisões, atitudes e formas de comportamento em relação a aparência, sexualidade e reprodução, consumo de drogas, hábitos de alimentação, limite e capacidade física, papel do esporte, repouso, atividade e lazer, padrões de beleza e saúde etc.

Cabe à disciplina de Educação Física rever cientificamente a importância dessas questões, para tratá-las pedagogicamente. Conhecer o corpo humano não é apenas saber como operam os diversos órgãos e sistemas, mas principalmente entender como funciona o próprio corpo e os reflexos disso em decisões pessoais de suma importância, tais como fazer dieta, usar anabolizantes, praticar exercícios físicos e exercer a sexualidade.

Valores, preconceitos e estereótipos são o pano de fundo determinante para a geração de interesses e motivações dos alunos. Nesse contexto, deve-se valorizar a função social da escola como espaço de experiências em que ampla parcela da população pode ter acesso à prática e à reflexão da cultura corporal de movimento.

Como ensinar?

Nas aulas de Educação Física, os aspectos procedimentais são mais facilmente observáveis, pois a aprendizagem desses conteúdos está necessariamente vinculada à experiência prática. No entanto, a valorização do desempenho – com pouca ênfase no prazer, ou vice-versa –, a abordagem técnica com referência em modelos muito avançados, a desvalorização de conteúdos conceituais e atitudinais e, principalmente, uma concepção de ensino que deixa como única alternativa ao aluno adaptar-se ou não a modelos predeterminados têm resultado, em muitos casos, em exclusão.

Portanto, além de buscar meios para garantir a vivência prática da experiência corporal, as propostas de ensino e aprendizagem devem considerar a realidade social e pessoal do aluno e sua percepção de si e do outro, bem como as dúvidas e necessidades de compreensão dessa mesma realidade. A partir da inclusão, pode-se constituir um ambiente de aprendizagem significativa, no qual ele tenha a possibilidade de fazer escolhas, trocar informações, estabelecer questões e construir hipóteses.

Ao diversificar as estratégias de abordagem dos conteúdos, aluno e professor podem participar de uma integração cooperativa de construção e descoberta, em que o aluno contribui com seu estilo pessoal de executar e refletir, e, portanto, de aprender, trazendo em alguns momentos a síntese da atualidade para o instante da aprendizagem (recursos de troca de informações, conhecimentos prévios, informações da mídia etc.), e o professor promove uma visão organizada do processo como uma possibilidade real (experiência socioculturalmente construída, referências para a leitura etc.).

Em EJA, essa organização do professor pode ser complementada mediante a ação dos alunos, que se tornam co-responsáveis pelo ensino e aprendizagem dos colegas. Muitas vezes subjaz a ela uma aparente desorganização – se

comparada ao saber formalmente construído –, capaz no entanto de atingir os objetivos propostos: por exemplo, havendo troca entre os integrantes do grupo (o aluno “vira professor”) com o objetivo de aumentar o grau de apropriação do fazer e, com isso, trazer elementos concretos para as discussões em torno de alguns temas polêmicos. Isso permite a discussão e o questionamento de alguns preconceitos sociais – por exemplo, uma competência negada socialmente para as mulheres, como saber jogar futebol, pode ser confrontada à noção de que basta pertencer ao sexo masculino para saber e gostar de jogar. Desse modo, alunos de ambos os sexos ressignificam suas estruturas interiores de aprendizagem e de ensino e elaboram a intenção e predisposição necessárias para a construção de um novo olhar.

Objetivos do ensino de Educação Física

Os objetivos específicos que expressam o papel social da Educação Física para educação de jovens e adultos são:

Promover a integração e a inserção de todos os alunos nas práticas corporais.

É necessário viabilizar um espaço para que as vivências de algumas práticas relevantes para o aluno jovem e adulto possibilitem o trabalho com a timidez, a auto-estima, o convívio e o conhecimento do corpo, assim como as relações interpessoais necessárias ao desenvolvimento da cidadania.

Valorizar, apreciar e desfrutar dos benefícios advindos da cultura corporal de movimento.

É fundamental criar condições para que os alunos apreciem e desfrutem de eventos esportivos e manifestações culturais regionais (como a capoeira, o bumba-meu-boi etc.), com o intuito de valorizar suas produções, visando a ampliação do conhecimento histórico e cultural e do olhar mais apurado para a estética gestual dessas manifestações.

Perceber e compreender o papel do esporte na sociedade contemporânea.

O esporte é um importante fenômeno sociológico, presente em diferentes manifestações artísticas e culturais, além de envolver grandes interesses econômicos. O aluno de EJA deve conhecer, discutir e refletir o espaço ocupado pelo esporte na sociedade contemporânea. Como ponto de partida podem ser apresentadas diferentes fontes de informação (jornais, revistas, livros, filmes, documentários etc.) para discutir com os alunos o papel das olimpíadas e das copas do mundo de futebol, os mercados de consumo envolvidos, os interesses

políticos, a globalização no esporte, o uso de anabolizantes, a ética e o *fair play*, a presença feminina, as adaptações e treinamentos físicos necessários, lesões e muitos outros temas.

Incluir no processo de construção do conhecimento o debate de assuntos polêmicos em torno das atividades físicas e do esporte-espetáculo, aliando a isso o estímulo à pesquisa, ao debate e ao confronto de opiniões, pode representar uma mudança na relação com o conhecimento, fundamentando uma observação crítica ao que se apresenta como verdade “científica”, ou ao conhecimento do senso comum

Usufruir do tempo livre de lazer, resgatando o prazer enquanto aspecto fundamental para a saúde e melhoria da qualidade de vida.

É fundamental abordar diferentes práticas corporais como forma de lazer, que é um importante direito social (assegurado constitucionalmente). Devem ser oferecidas, ao aluno, condições para o exercício desse direito. Valorizar o período de lazer para a ampliação das relações interpessoais dentro da comunidade é pensar em qualidade de vida, que pode ser promovida por meio de algumas atitudes como a reivindicação de espaços públicos para esse fim e a organização em torno da utilização desses espaços.

Promover trabalhos em grupo para discutir a gestão de tais espaços, pesquisando na própria comunidade ou em outros espaços, pode ser o ponto de partida para um trabalho que viabilize alternativas com um público que apresenta maiores possibilidades de interferência na comunidade.

Valorizar, por meio do conhecimento sobre o corpo, a formação de hábitos de cuidado pessoal.

Trata-se de ampliar os conhecimentos relacionados à saúde mediante práticas da cultura corporal de movimento que tenham reflexo na melhoria da qualidade de vida e no bem-estar. Propostas de ensino que contemplem tal objetivo são oportunas nesse momento da escolarização e muitas vezes representam a única via de acesso a esse conhecimento para o aluno de EJA. Por exemplo, o uso do corpo em situações de trabalho repetitivo, as posições de apoio que protegem a coluna durante um esforço físico, a relação entre atividades aeróbicas e doenças cardiovasculares etc.

Compreender e ser capaz de analisar criticamente valores sociais como padrões de beleza, relações entre os sexos e preconceitos.

Analisar os padrões de estética veiculados pela mídia, relacionando-os aos diferentes significados e interesses a eles vinculados, abre espaço ao debate sobre Consumo e Trabalho relacionados ao corpo e ao movimento. Pode-se

incluir, enquanto abordagem de conteúdos, os modelos estéticos e a sua relação com o comércio de produtos dietéticos, com os modismos das dietas, com programas de emagrecimento e atividade física veiculados pela mídia etc. Não se trata de negar os conhecimentos construídos sobre a necessidade de combate ao sedentarismo, mas, antes de tudo, de fornecer informações que possibilitem a análise dos meios de comunicação e possam gerar um grau de autonomia no gerenciamento de práticas pessoais.

Conteúdos do ensino de Educação Física

Os conteúdos são apresentados segundo categorias: conceitual (fatos, conceitos e princípios), procedimental (ligados ao fazer) e atitudinal (normas, valores e atitudes). Os dois primeiros mantêm uma grande proximidade, na medida em que o objeto central da cultura corporal de movimento gira em torno do fazer, do compreender e do sentir com o corpo (incluem-se também nessas categorias os processos de aprendizagem, organização e avaliação). Os conteúdos atitudinais apresentam-se como objeto de ensino e aprendizagem e apontam para a necessidade de serem vivenciados concretamente no cotidiano escolar, buscando-se minimizar a construção de valores e atitudes por meio do “currículo oculto”. É importante ainda considerar em que medida as normas e valores dos alunos de EJA determinam sua participação nas atividades.

Crítérios de seleção dos conteúdos

Para garantir a coerência entre a concepção exposta e a concretização dos objetivos, alguns critérios foram utilizados a fim de selecionar os conteúdos que serão trabalhados com os alunos. Sua definição buscou guardar uma amplitude que possibilite a consideração das diferenças entre regiões, cidades e localidades brasileiras e suas respectivas populações. Além disso, tomou-se como referencial a diversidade de possibilidades de aprendizagem dos alunos nessa etapa da escolaridade.

A seleção dos conteúdos está vinculada à relevância que essas práticas têm na cultura corporal de movimento do povo brasileiro. A aprendizagem delas, enquanto conteúdo, deve ser ampliada, considerando as dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais, as capacidades de interação social, o usufruto das possibilidades de lazer e a promoção da saúde pessoal e coletiva. É importante também, sempre que possível, estabelecer vínculos com os temas transversais, atendendo à demanda social sem perder de vista as características do aluno de EJA.

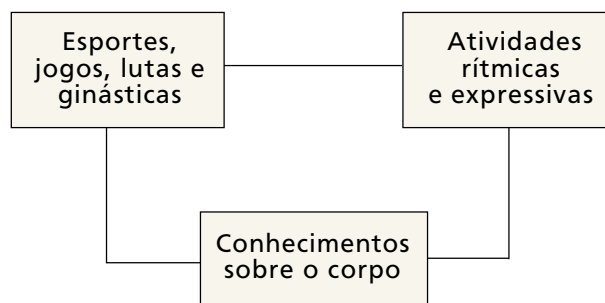
Especificidades do conhecimento da área

Blocos de conteúdo

Considerando as especificidades do curso de Educação de Jovens e Adultos é importante que a organização do currículo de Educação Física seja regida por princípios mais coerentes com a realidade e as necessidades concretas dos alunos.

A distribuição e o desenvolvimento dos conteúdos devem estar relacionados ao projeto educativo de cada escola e à especificidade de cada grupo. A característica do trabalho deve contemplar os vários níveis de competência desenvolvidos, para que todos os alunos sejam incluídos e as diferenças individuais resultem em oportunidades de troca e enriquecimento do trabalho. Dentro dessa perspectiva, o grau de aprofundamento estará submetido às dinâmicas dos grupos.

A seguir, serão apresentados como uma referência didática os blocos de conteúdos da área; contudo, eles não devem representar estruturas rígidas para serem seguidas de modo específico, mas sim um recorte possível a ser abordado no contexto escolar.



Conhecimentos sobre o corpo

Este bloco refere-se aos conhecimentos e conquistas individuais que subsidiam as práticas expressas nos outros dois blocos e que provêem recursos para o indivíduo gerenciar sua atividade corporal de forma autônoma. O corpo não é um amontoado de partes e aparelhos, mas um organismo integrado, vivo, que interage com o meio físico e cultural, e sente dor, prazer, alegria, medo etc. Para conhecê-lo, abordam-se os conhecimentos anatômicos, fisiológicos, biomecânicos e bioquímicos que capacitam a análise crítica dos programas de atividade física e o estabelecimento de critérios para julgamento, escolha e realização de atividades corporais saudáveis.

Neste bloco, estão inseridos os conteúdos que se inter-relacionam com as áreas de anatomia, fisiologia, bioquímica e biomecânica. Eles são abordados

principalmente a partir da percepção do próprio corpo, isto é, o aluno será capaz de, estimulado por suas sensações e de posse de informações conceituais sistematizadas, analisar e compreender as alterações que ocorrem em si mesmo durante e depois de fazer atividades. Poderão ser feitas análises sobre alterações no curto, médio ou longo prazo. Sob a ótica da percepção do próprio corpo, os alunos também poderão analisar seus movimentos no tempo e no espaço: como são seus deslocamentos, qual é sua velocidade etc.

Fazem parte deste bloco os conhecimentos sobre os hábitos de postura e atitudes corporais. A ênfase deste item está na relação entre as possibilidades e as necessidades biomecânicas e a construção sociocultural. Por que, por exemplo, os orientais sentam-se no chão, com as costas eretas? Por que há uma tendência de as pessoas se apoiarem em apenas uma das pernas quando estão de pé? Observar e procurar compreender essas atitudes corporais são atividades que podem ser desenvolvidas juntamente com projetos de História, Geografia e Pluralidade Cultural. Além da análise dos diferentes hábitos, pode-se incluir a questão da postura dos alunos na escola (as mais adequadas para determinadas tarefas e diferentes situações etc.).

O corpo, como sede de sensações e emoções, deve ser contemplado como conteúdo, de modo a permitir a compreensão da dimensão emocional que se expressa nas práticas da cultura corporal de movimento e a percepção do corpo sensível e emotivo, por meio de vivências como jogos dramáticos, mímicas, massagem etc.

Esportes, jogos, lutas e ginásticas

Não se pretende, com esta proposta, definir cada uma das práticas, mas transformá-la em um instrumento viável ao professor e à escola no sentido de operacionalizar e sistematizar os conteúdos da forma mais abrangente, diversificada e articulada possível.

As práticas que adotam as regras de caráter oficial e competitivo, organizadas por federações regionais, nacionais e internacionais que regulamentam a atuação amadora e a profissional, são consideradas como esporte. Envolve condições de local – como campos, piscinas, pistas, ringues, ginásios etc. – e equipamentos sofisticados. A divulgação pela mídia favorece a sua apreciação por um diverso contingente de grupos sociais e culturais. Por exemplo, os jogos olímpicos, a copa do mundo de futebol, determinadas lutas de boxe profissional são vistos e discutidos por um grande número de apreciadores e torcedores.

Os jogos podem ter maior flexibilidade nas regulamentações, que são adaptadas em função das condições de espaço e material disponíveis e do número de participantes, entre outros. São exercidos com caráter competitivo,

cooperativo ou recreativo em situações festivas, comemorativas, de confraternização ou, ainda, no cotidiano, como simples passatempo e diversão. Assim, incluem-se entre os jogos as brincadeiras regionais, os jogos de salão, de mesa, de tabuleiro, de rua e as brincadeiras infantis de modo geral.

As lutas são disputas em que o oponente deve ser subjulgado com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica, a fim de punir atitudes de violência desnecessária e deslealdade. Podem ser citados, como exemplos de lutas, desde as brincadeiras de cabo-de-guerra e braço-de-ferro até práticas mais complexas como capoeira, judô e caratê.

As ginásticas são técnicas de trabalho corporal que, de modo geral, assumem um caráter individualizado com finalidades diversas. Por exemplo, podem ser feitas como preparação para outras modalidades, como relaxamento, para manter ou recuperar a saúde ou, ainda, como forma de recreação, competição e convívio social. Envolvem às vezes a utilização de materiais e aparelhos, podendo ocorrer em espaços fechados, ao ar livre e na água. Cabe ressaltar que são conteúdos que têm uma relação privilegiada com o bloco de “Conhecimentos sobre o corpo”, pois, nas atividades de ginásticas, estes se explicitam com bastante clareza.

Atualmente, existem várias técnicas de ginástica que trabalham de modo diferente das tradicionais (de exercícios rígidos, mecânicos e repetitivos), visando a percepção do próprio corpo: ter consciência da respiração, perceber o relaxamento e a tensão dos músculos, sentir as articulações da coluna vertebral.

Uma prática pode ser vivida ou classificada em função do contexto em que ocorre e das intenções de seus praticantes. Por exemplo, o futebol pode ser praticado como um esporte, em que se valorizam os aspectos formais, considerando as regras oficiais estabelecidas internacionalmente (e que incluem as dimensões do campo, o número de participantes, o diâmetro e o peso da bola, entre outros aspectos), com platéia, técnicos e árbitros. Ou pode ser considerado um jogo, quando ocorre na praia, ao final da tarde, com times compostos na hora, sem árbitro nem torcida, com fins puramente recreativos. Incluem-se, neste bloco, as informações históricas sobre as origens e características dos esportes, jogos, lutas e ginásticas, assim como a valorização e a apreciação dessas práticas.

Atividades rítmicas e expressivas

Em princípio, é relevante sublinhar que todas as práticas abordadas, mais ou menos explicitamente, possuem expressividade e ritmo. Quanto à expressão, elas se constituem em códigos simbólicos, por meio dos quais a vivência

individual do ser humano, em interação com os valores e conceitos do ambiente sociocultural, cria a possibilidade de comunicação por gestos e posturas. Em relação ao ritmo, desde a respiração até a execução de movimentos mais complexos, se requer um ajuste com referência ao espaço e ao tempo.

Este bloco de conteúdos inclui as manifestações da cultura corporal de movimento que têm como característica comum a intenção explícita de – por meio de gestos e de ritmos, sons e música – buscar formas de se expressar com o corpo. Trata-se especificamente das danças, mímicas, brincadeiras cantadas e cirandas. Nessas atividades rítmicas e expressivas, encontram-se mais subsídios para enriquecer o processo de formação dos códigos corporais de comunicação dos indivíduos e do grupo.

Num país com manifestações como o samba, o maracatu, o frevo, o afoxé, a catira, o baião, o xote, o xaxado, entre tantas outras, é surpreendente o fato de a Educação Física, durante muito tempo, ter desconsiderado essas produções da cultura popular como objeto de ensino e aprendizagem. A diversidade cultural que caracteriza o país tem na dança uma de suas expressões mais significativas, constituindo um amplo leque de possibilidades de aprendizagem.

Os conteúdos deste bloco são amplos e diversificados e podem variar muito, de acordo com o local em que a escola estiver inserida. Sem dúvida alguma, resgatar as manifestações culturais tradicionais da coletividade, principalmente por meio das pessoas mais velhas, é de fundamental importância. Será que não valeria a pena explicar por quê? A pesquisa sobre danças e brincadeiras cantadas de regiões distantes, com características diferentes das danças e brincadeiras locais, pode tornar o trabalho mais completo.

Por meio das danças, brincadeiras e cirandas os alunos poderão conhecer as qualidades do movimento expressivo, como leve/pesado, forte/fraco, rápido/lento, fluido/interrompido, bem como perceber sua intensidade, duração e direção, analisando-as a partir desses referenciais.

É muito importante também saber conviver tanto com a sensação de liberdade que acompanha o exercício de criação como com o desenho coreográfico. Processos de criação e cópia, utilizados de forma inadequada, reacendem categoricamente as atitudes corporais estereotipadas. Portanto, a possibilidade de harmonizar criação livre e imitação de movimento passa a ser uma atitude sensata de equilíbrio na aplicação dos conteúdos.

Para adotar atitudes de valorização e apreciação dessas manifestações expressivas deve-se conhecer técnicas de execução de movimentos, valer-se delas no exercício de seu potencial comunicativo, mostrar capacidade de improvisar e de criar coreografias.

Organização dos conteúdos

Considerar as características dos alunos quanto à distribuição dos conteúdos, durante essa etapa da escolarização, implica dimensionar o tempo de desenvolvimento de conteúdos “eleitos” junto a esses alunos.

Neste sentido, com o propósito de criar uma proposta que permita um grau de diferenciação para cada grupo de trabalho, pode-se pensar na elaboração de um programa por unidades didáticas, que seriam iniciadas a partir dos interesses e dos conhecimentos prévios que os alunos apresentem sobre o conteúdo a ser desenvolvido.

O tempo de desenvolvimento de cada unidade estará relacionado com as possibilidades de aprofundamento dos grupos envolvidos; assim, grupos diferenciados terão aprofundamentos também diferentes, que se expressarão em vários roteiros de aprendizagem.

Exemplo

O conteúdo “esporte” poderá encaminhar-se para a análise prática das técnicas e regras que determinam a prática do futebol. Neste caso, subgrupos podem ser formados em torno dessa unidade. Também pode haver grupos de trabalho com habilidade de jogo, criando situações de aprendizagem para os que têm menos experiência. Outro grupo aprofundará o estudo das regras, partindo das oficiais e adaptando-as para o grupo, com objetivo de tornar a participação de todos possível e prazerosa. Enfim, subgrupos podem ser criados, segundo os interesses dos envolvidos e do projeto educativo da escola, em torno de temas relacionados ao futebol, como: mídia, futebol e comportamento, violência e *doping* no esporte, a presença da mulher no futebol, esporte profissional e esporte como lazer e integração etc.

A partir de uma proposta e da formação de subgrupos de trabalho, o que determinará o alcance de uma unidade didática será a capacidade de articulação dos conhecimentos que o grupo possui e de partilhá-los entre seus integrantes, bem como a aplicação de metodologias de aprendizagem que garantam o avanço de todos, contemplando a diversidade de interesses e habilidades. Portanto, é fundamental que o trabalho organizado em torno de unidades didáticas preveja a possibilidade de os grupos seguirem itinerários diversos, com duração de tempo também diferente; assim, gerenciar junto com os alunos as produções do grupo, divididas em subgrupos, implica criar momentos para a socialização dos novos conhecimentos.

Quando o professor responsável pelo encaminhamento das propostas perceber que o tema está se esgotando enquanto produção de conhecimento, poderá encaminhar o trabalho para outra unidade, fazendo um fechamento

dos conhecimentos obtidos e deixando para retomar essa unidade mais à frente. Desse modo, pode-se pensar sobre o desenvolvimento dos conteúdos como espirais que, ao serem retomadas, partem de um nível superior ao anteriormente trabalhado.

Dimensões dos conteúdos

Os conteúdos de aprendizagem serão apresentados dentro dos blocos, segundo suas categorias (conceitual, procedimental e atitudinal), o que permite a identificação mais precisa das intenções educativas. Nesse sentido, deve-se considerar que essas categorias de conteúdo sempre estão associadas, mesmo que tratadas de maneira específica. Por exemplo, os aspectos conceituais do desenvolvimento da resistência orgânica são aprendidos junto com os procedimentais, por meio da aplicação de exercícios de natureza aeróbica e anaeróbica, paralelamente aos aspectos atitudinais de valorização (sentir-se envolvido e responsabilizar-se pelo seu desenvolvimento). Essas categorias constituem-se em referenciais para o diálogo entre o ensino e a aprendizagem.

Os conteúdos dos blocos são organizados em dois itens: o primeiro trata dos conteúdos atitudinais, e o segundo agrupa conteúdos conceituais e procedimentais. Os atitudinais são apresentados em primeiro plano, perpassando os três blocos, pois a aprendizagem de qualquer prática, se não os considera de forma explícita, reduz-se a mera tecnicidade alienada.

Valores – Entendem-se por valores os princípios éticos e as idéias que permitem emitir um juízo sobre as condutas e seu sentido.

Atitudes – As atitudes refletem a coerência entre o comportamento e o discurso do sujeito. São as formas que cada pessoa encontra para expressar seus valores e posicionar-se em diferentes contextos.

Normas – As normas são padrões ou regras de comportamento, construídas socialmente para organizar determinadas situações; constituem a forma convencionalizada de concretizar os valores compartilhados por uma coletividade e indicam o que se pode ou não fazer.

A seguir, os conteúdos conceituais e procedimentais são distribuídos nas especificidades de cada bloco. Os procedimentos expressam um saber fazer que envolve tomar decisões e realizar uma série de ações, de forma ordenada e não-aleatória, para atingir uma meta. Os conceitos e princípios constituem-se em generalizações, deduções, informações e sistematizações relativas ao ambiente sociocultural. São organizados lado a lado, em função do diálogo que se estabelece na cultura corporal de movimento entre o fazer, o pensar e o sentir.

**Conteúdos atitudinais:
conhecimento sobre o corpo; esportes, jogos, lutas e ginásticas;
atividades rítmicas e expressivas**

- Valorização do estilo pessoal de cada um.
- Predisposição à cooperação e solidariedade (ajudar o outro, dar segurança, contribuir com um ambiente favorável ao trabalho etc.).
- Predisposição ao diálogo (favorecer a troca de conhecimento, não omitir informações úteis ao desenvolvimento do outro, valorizar o diálogo na resolução de conflitos, respeitar a opinião alheia).
- Valorização da cultura popular, nacional e internacional.
- Predisposição para a busca do conhecimento, da diversidade de padrões, da atitude crítica em relação a padrões impostos, do reconhecimento a outros padrões pertinentes a diferentes contextos.
- Respeito a si e ao outro (limites corporais próprios, desempenho, interesse, biótipo, gênero, classe social, habilidade, erro etc.).
- Valorização do desempenho esportivo de um modo geral, sem ufanismo ou regionalismo.
- Predisposição para experimentar situações novas ou que envolvam novas aprendizagens.
- Predisposição para cultivar algumas práticas sistemáticas (exercícios técnicos, de manutenção das capacidades físicas etc.).
- Aceitação da disputa como um elemento da competição e não como uma atitude de rivalidade ante os demais.
- Predisposição para aplicar os conhecimentos técnicos e táticos.
- Valorização do próprio desempenho em situações competitivas desvinculadas do resultado.
- Reconhecimento do desempenho do outro como subsídio para a própria evolução e parte do processo de aprendizagem (diálogo de competências).
- Disposição para adaptar regras, materiais e espaços visando a inclusão do outro (jogos, ginásticas, esportes etc.).
- Capacidade de aplicar os conhecimentos adquiridos e os recursos disponíveis na criação e adaptação de jogos, esportes e danças, otimizando o tempo disponível para o lazer.
- Valorização da cultura corporal de movimento como: parte do patrimônio cultural da comunidade, do grupo social e da nação; instrumento de expressão de afetos, sentimentos e emoções; possibilidade de obter satisfação e prazer; linguagem e forma de comunicação e interação social.
- Respeito a diferenças e características relacionadas ao gênero presentes nas práticas da área.

**Conteúdos conceituais e procedimentais:
conhecimentos sobre o corpo**

- Identificação das capacidades físicas básicas.
- Compreensão dos aspectos relacionados à boa postura.
- Compreensão das relações entre as capacidades físicas e as práticas da cultura corporal de movimento.
- Compreensão das técnicas de desenvolvimento e manutenção das capacidades físicas básicas.
- Vivência de diferentes formas de desenvolvimento das capacidades físicas básicas.
- Identificação das funções orgânicas relacionadas às atividades motoras.
- Vivências corporais que ampliem a percepção do corpo sensível e do corpo emotivo.
- Conhecimento dos efeitos que a atividade física exerce sobre o organismo e a saúde.

**Conteúdos conceituais e procedimentais:
esportes, jogos, lutas e ginásticas**

- Compreensão dos aspectos histórico-sociais relacionados aos jogos, às lutas, aos esportes e às ginásticas.
- Participação em jogos, lutas e esportes, dentro do contexto escolar, de forma recreativa e competitiva.
- Vivência de jogos cooperativos.
- Desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras, por meio das práticas da cultura corporal de movimento.
- Compreensão e vivência dos aspectos relacionados à repetição e à qualidade do movimento na aprendizagem do gesto esportivo.
- Aquisição e aperfeiçoamento de habilidades específicas a jogos, esportes, lutas e ginásticas.
- Compreensão e vivência dos aspectos técnicos e táticos do esporte no contexto escolar.
- Desenvolvimento da capacidade de adaptar espaços e materiais na criação de jogos.
- Desenvolvimento da capacidade de adaptar espaços e materiais para realizar esportes simultâneos, envolvendo diferentes objetivos de aprendizagem.
- Vivência de esportes individuais e coletivos dentro de contextos

participativos e competitivos.

- Vivência de variados papéis assumidos no contexto esportivo (goleiro, defesa, atacante, técnico, torcedor, juiz).
- Participação na organização de campeonatos, gincanas, excursões e acampamentos dentro do contexto escolar.
- Compreensão das diferentes técnicas de ginásticas relacionadas com diferentes contextos histórico-culturais e seus objetivos específicos.
- Compreensão e vivência dos aspectos de quantidade e qualidade relacionados aos movimentos da ginástica.

Conteúdos conceituais e procedimentais: atividades rítmicas e expressivas

- Compreensão dos aspectos histórico-sociais das danças.
- Percepção do ritmo pessoal e do grupo.
- Desenvolvimento da noção de espaço e tempo vinculada ao estímulo musical e ao silêncio com relação a si mesmo e ao outro.
- Exploração de gestos e códigos de outros movimentos corporais não abordados nos outros blocos.
- Compreensão do processo expressivo, partindo do código individual para o coletivo (mímicas individuais, representações de cenas do cotidiano em grupo, danças individuais, pequenos desenhos coreográficos em grupo).
- Percepção dos limites corporais na vivência dos movimentos rítmicos e expressivos.
- Predisposição a superar seus próprios limites nas vivências rítmicas e expressivas.
- Vivências das danças da cultura popular regional, compreendendo seus contextos de manifestação (carnaval, escola de samba e seus integrantes, frevo, capoeira, bumba-meu-boi etc.).
- Reconhecimento e apropriação dos princípios básicos para construção de desenhos coreográficos simples.
- Vivência da aplicação dos princípios básicos na construção de desenhos coreográficos.
- Vivência das manifestações das danças urbanas mais emergentes e compreensão do seu contexto originário.
- Vivência das danças populares regionais nacionais e internacionais e compreensão do contexto sociocultural onde se desenvolvem.

Ensinar e aprender na educação de jovens e adultos

Inicialmente, é fundamental que se façam algumas considerações a respeito de aspectos da realidade escolar brasileira que incidem sobre os processos de ensino e aprendizagem característicos da educação de jovens e adultos.

Em EJA, a correspondência ideal entre idade e etapa escolar não existe. Essa situação pode ser verificada pela convivência de alunos com idade a partir de 16 anos, não sendo possível precisar um limite máximo de idade escolar – tudo num mesmo grupo. Esse quadro potencializa a característica diversidade de interesses e formas de aprendizagem, qualidade de interação social e conhecimentos prévios entre alunos de uma mesma turma ou classe, exigindo do professor ainda mais clareza de intenções na sistematização de conteúdos, objetivos, estratégias, dinâmicas e formas de intervenção.

As considerações que seguem são referências que apontam para determinadas direções e tendências presentes ao longo da escolaridade, importantes de serem observadas e, na medida de cada realidade, priorizadas e aprofundadas no Segundo Segmento. Qualquer tentativa de organizar processos de ensino e aprendizagem, em relação direta com faixas etárias de forma propedêutica e hierarquizada, será demasiadamente reducionista e até mesmo falsa, se não puser o aluno em primeiro plano.

Nesse momento da escolaridade, jovens e adultos passam por um processo de busca de identidade e afirmação pessoal, em que a construção da auto-imagem e da auto-estima desempenha um papel muito importante. Durante essa construção, as experiências corporais adquirem uma dimensão significativa, cercada de dúvidas, conflitos, desejos, expectativas e inseguranças. Quase sempre influenciado por modelos externos, o jovem questiona muito mais a sua auto-imagem em relação a beleza, capacidade física, habilidades, limites, competências de expressão e comunicação, interesses etc. do que o adulto. Para o jovem, esse questionamento pode se resumir na seguinte pergunta: “Como eu sou e como desejo ser?”. No adulto, parece haver um afastamento seu em relação à própria imagem corporal, no sentido de acreditar que não há muito o que mudar fisicamente. Em EJA, é fundamental que os alunos percebam a relação entre idade e atividade física em geral.

As questões em torno da sexualidade podem ser abordadas a partir dos temas transversais. Jovens e adultos poderão discutir temas relacionados às práticas corporais e a relação entre gêneros, a dimensão prazerosa do movimento e a erotização das danças na mídia. As vivências corporais pessoais e de interação social – ver e ser visto, expor-se ou recolher-se, escolher

e ser escolhido – são situações que implicam conseqüências reais, vividas de maneira mais ou menos satisfatória, que podem ser resgatadas junto ao grupo, permitindo uma recapitulação dos processos pessoais de aprendizagem. Recapitular as experiências pessoais é muito importante nesse momento da escolarização, pois permite rever as respostas utilizadas naquele momento de vida, em contexto específico, e confrontá-las com o momento atual, quando se solicita uma percepção da aprendizagem que considere as características do grupo.

Em muitos momentos, a pergunta ganha outro sentido: “Como ser, para ser desejável?”. Em EJA, isso se nota também no estilo de roupa que inicialmente escolhem para ir às aulas: as mulheres usam roupas atraentes, e coloridas, decotadas e muito coladas, impedindo muitas vezes o movimento natural do corpo; os homens, sapatos, calças e camisas sociais, roupas “de festa”. Em conversa com os alunos, percebe-se que a ida à escola é uma das principais ou a única atividade social. Eles se envolvem muito com as obrigações do trabalho e pouco com as práticas culturais. A padronização de beleza, desempenho, saúde e alimentação – modelos impostos pela sociedade de consumo – contribui para a cristalização de comportamentos estereotipados e alienados, tornando a discussão, a reflexão e a relativização de conceitos e valores necessidades permanentes.

A Educação Física é responsável por abrir esse espaço de produção de conhecimento no ambiente escolar. O desenvolvimento desse universo de conhecimento pode acontecer pela abordagem dos temas transversais e de projetos interdisciplinares. Por isso, o processo de ensino e aprendizagem deve considerar simultaneamente três elementos: diversidade, autonomia e aprendizagem específica.

Diversidade

A cultura corporal de movimento caracteriza-se, entre outras coisas, pela diversidade de práticas, manifestações e modalidades. Muitas informações da mídia que chegam ao jovem e ao adulto de forma fragmentada são manipuladas por interesses econômicos e valores ideológicos, buscando seduzi-los. A Educação Física escolar não pode fugir nem se alienar dessa realidade, pois é impossível negar a força que a indústria do lazer exerce nos comportamentos e atitudes.

O conhecimento dessa cultura deve constituir-se num instrumento de compreensão da realidade social e humana do aluno. Neste sentido, é fundamental que seja garantido o acesso a informação variada e aos inúmeros procedimentos e recursos para obtê-la. A Educação Física escolar

apresenta uma diversidade de formas de abordagem para a aprendizagem, entre elas:

- situações de jogo coletivo;
- exercícios de preparação corporal;
- aperfeiçoamento;
- improvisação;
- imitação de modelos;
- apreciação e discussão;
- circuitos, jogos e brincadeiras.

O contexto escolar dispõe de um tempo e de um espaço que, mesmo não sendo muito adequados, podem ser bem aproveitados. Essa otimização de sua utilização pode ser incorporada como conteúdo a ser desenvolvido com o aluno de EJA, que, além de ter na escola a possibilidade de vivenciar o maior número possível de práticas corporais, poderá envolver-se também no gerenciamento do tempo e da organização para esse trabalho. Assim, o aluno de EJA estará sendo habilitado a “gerenciar” espaços para as práticas da cultura corporal de movimento.

A Educação Física escolar não pode reproduzir a falta de opções e perspectivas culturais, nem ser cúmplice de um processo de empobrecimento e descaracterização cultural. Ou seja, os mesmos momento e local que viabilizam o futebol e a queimada devem viabilizar o vôlei, o tênis (com raquetes de madeira), os jogos pré-desportivos, a dança, a ginástica, as atividades aeróbias, o relaxamento, o atletismo, entre inúmeros outros exemplos. No entanto, a Educação Física na escola, de maneira geral, não precisa se confinar em seus muros. O diálogo permanente com a comunidade próxima pode ser cultivado, franqueando espaço para o desenvolvimento de produções relativas ao lazer, à expressão e à promoção da saúde.

Cabe à escola buscar na comunidade pessoas e instituições que dominem conhecimentos relativos a práticas da cultura corporal de movimento e trazê-las para o seu interior. Academias de capoeira, grupos de balé clássico e moderno, escolas de samba, grupos de danças populares, sindicatos e associações de classe que cultivem práticas esportivas, freqüentados pelos próprios alunos, podem estabelecer um diálogo permanente com a instituição escolar. Da mesma forma, o ambiente próximo serve como local onde buscar experiências e informações. Por exemplo, nas escolas situadas em regiões litorâneas, há oportunidades de atividades como caminhadas nas praias, rios e mangues, natação, jogos na areia etc.

Faz parte dessa ampliação de repertório o trabalho com equipamentos e jogos

cultivados fora da escola, que permitem um enriquecimento da aprendizagem de conteúdos da Educação Física, assim como procedimentos de construção, restauração, utilização cooperativa, conservação, adaptação podem tornar-se objetos de ensino e aprendizagem bastante significativos para o jovem e o adulto, desmitificando, de certo modo, a sua posse e utilização apenas por parcela privilegiada da população. Ensinar e aprender a cultura corporal de movimento envolve a discussão permanente dos direitos e deveres do cidadão em relação às possibilidades de lazer, interação social e promoção da saúde. Envolve, portanto, também o ensino de formas de organização para a reivindicação junto aos poderes públicos de equipamentos, espaços e infra-estrutura para a prática de atividades.

Autonomia

A evolução da autonomia do aluno de EJA, na sua relação com o saber, ocorre a partir da resignificação dos conteúdos vivenciados nas aulas de Educação Física. É importante que ele se aproprie de conhecimentos que lhe permitam administrar sua própria prática e que, ao mesmo tempo, tenha a oportunidade de rever valores já incorporados, que fomentem a crítica, o questionamento e, finalmente, o desejo de saber mais.

Para que o aluno tenha autonomia em relação à cultura corporal de movimento a longo prazo, as aulas de Educação Física nesse nível de ensino não poderão abrir mão da dimensão conceitual e dos conhecimentos subjacentes às práticas, embora a ação pedagógica proposta pela Educação Física esteja sempre impregnada da corporeidade do sentir e do relacionar-se.

Essa dimensão cognitiva (crítica) da compreensão far-se-á sempre sobre esse substrato corporal, mas ela só é possível com o recurso da língua. Por isso a palavra é instrumento importante (embora não único) para o profissional da Educação Física. A linguagem verbal deve auxiliar o aluno a compreender o seu sentir corporal, seu relacionamento com os outros e com as instituições sociais de práticas corporais.

Do mesmo modo, para que os alunos adquiram competências básicas que lhes permitam desenvolver a capacidade de continuar aprendendo, não se pode abrir mão das tecnologias da informação, que se constituem em importantes meios de acesso aos conhecimentos da cultura corporal de movimento. Assim, os projetos escolares devem reconhecer o papel da informática como ferramenta para novas estratégias de aprendizagem, capazes de contribuir de forma significativa para o processo de construção do conhecimento.

Os objetivos de construção e exercício da cidadania, com base na valorização de conteúdos atitudinais de respeito, solidariedade, justiça e diálogo, serão possíveis se incorporados ao cotidiano escolar e aos processos de ensino e

aprendizagem. Caminha também nessa direção a inclusão de conteúdos procedimentais de pesquisa, organização e observação, a partir dos quais os alunos possam fazer opções, identificar problemas, checar hipóteses e também atribuir sentido e significado à aprendizagem. Fazem parte desse processo:

- o acesso a livros, revistas, jornais e vídeos;
- a elaboração de pesquisas, entrevistas e painéis;
- o agendamento de visitas;
- a apreciação e organização de eventos e produção de materiais.

Amplia-se, com isso, o universo de aprendizagem possível, que vem se somar aos conhecimentos produzidos na aprendizagem de procedimentos técnicos e gestuais.

O grau de autonomia para organizar atividades pode evoluir se forem considerados objetos de ensino procedimentos gerais como:

- escolha de times;
- distribuição de pequenos grupos por espaços adaptados;
- construção e adequação de materiais;
- discussão e elaboração de regras;
- distribuições espaciais em filas, círculos e outras;
- debate sobre táticas, técnicas e estratégias;
- apreciação e observação.

Exemplo

É possível organizar uma aula sobre voleibol que inclua, além do uso de quadra, rede e bola oficiais, a distribuição em espaços adaptados de minivôlei, com cordas e bolas plásticas, variando o tamanho do espaço para o jogo e a altura da rede. Organiza-se o tempo de forma que todos os grupos circulem pelos diversos espaços, fazendo um rodízio. Assim, além dos procedimentos técnicos da modalidade, os alunos podem aprender sobre formas de organização, composição de equipes e determinação do caráter mais ou menos competitivo de cada situação.

Uma outra atividade interessante a ser realizada na escola é atribuir responsabilidades aos alunos de EJA no planejamento, implementação e avaliação de um campeonato, gincana ou festival. No exemplo do campeonato os alunos podem elaborar o regulamento, redefinir as regras e formas de premiação, organizar a arbitragem, o espaço, o material etc.

A busca da autonomia pauta-se pela ampliação do olhar da escola sobre o objeto de ensino e aprendizagem da cultura corporal de movimento. Essa ampliação significa a possibilidade de construção, pelo aluno, do seu próprio discurso conceitual, atitudinal e procedimental. Em vez da reprodução ou

memorização de conhecimentos, a sua recriação pelo sujeito, mediante a construção da autonomia para aprender.

Aprendizagem específica

As práticas da área podem constituir-se em objetos de estudo e pesquisa sobre o homem e sua produção cultural. A aula de Educação Física, além de ser um momento de fruição, pode configurar-se num momento de reflexão sobre o corpo, a sociedade, a ética, a estética e as relações inter e intrapessoais.

A vivência da diversidade pode, paulatinamente, ser ampliada pela experiência do aprofundamento na direção da técnica e da satisfação, pautada pelo interesse em obter respostas mais complexas para questões mais específicas, sejam elas de natureza conceitual, procedimental ou atitudinal.

Por exemplo, um esporte como o futebol traz como possibilidade de aprofundamento o desenvolvimento técnico, tático e estratégico pelo treinamento sistematizado de fundamentos e conceitos. Permite a organização e a participação de equipes com finalidades competitivas e recreativas em campeonatos, festivais, eventos de confraternização. O estudo da história do futebol, no Brasil, enseja a reflexão sociopolítica sobre a condição do negro, a evolução do esporte-espetáculo e as relações trabalhistas, o ufanismo, o fanatismo, a violência das torcidas organizadas, a emergência do futebol feminino etc.

No trabalho com atividades rítmicas e expressivas, além dos momentos de criação e improvisação, à aprendizagem por meio de modelos coreográficos vêm se somar procedimentos de organização de tempo e espaço para os ensaios, pesquisa das fontes de informação, confecção de fantasias, adereços, cenários e instrumentos, organização e divulgação das eventuais apresentações, em suma, tudo o que gira em torno da aprendizagem corporal específica.

O aprofundamento não deve estar centrado somente nos interesses dos alunos, mas na possibilidade de realização de uma aprendizagem significativa, que articule, simultaneamente, a compreensão de si mesmo, do outro e da realidade sociocultural. Nesse tipo de aprendizagem, é importante que o aluno se sinta comprometido e seja também ele capaz de conferir sentido a ela, ou seja, que a significação não parta exclusivamente do professor. O quanto pode ser aprendido deve estar relacionado com o que os alunos já podem perceber como importante a ser aprendido. Ou seja, o fato de o aluno não considerar em dado momento determinado conteúdo como importante pode significar que ele ainda não tem condições de estabelecer relações entre esse conhecimento e sua busca pessoal. Neste caso, deve-se pensar quais estratégias poderão dar significado a esse conteúdo e como isso potencializará o desenvolvimento do aluno.

Orientações didáticas

A Educação Física na Educação de Jovens e Adultos deve propiciar a discussão sobre a prática pedagógica a partir das seguintes ações:

- Reconhecer o aluno, em sua história pessoal, como possuidor de algumas práticas da cultura corporal de movimento.
- Incentivar a autonomia do aluno em relação à cultura corporal de movimento, propiciando condições para a divisão de atribuições e responsabilidades entre professores e alunos. Por exemplo: os alunos podem auxiliar na elaboração das regras, na escolha das tarefas, no cuidado com o espaço e material etc.
- Refletir criticamente os valores impostos pela mídia, mantendo um espaço de debate permanente (por exemplo, levando jornais à escola e fazendo murais). O professor pode indicar alguns programas da tevê para que os alunos discutam questões importantes, bem como estimulá-los a buscar informações em livros, jornais, revistas e *sites* para a elaboração de trabalhos, pesquisas e projetos.
- Variar o quanto possível os espaços e os materiais para as aulas, bem como as formas de atividades propostas. Podem-se também utilizar os espaços vizinhos à escola, valorizando e incentivando viagens, excursões e passeios.
- Favorecer oportunidades para os alunos assistirem a apresentações de espetáculos de dança e jogos de diferentes modalidades esportivas.
- Convidar, sempre que possível, pessoas da comunidade para relatarem suas experiências com dança, esporte, ginástica, em forma de palestras, oficinas e/ou aulas abertas (por exemplo, ex-atletas de futebol, pessoas que conhecem danças locais etc.), além de valorizar as experiências anteriores dos alunos da própria escola, convidando-os a relatar suas experiências.
- Estimular e valorizar os progressos dos alunos sempre que possível e passar a considerar o erro como parte do processo para atingir aprendizagens mais complexas.
- Incluir o aluno no processo de ensino e aprendizagem como aquele que tem um conhecimento e estabelece uma relação pautada sobre valores atribuídos a essa cultura.
- Reconhecer a necessidade de rever a prática pedagógica, no sentido de ir ao encontro do aluno, sem perder de vista as perspectivas de desenvolvimento e aprendizagem.

- Perceber a necessidade da formação continuada do profissional de Educação Física escolar, para que ele possa, no processo de ensino e aprendizagem, rever sua prática à luz das concepções de ensino que incorporou como aluno e como professor, com toda a complexidade de valores e objetivos estabelecidos nos diferentes contextos.

Segue-se a proposta de estudo de um tema, abordado nessas perspectivas. O objetivo é estabelecer novas relações entre as concepções de ensino e a prática de sala de aula na Educação de Jovens e Adultos, considerando o aluno dentro de um projeto educativo repleto de inserções, possibilidades de leitura e diálogo com sua realidade, em cada contexto educativo. As atividades sugeridas servem apenas de exemplo, pois são inúmeras as possibilidades de desenvolvimento de um programa de ensino para jovens e adultos.

Relações entre atividade física e saúde

Objetivo

O objetivo, compartilhado com os alunos, é produzir um programa básico de atividades físicas relacionadas a saúde, com informações sobre quais exercícios e atividades praticar e a maneira adequada de realizá-los em relação a atividades aeróbicas, exercícios de flexibilidade e de força. Além disso, os alunos devem compreender a prática da atividade física em diferentes contextos culturais.

Justificativa

Os alunos terão a oportunidade de desenvolver procedimentos de pesquisa sobre atividade física e saúde utilizando diferentes fontes de informação (livros, revistas, jornais, sites, filmes etc.). O tema escolhido tem em vista propiciar a busca de informações que contribuam para mudanças de atitude consigo próprios e com os familiares. Tais procedimentos visam proporcionar-lhes autonomia em relação à cultura corporal de movimento, mediante o domínio das técnicas de promoção e manutenção da saúde.

As propostas que trabalham o corpo e o movimento com enfoque na saúde são muito bem-aceitas entre alunos jovens e adultos, pois esse tema ganha maior interesse sobretudo quando o corpo dá sinais de diminuição da vitalidade. Discutir e compreender as relações da atividade física com a saúde e a longevidade pode representar uma porta de entrada para a reflexão sobre as diferenças culturais.

A Educação Física pode, integrada às outras áreas de conhecimento,

incluir a abordagem da dimensão cultural, influenciando as representações de saúde e bem-estar, explicitando o recorte de análise de um grupo em um determinado tempo.

Proposta interdisciplinar

É possível estabelecer diversas relações do tema saúde, atividade física e práticas pela integração das áreas de conhecimento em torno da proposta interdisciplinar:

- **Ciências:** informações que contribuam para a compreensão do funcionamento do corpo humano, estabelecendo relações entre alimentação e gasto energético; leitura de textos científicos para auxiliar a compreensão de alguns termos e conceitos.
- **Língua Portuguesa:** orientar roteiros de entrevista para buscar as informações de campo sobre as práticas da cultura corporal de movimento; analisar o estilo de textos que abordem o tema, nas diversas mídias; subsidiar o trabalho de interpretação de textos científicos e a produção escrita sobre o conhecimento adquirido.
- **Geografia:** analisar as relações entre as práticas locais e a topografia, bem como entre os aspectos econômicos e as práticas mais difundidas.
- **História:** providenciar uma pesquisa histórica sobre a imigração, a origem e a descendência da população; as relações com as danças e as músicas pode contribuir para valorizar a cultura local, ampliando a compreensão sobre os processos de transmissão e perpetuação dessa cultura.

O que o professor quer que os alunos aprendam

- Procedimentos de pesquisa por meio de leitura de textos informativos, científicos e vídeo.
- Fazer uso da escrita como registro dos conhecimentos construídos ao longo do processo.
- Ter interesse por pesquisar novos assuntos, consultando diferentes fontes de informação.
- Valorizar o trabalho em grupo.
- Interpretar e relacionar os textos com a realidade.
- Reescrever e analisar os conteúdos dos textos pesquisados.
- Conhecer, discutir e refletir sobre as relações entre atividade física, saúde e contexto cultural.

O que o professor deve fazer

- Selecionar, com antecedência, materiais sobre o assunto – vídeos, livros, artigos, programas de vídeo e filmes.
- Levar livros e revistas com textos informativos para os alunos consultarem sempre que preciso.
- Favorecer as iniciativas individuais e coletivas, acolhendo as idéias dos alunos.
- Propor questões que façam os alunos pensarem sobre o texto específico.
- Propor atividades práticas relacionando-as às informações obtidas nos textos, num diálogo permanente entre teoria e prática.
- Garantir, sempre que possível, o trabalho em grupos, para que os alunos possam ser parceiros de fato, colocando em jogo os saberes individuais, tanto nas atividades de escrita como de leitura.
- Incluir a participação dos alunos a cada retomada do planejamento do projeto.

Etapas previstas

1ª etapa

Solicitar aos alunos que, individualmente, escrevam sobre os benefícios obtidos na prática de atividades físicas regulares e que descrevam algumas delas, justificando a distribuição de tempo de cada sessão e sua frequência semanal. Nessa etapa do trabalho, estarão sendo levantados os conhecimentos prévios dos alunos sobre o tema, a partir de informações veiculadas pela mídia, pela prática orientada por um especialista ou empiricamente. Este deve ser o objetivo principal, evitando-se nesse momento corrigir os conceitos descritos, para que os alunos não se inibam na hora de verbalizá-los.

2ª etapa

Os alunos devem ser estimulados a realizar uma pesquisa com outras salas a fim de mapear as práticas corporais mais frequentes e a distribuição por faixa etária. Neste sentido, o roteiro poderá conter as seguintes questões:

- Idade.
- Pratica alguma atividade física?
- Qual?
- Há quanto tempo?
- Em que local?
- Quais as razões que o levaram a praticar essa atividade física?

Os dados analisados podem ser apresentados em grupos (cada grupo de

alunos realiza o levantamento com uma sala diferente). O professor de Matemática pode auxiliá-los a apresentar os resultados em diferentes gráficos.

3ª etapa

Os resultados obtidos podem ainda ser confrontados com os dados de uma pesquisa sobre a prática de atividades físicas entre os brasileiros, divulgadas em um artigo publicado na *Folha de S.Paulo* (27 nov. 1997).

Essa pesquisa mostra que, no Brasil, 50% dos homens praticam algum tipo de atividade física, contra apenas 30% das mulheres. É importante ressaltar que ela foi realizada em nível nacional e que considerou como prática de atividade física até mesmo aquelas realizadas uma vez ao mês ou com fins profissionais.

De acordo com os resultados da mesma pesquisa, 65% dos indivíduos não praticam atividade física por falta de tempo ou excesso de trabalho.

Entre os que exercem atividade física, as práticas mais comuns são: futebol e caminhada (14%); ciclismo (5%); ginástica (4%); natação (3%); corrida, musculação e voleibol (2%); artes marciais, aeróbica, dança, basquete e capoeira (1%).

Quando questionados sobre as razões que os levam a se exercitar, a resposta foi: emagrecer ou manter a forma (53%); saúde (36%); hábito (20%); ordem médica (16%); lazer (13%); aumentar a disposição (11%); combater o estresse (10%).

Após a análise e a comparação dos resultados, os alunos devem apresentar suas conclusões.

4ª etapa

O objetivo desta etapa é provocar a reflexão sobre a importância da prática de atividades físicas, utilizando o maior número possível de fontes de pesquisa: revistas, livros especializados, *sites* e entrevistas. Após esse levantamento, formam-se grupos de aproximadamente cinco alunos para discutir as informações recolhidas, confrontar opiniões, formular hipóteses e produzir um texto em que expliquem e justifiquem a prática regular de atividades físicas e suas possíveis relações com a saúde.

Entrevista com profissional ligado à área

- *Quais as relações entre atividade física, aptidão física e saúde?*
- *Que mudanças corporais são resultantes da prática regular de atividade física?*
- *Quais os benefícios da atividade física regular do ponto de vista biológico, psicológico e social?*
- *Quais os malefícios resultantes do treinamento esportivo excessivo? Esporte é sempre sinônimo de saúde? Se não, por quê? (Relacionar essas questões com o número de lesões e o uso de anabolizantes).*

- *Com que frequência semanal deve-se praticar atividades físicas para manter a boa forma? Quais as práticas mais indicadas? Por quê?*

Entrevista com praticante regular de atividades físicas

- *Em que consiste a sua prática?*
- *Quais objetivos você busca atingir?*
- *O que o motivou a começá-la?*
- *Você recebeu alguma orientação para desenvolvê-la?*
- *Se recebeu, quem o orientou?*
- *Qual é sua frequência semanal de prática? Em que horário?*
- *Quanto tempo dedica a cada sessão?*
- *Como se sente realizando atividades físicas?*

Sugestões para consulta

LUZ, Sérgio Ruiz. "Sangue, suor e lágrimas." *Veja*, 11 nov. 1998, pp. 94-97.

WEINECK, Jurgen. *Biologia do esporte*. São Paulo, Manole, 1990.

www.saudeemmovimento.com.br Relações entre atividade física e saúde.

Dicas nutricionais. Atuação e importância do profissional de Educação Física. Notícias sobre saúde em geral. Avaliação física e novidades sobre atividades físicas.

Filmes sugeridos

Beleza americana (American Beauty), Estados Unidos, 1999

Roteiro para discussão do filme:

- *No filme, qual o papel da atividade física? É melhorar a saúde ou, principalmente, melhorar a auto-estima? Por quê?*
- *Quais as relações e diferenças da prática da atividade física voltada para estética e saúde abordadas no filme?*
- *Por que o protagonista não parece tão interessado em melhorar a saúde quando pratica atividade física?*

Um domingo qualquer (Any Given Sunday), Estados Unidos, 1999

Roteiro para discussão do filme:

- *O que está presente no esporte que não condiz com os pressupostos da atividade física voltada para a saúde?*
- *Isso ocorre também no esporte brasileiro? De que forma? Dê exemplos.*

5ª etapa

O professor solicita que os alunos revejam suas práticas, após a ampliação do conhecimento obtido até o momento. Poderá ser pesquisado no grupo quantos praticam atividade física semanalmente, qual a frequência e quais são as

atividades. Anotar e guardar esse registro para ser usado como um critério para avaliar a valorização do conhecimento e sua relação com as mudanças de hábito.

Uma ou duas aulas podem ser agendadas em Ciências para tratar dos sistemas respiratório e circulatório. Juntos, em uma outra aula, o professor de Educação Física e o de Ciências apresentam os parâmetros que classificam uma atividade física em aeróbica e anaeróbica e abordam questões relacionadas a alimentação, atividade física e prevenção das doenças cardíacas.

O professor deve retomar os registros dos alunos sobre a prática e propor um debate a respeito das questões colocadas, tentando relacioná-las aos conteúdos já abordados.

6ª etapa

O professor pode propor atividades aeróbicas (de longa duração e baixa intensidade), exercícios de flexibilidade e relaxamento e abdominais. Durante essas práticas, abordar a maneira correta de executá-las e a frequência e intensidade desejada de acordo com as características e necessidades dos diferentes alunos. Pode discutir também os benefícios de cada exercício para a aquisição e manutenção da saúde.

Num segundo momento, os alunos, divididos em grupos, podem se responsabilizar por partes das aulas, oferecendo alguns exercícios que pesquisaram em revistas (*Boa Forma, Nova, Capricho, Saúde*, outras) ou conhecem por experiência própria.

Após vivenciar essas experiências, os alunos sistematizam seus pontos de vista a partir das seguintes questões:

- *Qual seria, na sua opinião, o curso de Educação Física adequado à sua idade e que fosse ao encontro de seus interesses?*
- *Em que horário ele deveria ocorrer?*
- *Quais seriam as atividades realizadas?*
- *Quantos alunos deve haver por grupo?*
- *Qual deve ser a frequência semanal?*
- *Haveria aulas teóricas?*
- *Seriam necessários aparelhos ou materiais específicos? Quais? Como poderiam ser obtidos?*
- *As atividades poderiam ser realizadas fora do período de aula? Quando e de que forma?*

7ª etapa

Como estratégia para aprofundar os conhecimentos, é preciso desenvolver a argumentação e estimular as habilidades relacionadas à expressão oral. Pode-se propor um debate com os alunos divididos em dois grupos: um a favor da prática

de atividades físicas regulares, e um contra. O professor atua como mediador do debate, enfatizando para o grupo que, independente das opiniões pessoais sobre o tema, os alunos devem preparar-se para a defesa de suas posições.

8ª etapa

Os alunos podem pesquisar no bairro quais as opções relacionadas à prática da atividade física regular oferecidas pela iniciativa pública e privada. Quais os locais, horários e faixas etárias atendidas em aulas de ginásticas, esportes, lutas, danças e outras. Além disso, podem realizar um levantamento das condições físicas da cidade destinadas à prática regular de exercícios e das melhores regiões e locais.

9ª etapa

Após esse levantamento, e junto com as informações obtidas nas etapas anteriores, os alunos passam a ter condições de elaborar uma proposta de atividade física pessoal com vista à aquisição e à melhoria da saúde. Nesse documento podem constar os objetivos do programa, as atividades a serem realizadas, a frequência e a duração.

Aprofundamento da proposta

1ª etapa

Dando seqüência ao tema “Relações entre atividade física e saúde”, propõe-se uma comparação entre as práticas orientais – como o *tai chi chuan* e a ioga – e ocidentais. Os alunos podem buscar na comunidade alguns praticantes ou professores a fim de ensinar o grupo ou proporcionar uma aula aberta.

2ª etapa

Podem ser agendadas uma ou duas aulas com o professor de História, para localizar a origem dos povos que criaram a prática escolhida, o tempo histórico e as informações que contextualizem a prática como decorrente da cultura.

3ª etapa

Promover um amplo debate sobre as diferenças culturais de manutenção da saúde nos modelos ocidentais e orientais.

Algumas questões para o debate

- *Que práticas podem ser incorporadas às práticas do grupo após esse trabalho?*
- *Como podemos aprofundar nosso conhecimento sobre diferentes práticas da cultura corporal de movimento?*
- *Em que medida a mídia (tevé, jornais e revistas) influencia nossa prática?*

4ª etapa

Seria interessante que as informações obtidas durante esse trabalho fossem apresentadas à comunidade, gerando uma prática de circulação do conhecimento. Poderão ser utilizados diversos veículos de divulgação, como palestras preparadas pelos alunos, vídeos, feiras com estandes de vivências e avaliação física etc.

Algumas sugestões de temas

Estão listados aqui temas que podem ajudar os alunos a encontrar para o projeto educativo diferentes formatos de trabalho. A intenção é apresentar sugestões para que, por diferentes metodologias, efetivem-se o desenvolvimento de competências e as habilidades relacionadas ao convívio social, ao trabalho em grupos cooperativos e à participação em debates.

- Elaborar o projeto “Mapeando a cultura corporal de movimento” da região ou cidade, incluindo esporte, dança, teatro, circo, atletismo etc.
- Fazer levantamento das ofertas de consumo e participação e dos locais para práticas corporais de lazer.
- Discutir o que representa lazer para o grupo (atualmente e no passado) e quais são suas expectativas futuras quanto a isso, bem como identificar suas dificuldades em dispor de espaços ou encontrar novos locais.
- Elaborar um guia de lazer com dicas de utilização etc.
- Desenvolver atividades esportivas com as seguintes discussões: de gênero, exclusão e inclusão e de diferenças etárias (exemplo: futebol).
- Desenvolver um projeto “esportivo-cultural” entre escolas da mesma região: proposta de um festival de jogos do qual todos os alunos participem. Criação coletiva entre escolas, alunos, funcionários e familiares: quais jogos podem ser realizados de modo que haja uma diversidade considerável que atenda às diferenças existentes entre os alunos?
- Elaborar um projeto de conhecimento do corpo por meio de auto-exame, procurando identificar a relação dos órgãos com o equilíbrio corporal, o prazer e o relaxamento.
- Elaborar um projeto para entender como a mídia constrói um padrão único de corpo, que não reflete necessariamente a condição de saúde.

O registro como orientação didática

Registrar a produção cultural das práticas corporais desenvolvidas no cotidiano escolar é um instrumento capaz de viabilizar as transformações da prática educativa. O professor deve ser incentivado a registrar seu cotidiano,

discutir e avaliar suas práticas junto aos alunos. Incorporar esse procedimento pode alavancar o desenvolvimento do projeto educativo, pois, pelo registro, exercita-se a reflexão.

Exemplos de instrumentos que atendem os objetivos de registrar a prática e refletir sobre ela:

- Filmar em vídeo determinada atividade para ser vista pelo grupo. Nesse sentido, o registro pode adquirir a função de instrumento pedagógico de modificação de um padrão motor, pelo *feedback* visual; ou seja, além da informação verbal durante a execução, o aluno poderá se observar executando os movimentos.
- Registrar em relatório as experiências vivenciadas, em pequenos grupos, discutindo sobre o que se registrou, para explorar as inúmeras possibilidades de aplicação do registro escrito no desenvolvimento de diferentes competências. Por meio dele, pode-se incentivar encontros de escolas da mesma região para trocar experiências, realizar projetos em conjunto (artigos para revistas, por exemplo) etc.

Avaliação

A perspectiva tradicional de avaliação, ainda presente na concepção e na prática de muitos professores, tem provocado ao longo do tempo uma série de equívocos. Os principais consideram que a avaliação consiste em aplicar testes em prazos determinados, acontecendo somente no final de determinado tempo; equivale a atribuir uma nota ou um conceito; é punitiva; pode tomar o lugar do ensino; só é possível se for quantitativa; é o mero cumprimento de uma exigência burocrática.

A partir do final da década de 70 passaram a ser realizadas inúmeras críticas ao modelo tradicional de Educação Física na escola, inclusive quanto ao processo de avaliação. Atualmente, a perspectiva tradicional de avaliação já cede espaço a uma nova visão, que procura ser mais processual, abrangente e qualitativa. Ela deve auxiliar o professor, oferecendo elementos para uma reflexão contínua sobre a sua prática no que se refere a escolha de objetivos, conteúdos e estratégias.

A avaliação ajuda a compreender aspectos que devem ser revistos, ajustados ou reconhecidos como adequados para o processo de aprendizagem individual ou de todo o grupo. Do ponto de vista do aluno, é o instrumento de tomada de consciência de suas conquistas, dificuldades e possibilidades. Para a escola, possibilita reconhecer prioridades e localizar ações educacionais que demandam maior apoio.

O importante quanto à avaliação na Educação Física é que por meio de

observações o professor avalia o aluno em todos os momentos da aula, não sendo preciso conhecer o resultado de uma avaliação formal para realizar uma mudança na sua prática. Isso pode ser efetivado durante todas as aulas e em todas as situações, e essas informações devem voltar para os alunos, informando-os tanto sobre suas dificuldades como sobre os avanços alcançados.

Além disso, os alunos devem ser informados desde o início das aulas sobre por que, como, quando e de que modo estão sendo avaliados, e participar oferecendo sugestões. Inclusive, quando a opção da escola for atribuir um conceito na disciplina de Educação Física, é fundamental que eles tomem ciência de quais serão os critérios adotados.

Coerentemente com os tópicos apresentados, na Educação Física deve-se avaliar a dimensão conceitual, procedimental e atitudinal, verificando a capacidade do aluno de expressar-se por diferentes linguagens – corporal, escrita e falada – sobre a sistematização dos conhecimentos relativos à cultura corporal de movimento. Embora essas dimensões apareçam integradas no processo de aprendizagem, nos momentos formalizados a avaliação pode enfatizar uma ou outra categoria. Para isso é preciso diversificar o uso de instrumentos, de acordo com as situações e objetivos do ensino.

Aliás, o problema da avaliação não está na escolha dos instrumentos de avaliação, mas na concepção que cerca a sua utilização. Assim, pode-se pensar no uso de provas teóricas, trabalhos, seminários, observações sistemáticas, uso de fichas e até emprego de testes de capacidades físicas. O problema não está no modo de coletar as informações, e sim no sentido da avaliação, que deve ser de um contínuo diagnóstico das situações de ensino e aprendizagem.

Neste sentido, a avaliação deve ser útil para as partes envolvidas – professores, alunos e escola –, e não constituir um instrumento de pressão ou castigo. É importante lembrar que o princípio que norteia esta proposta é a inclusão de todos os alunos na cultura corporal de movimento; assim, a avaliação deve proporcionar um autoconhecimento e uma análise possível das etapas já vencidas no sentido de alcançar os objetivos previamente traçados.

Em casos de projetos disciplinares ou interdisciplinares, além do processo de observação contínua das etapas – que possibilita uma correção do percurso – também é possível avaliar o produto final (como vídeo, jornal, campeonato, evento, *site*, tática, jogada ou outros). É importante lembrar que os alunos, os outros professores envolvidos, a comunidade – ou seja, todos os membros participantes – podem colaborar com o processo de avaliação.

A seguir são indicados alguns filmes, *sites* e textos que tratam das questões relacionadas à cultura corporal de movimento e que podem ser aproveitados no encaminhamento de propostas de ensino conforme a temática de estudo.

Fontes para consulta

Livros

- ALVES, Rubem. *Conversas com quem gosta de ensinar*. São Paulo, Cortez/Autores Associados, 1986.
- ARNOLD, P.J. *Educación física, movimiento y curriculum*. Madri, Morata, 1988.
- BABIN, P. & KOULOUMDJIAN, M.-F. *Os novos modos de compreender: a geração do audiovisual e do computador*. São Paulo, Paulinas, 1989.
- BETTI, Mauro. *Educação Física e sociedade*. São Paulo, Movimento, 1991.
- _____. “Valores e finalidades na Educação Física escolar: uma concepção sistêmica”. In: *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 16(1):14-21, 1994.
- _____. “O que a semiótica inspira no ensino da Educação Física”. In: *Discorpo*, n.º 3, 1994, pp. 25-45.
- _____. *A janela de vidro – Esporte, televisão e Educação Física*. Campinas, Papirus, 1998.
- BRACHT, V. “A criança que pratica esporte respeita as regras do jogo... capitalista”. In: *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 2(7):62-68, 1986.
- _____. “Educação Física & ciência: cenas de um casamento (in)feliz”. In: *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, 22(1):53-64, 2000.
- BROTTO, Fábio O. *Jogos cooperativos: se o importante é competir, o fundamental é cooperar*. São Paulo, Cepeusp, 1995.
- BROWN, G. *Jogos cooperativos, teoria e prática*. São Leopoldo, Sinodal, 1994.
- BRUHNS, Heloisa (org.). *Conversando sobre o corpo*. Campinas, Papirus, 1989.
- _____. *O corpo parceiro e o corpo adversário*. Campinas, Papirus, 1993.
- CAILLOIS, R. *Os jogos e os homens*. Porto, Cotovia, 1990.
- CASTELLANI Filho, Lino. *Educação Física no Brasil: a história que não se conta*. Campinas, Papirus, 1988.
- _____. “Considerações acerca do conhecimento (re)conhecido pela Educação Física escolar”. In: *Revista Paulista de Educação Física*, n.º 1, 1995, pp.10-19.
- CLARO, E. *Método dança – Educação Física, uma reflexão sobre consciência corporal e profissional*. São Paulo, Robe, 1995.
- COLL, Cesar. *Psicologia e currículo*. São Paulo, Ática, 1996.
- DAÓLIO, Jocimar. *Da cultura do corpo*. Campinas, Papirus, 1995.
- DARIDO, S.C. *Educação Física na escola: questões e reflexões*. Araras, Topázio, 1999.
- _____. “A avaliação em Educação Física escolar: das abordagens à prática pedagógica”. In: *Anais do V Seminário de Educação Física Escolar*. São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte/USP, 1999, pp. 50-66.
- DAVIS, Madeleine. *Limite e espaço: uma introdução à obra de D. W. Winnicott*. Rio de Janeiro, Imago, 1982.
- ENGUITA, M. Fernandes. *A face oculta da escola*. Porto Alegre, Artmed, 1989.
- FARIAS Jr., A.G. “Questões do gênero e co-educação: algumas considerações didáticas sobre o enfoque multicultural”. In: *Revista do Núcleo de Sociologia do Futebol*, n.º 2, 1995.
- FREIRE, João Batista. *De corpo e alma*. São Paulo, Summus, 1991.
- _____. *Educação de corpo inteiro*. São Paulo, Scipione, 1989.
- GIMENO, S.J. *El curriculum; una reflexión sobre la práctica*. Madri, Morata, 1988.
- GUEDES, D.P. & GUEDES, J.E.R.P. “Associação entre variáveis do aspecto morfológico e desempenho motor em crianças e adolescentes”. In: *Revista Paulista de Educação Física*, 2(10): 99-112, 1996.
- HERNANDEZ, Fernando & VENTURA, Montserrat. *A organização do currículo por projetos de*

- trabalho – O conhecimento é um caleidoscópio*. Porto Alegre, Artmed, 1998.
- HILDEBRANDT, H. & LAGING, R. *Concepções abertas no ensino da Educação Física*. Rio de Janeiro, Ao Livro Técnico, 1986.
- KAMII, Constance & DEVRIES, Rheta. *Jogos em grupo*. São Paulo, Trajetória Cultural, 1991.
- KENSKI, V. "O impacto da mídia e das novas tecnologias de comunicação na Educação Física". In: *Motriz*, vol. 1, n.º 2, 1995.
- KUNZ, Eleonor. *Transformação didático-pedagógica do esporte*. Ijuí, Unijuí, 1994.
- LAPIERRE, André & AUCOUTURIER, B. *A simbologia do movimento*. Porto Alegre, Artmed, 1986.
- LE BOULCH, Jean. *Rumo a uma ciência do movimento humano*. Porto Alegre, Artmed, 1987.
- LUCKESI, C.C. "Avaliação educacional escolar: para além do autoritarismo". In: *Revista de Educação AEC*, vol. 15, n.º 60, 1986.
- MANOEL, Edison de J. et al. *Educação Física escolar*. São Paulo, Edusp/EPU, 1988.
- MARCELLINO, Nelson C. *Lazer e humanização*. Campinas, Papirus, 1983.
- _____. *Pedagogia da animação*. Campinas, Papirus, 1990.
- MEDINA, João Paulo S. *A Educação Física cuida do corpo... e mente*. Campinas, Papirus, 1983.
- MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física*. Brasília, Secretaria de Educação Fundamental, 1998.
- MOREIRA, Wagner W. *Educação Física e esportes: perspectivas para o século XXI*. Campinas, Papirus, 1992.
- NAHAS, M.V. "Educação Física no ensino médio: educação para um estilo de vida ativo no terceiro milênio". In: *Anais do IV Seminário de Educação Física Escolar*. São Paulo, Escola de Educação Física e Esporte/USP, 1996, pp.17-20.
- PERRENOUD, Philippe. *Avaliação: da excelência à regulação das aprendizagens – Entre duas lógicas*. Porto Alegre, Artmed, 1999.
- _____. *Dez novas competências para ensinar*. Porto Alegre, Artmed, 2000.
- RESENDE, H.G. de. "Princípios gerais de ação didático-pedagógica para avaliação do ensino-aprendizagem em Educação Física escolar". In: *Motus Corporis*, n.º 4, 1995, pp. 4-15.
- SANTIM, S. *Educação Física: uma abordagem filosófica da corporeidade*. Ijuí, Unijuí, 1987.
- SAVIANI, Dermeval. *Escola e democracia. Teorias da Educação. Curvatura da vara. Onze teses sobre educação e política*. São Paulo, Cortez/ Autores Associados, 1986.
- SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO. *Proposta curricular para o ensino de Educação Física no 1º grau*. São Paulo, Coordenadoria de Estudos e Normas Pedagógicas (Cenp), 1990.
- SÉRGIO, M. *Educação Física ou ciência da motricidade humana?* Campinas, Papirus, 1989.
- SOARES, Carmen Lúcia et al. *Metodologia do ensino da Educação Física*. São Paulo, Cortez, 1992.
- _____. "Educação Física escolar: conhecimento e especificidade". In: *Revista Paulista de Educação Física*, n.º 2, 1996, pp. 6-12.
- SOUSA, E.S. & VAGO, T.M. "A Educação Física e as Diretrizes curriculares nacionais para o Ensino Fundamental". In: *Presença Pedagógica*, 5(26), 1999.
- TAFFAREL, C.N.Z. *Criatividade nas aulas de Educação Física*. Rio de Janeiro, Ao Livro Técnico, 1985.
- TAILLE, Yves de la; OLIVEIRA, Marta Kohl de. & DANTAS, Heloisa. *Piaget, Vygotsky e Wallon: teorias psicogenéticas em discussão*. São Paulo, Summus, 1992.
- VYGOTSKY, Lev S. *A formação social da mente*. São Paulo, Martins Fontes, 1985.
- WAICHMAN, Pablo. *Tempo livre e recreação*. Campinas, Papirus, 1997.
- WEINECK, Jurgen. *Biologia do esporte*. São Paulo, Manole, 1990.
- WINNICOTT, D.W. *O brincar e a realidade*. Rio de Janeiro, Imago, 1975.
- _____. *Natureza humana*. Rio de Janeiro, Imago, 1988.
- ZABALA, Antoni. *A prática educativa: como ensinar*. Porto Alegre, Artmed, 1998.

Publicações periódicas

- ALTMAN, Fábio. "Esporte: piscina turbinada". *Época*, 30 ago. 1999, p. 122.

- ASSEF, Claudia. "Bombados e prontos para explodir". *Folha de S. Paulo*, 20 set. 1999, "Folha Teen", p. 5.
- CARDOSO, Maurício. "Esporte: terror do goleiro". *Veja*, 5 nov. 1997, pp. 84-85.
- FOLHA DE S.PAULO. "Futebol tenta frear influência da droga". 10 nov. 1999, terceiro caderno, p. 5.
- GAILEWITCH, Mônica. "A nova estética muscular". *Veja*, 16 jun. 1999, pp.106-111.
- IBAÑEZ, Mirian & CARNEIRO, Rosane. "A turma do pega-pesado". *Época*, 5 out. 1998, pp. 70-72.
- LUZ, Sérgio Ruiz. "Sangue, suor e lágrimas". *Veja*, 11 nov. 1998, pp. 94-97.
- _____. "Tecnologia: feito sob medida". *Veja*, 27 jan. 1999, p. 80.
- PASTORE, Karina. "Em busca do corpo desenhado". *Veja*, 8 jan. 97, pp. 68-77.
- PONTUAL, Jorge. "Sociedade: dinheirama suada". *Época*, 11 jan. 1999, pp. 44-45.
- RAMALHO, Cristina. "Esporte: só faltam voar". *Veja*, 25 mar. 1998, p. 92.
- VEJA. "Esporte: greve milionária". 21 out. 1998, p. 103.

Sites

- www.cev.org.br Links para diversos sites de confederações e associações dos mais variados esportes. Saúde na terceira idade. Inscrição em listas de discussão e divulgação de eventos na área de Educação Física e esportes. Dicas e informações sobre livros e leis relacionadas ao esporte.
- fifaworldcup.yahoo.com Site oficial da Copa do Mundo de 2002, com curiosidades, informações sobre os times, novidades e notícias.
- www.saudeemmovimento.com.br Relações entre atividade física e saúde. Dicas nutricionais. Atuação e importância do profissional de Educação Física. Notícias sobre saúde em geral. Avaliação física e novidades sobre atividades físicas.
- www.espn.com.br Site do canal esportivo de televisão, com atualização da programação, arquivo de entrevistas e notícias sobre o esporte.
- www.futebolpaulista.com.br Federação Paulista de Futebol, com resultados, regras, artilheiros, curiosidades e informações sobre todos os campeonatos organizados pela entidade. Acesso à legislação que rege o futebol no país.
- www.olimpiadasespeciais.com.br Associação Olimpíadas Especiais Brasil, que aborda o esporte para portadores de necessidades especiais no país. Informações sobre a história dos jogos, a proposta da entidade, calendário das competições e o trabalho realizado no Brasil (*link para o site americano da sede mundial das olimpíadas especiais*).

Filmes

- Beleza americana (American Beauty)*, Estados Unidos, 1999
- Boleiros*, Brasil, 1998
- Um domingo qualquer (Any Given Sunday)* Estados Unidos, 1999
- Carruagens de fogo (Chariots of Fire)*, Inglaterra, 1981
- Duro aprendizado (Higher Learning)*, Estados Unidos, 1995
- Meu pé esquerdo (My Left Foot)*, Irlanda/Grã-Bretanha, 1989
- Duelo de titãs (Remember the Titans)* Estados Unidos, 2000
- Conhecendo Forrester (Finding Forrester)*, Inglaterra/Estados Unidos, 2000
- Diário de um adolescente (The Basketball Diaries)*, Estados Unidos, 1995

Ficha técnica

Coordenação

Célia Maria Carolino Pires, Miriam Orensztajn, Roberta Leite Panico, Sandra Mayumi Murakami Medrano.

Elaboração

Antonio Aparecido Primo, Caio Martins Costa, Carla Newton Scrivano, Célia Maria Carolino Pires, Cláudio Bazzoni, Daniela Padovan, Dirce Maria Moreira Batista de Souza, Edda Curi, Fernanda Liberali, Hugo Luiz de Menezes Montenegro, Isabel Azevedo Marques, Iveta Maria Borges A. Fernandes, Leda Maria Lucas, Luiza Esmeralda Faustinoni, Marcelo de Magalhães Papaterra Limongi, Maria José da Nóbrega, Maria Amábile Mansutti, Maria Cecília Condeixa, Miriam Orensztajn, Paulo Eduardo Dias de Mello, Roberta Leite Panico, Rosa Iavelberg, Rubens Nogueira Filho, Sandra Mayumi Murakami Medrano, Sônia Carbonell Álvares, Suraya Cristina Darido.

Consultoria

Antônia Terra, Circe Bittencourt, Egon de Oliveira Rangel, Heloísa Ferraz, Jelsa Ciardi Avolio, Luís Carlos Menezes, Luiz Percival Leme de Britto, Maria Antonieta Alba Celani, Maria da Conceição Fonseca, Maria Terezinha Figueiredo, Ruy César Pietropaulo, Sueli Ângelo Furlan.

Colaboração

Ana Paulo Calvo, Aparecida Solange Cirineu, Eliane Lousada, Eliete Silva de Oliveira, Glória Cortés Abdalla, Leila Taeko Jin Brandão, Marcelo Barros da Silva, Maria Cristina Fonseca, Marta Arantes, Marta Durante, Sueli Oliveira, Telma Weisz, Vera Lúcia Nory Almansa Iurif, Zilda Louro.

Agradecimentos

Coraci do Amaral Oliveira, Eila de Araújo Almeida, Elisabeth Bruno Ribeiro Vale, João Raimundo Alves dos Santos, Maria Helen Andrade Diniz, Mário Monteiro Neto, Simone Tavares de Oliveira, Vinicius Signorelli, Walter Takemoto.

Agradecimentos especiais

Às secretarias de educação estaduais e municipais que responderam aos questionários enviados e elaboraram pareceres sobre a segunda versão preliminar do documento.

Créditos das fotos

P. 9, 69: Alunos do Colégio Santa Cruz, São Paulo/SP, fotos de Sandra Mayumi Murakami Medrano

P. 133: Alunos do Colégio Estadual Victor Civita, Salvador/BA, foto de Lenir S. Abreu Oliveira

P. 191: Alunos da Escola Municipal Barbosa Romeu, do Projeto Axé, Salvador/BA, foto de Lenir S. Abreu Oliveira

Projeto e execução editorial

Elzira Arantes (texto) e Alex Furini (arte)

Copidesque

Cássio de A. Leite e Maristela Debenest

Revisão

Célia Trazzi Cassis, Lierka Felso e Noêmia R. de A. Ramos