

A close-up photograph of a person's legs and feet as they walk on a tightrope. The person has dark skin and is wearing no shoes. The tightrope is a thin, colorful line. The background is a blurred green field.

RUHENA KELBER ABRÃO
Org

**Educação e Adrenalina:
Práticas Corporais de Aventura
no Ensino Escolar**



RUHENA KELBER ABRÃO
Org

**Educação e Adrenalina:
Práticas Corporais de Aventura
no Ensino Escolar**



Educação e Adrenalina: Práticas Corporais de Aventura no Ensino Escolar

Volume 1

RUHENA KELBER ABRÃO
(Org)

RUHENA KELBER ABRÃO
(Org)

**Educação e Adrenalina: Práticas Corporais de Aventura no Ensino
Escolar**

Volume 1

1ª edição
Palmas- 2024

Universidade Federal do Tocantins

Editora da Universidade Federal do Tocantins - EDUFT

Reitor

Luis Eduardo Bovolato

Vice-reitora

Marcelo Leineker Costa

Pró-Reitor de Administração e Finanças (PROAD)

Carlos Alberto Moreira de Araújo

Pró-Reitor de Avaliação e Planejamento (PROAP)

Eduardo Andrea Lemus Erasmo

Pró-Reitor de Assuntos Estudantis (PROEST)

Kherlley Caxias Batista Barbosa

Pró-Reitora de Extensão, Cultura e Assuntos Comunitários (PROEX)

Maria Santana Ferreira dos Santos

Pró-Reitora de Gestão e Desenvolvimento de Pessoas (PROGEDEP)

Michelle Matilde Semiguel Lima Trombini
Duarte

Pró-Reitor de Graduação (PROGRAD)

Eduardo José Cezari

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação (PROPESQ)

Karylleila dos Santos Andrade

Pró-Reitor de Tecnologia e Comunicação (PROTIC)

Werley Teixeira Reinaldo

Conselho Editorial Presidente

Ruhena Kelber Abrão Ferreira

Membros do Conselho por Área

Ciências Biológicas e da Saúde

Ruhena Kelber Abrão Ferreira

Ciências Humanas, Letras e Artes

Fernando José Ludwig

Ciências Sociais Aplicadas

Ingrid Pereira de Assis

Interdisciplinar

Wilson Rogério dos Santos

O padrão ortográfico e o sistema de citações e referências bibliográficas são prerrogativas de cada autor. Da mesma forma, o conteúdo de cada capítulo é de inteira e exclusiva responsabilidade de seu respectivo autor.



<http://www.abecbrasil.org.br>



<http://www.abeu.org.br>

Arte de capa: Ruhena Kelber Abrão

Diagramação: Luan Pereira Lima

Revisão Linguística: Nicole Medeiros

Revisão Técnica: Marlon Santos de Oliveira Brito

Ádilla Consuello Rodrigues Ferreira

Ficha catalográfica:

Copyright © 2024 – Universidade Federal do Tocantins – Todos direitos reservados

Universidade Federal do Tocantins (UFT) | Câmpus de Palmas
Avenida NS 15, Quadra 109 Norte | Plano Diretor Norte
Bloco IV, Reitoria
Palmas/TO | 77001-090



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal do Tocantins (SISBIB)

158 Educação e Adrenalina: Práticas Corporais de Aventura no Ensino Escolar/ Ruhena Kelber Abrão., – Palmas, TO: EdUFT, 2024.
126p.

ISBN: 978-65-5390-133-9.

1. Educação Física. 2. Práticas Corporais de Aventura. 3. Formação docente. 4. Lazer.
5. Educação. I. Abrão, Ruhena Kelber. II. Título.

CDD 371.3

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte

*Só quero na minha vida
gente que transpire adrenalina de
alguma forma*

Gabriel García Márquez

APRESENTAÇÃO

A escola, como espaço de aprendizado e formação integral, deve ir além das fronteiras da sala de aula, incorporando práticas que conectem os estudantes com o mundo ao seu redor. É nesse contexto que as práticas corporais de aventura emergem como uma proposta pedagógica inovadora e transformadora.

As práticas corporais de aventura no contexto escolar representam uma rica e diversificada abordagem pedagógica para a formação de estudantes de graduação em Educação Física. Essas práticas incluem atividades que promovem experiências de desafio, exploração do ambiente e superação de limites, contribuindo para o desenvolvimento integral dos participantes.

No contexto educacional, essas atividades não só enriquecem o repertório motor dos estudantes, mas também fomentam valores como cooperação, resiliência, trabalho em equipe e responsabilidade socioambiental. A inserção de práticas corporais de aventura nas escolas exige planejamento cuidadoso, considerando os aspectos de segurança, adaptação ao ambiente escolar e acessibilidade para diferentes faixas etárias e condições físicas.

Os futuros profissionais de Educação Física, ao se depararem com essa modalidade, têm a oportunidade de vivenciar situações práticas que os preparam para atuar com criatividade e sensibilidade em seus campos de trabalho. As atividades podem incluir escalada, arvorismo, trilhas, slackline e dinâmicas em ambientes naturais ou simulados, todas adaptadas às condições da escola. Esses cenários incentivam a vivência de situações-problema que demandam soluções criativas, pensamento rápido e colaboração entre os participantes.

Para os graduandos em Educação Física, essa experiência também promove uma compreensão mais ampla do papel pedagógico da atividade física na formação cidadã e na construção de uma relação harmoniosa com o meio ambiente. Outro aspecto relevante é o potencial inclusivo dessas práticas. Atividades corporais de aventura podem ser adaptadas para atender às necessidades de estudantes com deficiências ou outras condições que demandem atenção especial. Isso promove um ambiente escolar mais acolhedor e integrador, no qual todos os alunos têm a oportunidade de participar e se desenvolver. Para os futuros educadores, a

experiência de planejar e executar essas adaptações é essencial, pois os prepara para lidar com a diversidade em suas futuras práticas profissionais. Além dos benefícios individuais e pedagógicos, as práticas corporais de aventura também estimulam a reflexão sobre questões ambientais. Muitas dessas atividades ocorrem em espaços ao ar livre, o que pode levar à conscientização sobre a importância da conservação ambiental e do uso sustentável dos recursos naturais. Essa perspectiva integra-se à formação de educadores físicos como agentes transformadores, capazes de promover uma educação que transcenda o corpo e alcance dimensões sociais, culturais e ecológicas.

Este livro foi idealizado para educadores da educação básica e do ensino superior, bem como estudantes de licenciatura em Educação Física interessados em enriquecer o ensino com atividades que promovem desafios, superação e a conexão entre corpo, mente e meio ambiente. As práticas de aventura, como escalada, slackline, arvorismo, trilhas e orientação, são apresentadas aqui não apenas como atividades recreativas, mas como ferramentas poderosas de ensino e aprendizado.

Ao longo das páginas, o leitor encontrará uma abordagem teórica e prática, que explica como essas atividades podem ser integradas ao currículo escolar, contribuindo para o desenvolvimento físico, emocional e social dos estudantes. Além disso, o livro traz exemplos concretos de escolas que implementaram essas práticas com sucesso, detalhando os desafios enfrentados e os resultados alcançados.

Ao tratar das questões práticas, como segurança, adequação dos espaços escolares e capacitação dos professores, o livro oferece um guia completo para implementar essas atividades, mesmo em contextos com recursos limitados. A interdisciplinaridade também é abordada, mostrando como essas práticas podem dialogar com outras disciplinas, como ciências, geografia e educação ambiental.

Prof. Kelber Abrão
Organizador

PREFÁCIO

As práticas corporais de aventura têm ganhado cada vez mais espaço no cenário educacional, configurando-se como uma abordagem inovadora para a formação integral dos alunos. Ao romper com as metodologias tradicionais, essas práticas proporcionam experiências ricas em desafios, superação e conexão com o ambiente, mobilizando competências físicas, emocionais e sociais de forma integrada.

O livro "**Educação e Adrenalina: Práticas Corporais de Aventura no Ensino Escolar**" surge como uma contribuição valiosa para a compreensão e implementação dessas atividades no contexto escolar. Com uma abordagem prática e teórica, a obra destaca a importância de transformar a Educação Física em um espaço dinâmico, onde a aventura se torna uma aliada do aprendizado.

Segundo o organizador, o Prof. Dr. Kelber Abrão “as práticas corporais de aventura são ferramentas poderosas para estimular a autonomia, a resiliência e a criatividade, características indispensáveis para o cidadão do século XXI”. Essa visão reflete o potencial dessas atividades em ir além do desenvolvimento físico, promovendo um aprendizado significativo que prepara os alunos para os desafios da vida cotidiana.

No contexto escolar, as práticas corporais de aventura oferecem uma oportunidade ímpar de ressignificar o espaço da Educação Física, que muitas vezes é visto de forma limitada. Escalada, slackline, arvorismo e atividades de orientação, por exemplo, não apenas fortalecem habilidades motoras, mas também estimulam a cooperação, a comunicação e o respeito pelo meio ambiente. Essas experiências aproximam os estudantes da natureza, despertando neles um senso de responsabilidade ecológica que é essencial nos tempos atuais.

Entretanto, a inclusão dessas práticas no ambiente escolar não está isenta de desafios. Como destacam os autores, é necessário investir em infraestrutura, capacitação de professores e adaptação das atividades à realidade de cada escola. Esse processo exige planejamento cuidadoso, mas os resultados alcançados justificam todo o esforço.

A implementação dessas práticas também oferece desafios. É necessário superar barreiras como a falta de estrutura física adequada, a resistência de alguns segmentos da comunidade escolar e a necessidade de formação específica para os

professores. Contudo, tais desafios também são oportunidades de aprendizado e crescimento, tanto para os estudantes quanto para os futuros profissionais. A experiência de lidar com essas dificuldades em um ambiente controlado e pedagógico é fundamental para que os graduandos em Educação Física desenvolvam competências técnicas e emocionais necessárias ao mercado de trabalho.

Assim, as práticas corporais de aventura no contexto escolar representam uma ferramenta poderosa para a formação de graduandos em Educação Física. Elas não apenas ampliam o horizonte de possibilidades pedagógicas, mas também contribuem para a formação de profissionais mais conscientes, criativos e preparados para atuar em um mundo cada vez mais complexo e diverso.

O livro também apresenta relatos de experiências bem-sucedidas, mostrando como essas práticas podem ser implementadas em diferentes contextos escolares, sejam eles urbanos, rurais ou periféricos. Essas histórias inspiram educadores a inovar e a olhar para a Educação Física como um campo fértil para o desenvolvimento integral dos alunos.

A leitura de "**Educação e Adrenalina**" é um convite para todos os profissionais da educação que buscam ampliar suas práticas pedagógicas e promover uma formação mais ampla e significativa para seus alunos. É uma obra que dialoga com o presente, mas aponta para um futuro em que a escola seja um lugar de aventura, aprendizado e transformação. Que este livro inspire novos caminhos, no qual a adrenalina da aventura se torne o combustível para uma educação mais humana, conectada e transformadora.

Prof. Alderise Pereira da Silva Quixabeira

Sumário

APRESENTAÇÃO	8
PREFÁCIO	10
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: A ESCALADA COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....	15
Eliamaria Ribeiro Curcino	15
Lóry da Silveira Ribeiro	15
Tháynna Soares dos Santos	15
Luan Pereira Lima	15
Ruhena Kelber Abrão	15
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O SLACKLINE COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....	23
Alice Januário Rodrigues.....	23
Joana Dark Gomes Noletto	23
Bruno Ferreira Ribeiro.....	23
Lóry da Silveira Ribeiro	23
Ruhena Kelber Abrão	23
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: OS PATINS COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....	34
Marcus Vinicius Borges Rocha	34
Adriane Borges Formiga.....	34
Vanusa Antonio Gonçalves	34
Lóry da Silveira Ribeiro	34
Ruhena Kelber Abrão	34
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O SKATE COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....	41

Ruan Kaique Santos Costa.....	41
Alderise Pereira da Silva Quixabeira.....	41
Luan Pereira Lima	41
Lóry da Silveira Ribeiro	41
Ruhena Kelber Abrão	41
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O CIRCUITO DE HABILIDADES MOTORAS COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....	52
Hava Dias Varão	52
José Luís Moreira Carneiro	52
Withy Ranny Santana Lopes	52
Lóry da Silveira Ribeiro	52
Ruhena Kelber Abrão	52
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O SURF COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....	68
Eduardo Pereira do Nascimento	68
Thiago Pinheiro Curcino.....	68
William Gonçalves de Jesus	68
Lóry da Silveira Ribeiro	68
Ruhena Kelber Abrão	68
AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: A CAMINHADA ORIENTADA COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES	82
Ana Gabriella Coelho Muniz.....	82
Carlos Leonardo de Jesus dos Santos	82
Luan Pereira Lima	82
Lóry da Silveira Ribeiro	82
Ruhena Kelber Abrão	82

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O PARKOUR COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.....90

Lutiély Alves de Assis	90
Luis Henrique Lima Barbosa.....	90
Roniel Rodrigues Mendes de Sousa	90
Lóry da Silveira Ribeiro	90
Ruhena Kelber Abrão	90

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O ARVORISMO NA ESCOLA 102

Dannytchely Alves Lemes.....	102
Van Damme Muniz Teles Moura	102
Jairon Alves de Carvalho.....	102
Lóry da Silveira Ribeiro	102
Ruhena Kelber Abrão	102

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O RAPEL COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES..... 111

Sílvia Gomes Muricí.....	111
Caio Vinícius de Freitas Alcântara	111
Lóry da Silveira Ribeiro	111
Ruhena Kelber Abrão	111

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O TREKKING COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES..... 117

Ana Maria da Conceição Pereira Ramos	117
Gustavo Santos da Silva	117
Tiago Teixeira Rodrigues	117
Caio Vinicius de Freitas Alcântara	117
Lóry da Silveira Ribeiro	117
Ruhena Kelber Abrão	117

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: A ESCALADA COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Eliamaria Ribeiro Curcino
Lóry da Silveira Ribeiro
Tháyna Soares dos Santos
Luan Pereira Lima
Ruhena Kelber Abrão

A educação física escolar conta com uma diversidade expressiva de conteúdos a serem explorados nas aulas. De acordo com Soares (1992, p. 11), os “conteúdos clássicos” da Educação Física escolar são: os jogos, as ginásticas, as lutas, as danças e os esportes, sendo que este último é o mais enfatizado e apontado em estudos recentes como os de Silva e Sampaio (2012) de forma predominante nas aulas. O que demonstra que apesar dessa gama de possibilidades, existe certa prevalência de determinados conteúdos em detrimento de outros. A Base Nacional Comum Curricular – BNCC (2018) fez atualizações a respeito desse eixo tão importante para uma prática pedagógica que visa levar aos alunos a ampliação de vivências e a experimentação das mais diversas manifestações da cultura corporal (COLETIVO DE AUTORES, 1992). Dentre essas atualizações, podemos destacar as Práticas Corporais de Aventura (PCA's), sendo que a escalada é um destes conteúdos a serem trabalhados nas aulas.

As PCA's são compreendidas como manifestações corporais realizadas em diferentes contextos, pois podem ser realizadas em meio à natureza ou em ambientes construídos para fins de aventura. Vale destacar que nas práticas em meios naturais existe o “risco controlado”, o que evidencia como elemento central dessas práticas corporais a presença de “situações de imprevisibilidade que se apresentam quando o praticante interage com um ambiente desafiador” (BNCC, 2018, p. 218). Fazendo a apropriação desse conteúdo, o professor de educação física, por sua vez, tem a possibilidade de não só inovar em suas aulas, mas também elevar potencialidades e trazer inúmeros benefícios aos alunos, uma vez que essas práticas corporais podem: elevar a *cooperação* entre os sujeitos envolvidos, permitir *interações sociais*, propiciar *prazer*, elevar a *autoimagem*. Além disso, a partir da superação de desafios que

surgem, o contato com a natureza auxilia no desenvolvimento da *ética ambiental* (FREITAS et al, 2016).

A BNCC (2018) subdivide as PCA's em práticas na natureza (ex.: corrida orientada, corrida de aventura, corridas de *mountain bike*, escalada, rapel, tirolesa, arborismo) e práticas urbanas (*parkour*, *skate*, patins, *bike*). Todas as práticas acima permitem uma riqueza de vivências corporais cada uma com sua particularidade.

Neste trabalho, optou-se por destacar a Escalada diante das demais, por identificar esta como uma prática que reúne diversos saberes dialogando com outras disciplinas: geografia, biologia, fisiologia. O termo Escalada tem relações diretas com o Alpinismo e Montanhismo, porém não significam a mesma coisa, uma vez que escalar é uma ação que permite a prática dessas duas atividades (PEREIRA, 2010).

A respeito da origem da Escalada, não há um consenso na literatura, alguns pontuam que esta iniciou-se a partir do Alpinismo (SOUZA; SILVA, 2013), outras acreditam que esta surgiu no continente europeu atrelada ao ideal de dominação sobre outros povos, mais especificamente no século XV (PEREIRA, 2010). A partir do Alpinismo foram sendo difundidas as regras e técnicas de escalada no mundo. Os primeiros praticantes eram homens que tinham o intuito de conhecer e desvendar o que havia no topo das elevadas montanhas que compõem o nosso planeta. A escalada e a necessidade de chegar ao topo produzem um sentimento de desafio, de domínio da natureza, de chegar em território nunca tocado pelo humano e observar as coisas lá do alto.

O ato de escalar é uma habilidade tão antiga quanto o próprio ser humano, pois faz parte de suas ações desde que vivia em árvores e cavernas, como forma de sobrevivência e proteção. A sistematização da escalada como esporte, por sua vez, ocorreu na contemporaneidade, como outras atividades humanas relacionadas ao movimento (PEREIRA, 2010, p. 20).

Pinturas retratam a prática da escalada há milhares de anos, o esporte datando de 400 a.C. Com o passar do tempo passou de atividade de exploração da natureza para assumir as características de esporte moderno com regras competitivas no final do século XX. O esporte como o conhecemos na atualidade só surgiu na década 80, enquanto um treinamento físico e técnico para atletas de escalada. A escalada como esporte não tem um local de origens definidas. Registros mostram que um grupo de pessoas escalou as montanhas da Inglaterra, Alemanha e Itália na mesma época. Em

1985, a primeira competição esportiva de escalada natural foi realizada na Itália. Um ano depois, a primeira competição indoor aconteceu em Lyon, na França.

Já no Brasil essa modalidade é mais recente, na “escalada esportiva, o escalador é envolvido por fitas sintéticas e fivelas de ferro chamadas de cadeirinhas anexadas a uma corda dinâmica com ganchos de duralumínio conhecido também como mosquetões” (ANTAS, 2019, p. 15). Diante disso, segundo Bertuzzi e Silva (2013), o aumento do número de adeptos das atividades de aventura praticadas em ambiente natural é fruto da vontade do homem de estar mais próximo da natureza, e este aumento no Brasil surgiu a partir do final do século passado. Desde então o esporte vem cada dia mais ganhando visibilidade e com isso mais pessoas tendem a praticá-lo.

Na atualidade verifica-se que a prática de escalar tem sido bastante ampliada e difundida. Até mesmo em locais onde a área geográfica não favorece sua execução, avanços tecnológicos possibilitam a construção de espaços adequados à essa prática, mesmo em locais urbanos, tais como paredes ou muros que imitam os espaços naturais em praças, parques ou locais arquitetados para o lazer (PEREIRA, 2010, p.23). Os estudos de Marinho e Bruhns (2001, p. 37) que retratam o surgimento desses espaços evidenciaram que esses locais representam uma “expressão cultural contemporânea”, pois a necessidade humana na busca pelo prazer, cria em ambientes urbanos formas diversas de demonstrações identitárias. A Escalada nesses espaços acontece em uma parede onde se colocam agarras artificiais de diferentes formatos, imitando a textura e aparência das rochas naturais. Dessa forma, o praticante é desafiado a subir até o final, apoiando seus segmentos corporais, principalmente mãos e pés nessas agarras.

Vale destacar que esses espaços arquitetados são utilizados para praticantes que estão no período de aprendizagem e iniciação dessa prática corporal, para aprimoramento e domínio da técnica, como também para treinamentos de quem já pratica a mais tempo ou simplesmente por diversão e lazer. Por outro lado, esses espaços permitem a exploração para fins de educação, principalmente nas aulas de educação física escolar (MARINHO; BRUHNS, 2001).

O USO DA ESCALADA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O esporte é praticado em paredes para as quais os praticantes às vezes precisam percorrer longas distâncias. Uma das regras para os praticantes é não prejudicar o meio ambiente, por isso sua conservação é feita utilizando os recursos naturais disponíveis, como lançar pontas de rocha com fita adesiva ou encravar chapas metálicas nas deformações da rocha e depois removê-las. As características desses alpinistas tradicionais incluem sua aptidão aeróbica, habilidades logísticas, capacidade de manuseio de equipamentos e algum conhecimento meteorológico (PEREIRA, 2007).

Conforme a BNCC (2018, p. 219) as PCA's "devem ser adaptadas às condições da escola, ocorrendo de maneira simulada, tomando-se como referência o cenário de cada contexto escolar". Dessa forma, o grande desafio para o professor de Educação Física é desenvolver as atividades referentes a esse conteúdo que está diretamente ligado à questão dos espaços físicos adequados, uma vez que a realidade escolar, principalmente das escolas públicas, conta com recursos mínimos em termos de infraestrutura e materiais.

A modalidade mais viável para trabalhar na escola é a escalada *boulder* em que não são necessários muitos equipamentos como cordas e cadeirinhas mosquetões. Para isso, a altura deve ser calculada, e se necessário, colchões devem ser utilizados para casos de quedas. Nesta modalidade, o grau de dificuldade de aprendizagem é menor, pois os movimentos executados são natos, como agarrar e puxar. Dessa forma, trabalha-se a interação e a socialização, permitindo a participação de todos independentemente da idade, peso, cor, raça e até mesmo das habilidades motoras. Todos podem participar e superar seus próprios desafios. A pesquisa de Tahara e Darido (2016) sobre a aplicação dos conteúdos de PCA's nas aulas de educação física apontam que essa temática vem sendo pouco abordada pelos professores, e os motivos corroboram com a problemática dos espaços físicos apropriados, inviabilidade econômica para compra de materiais específicos ou até mesmo pela falta de qualificação profissional, o que evidencia certo receio ou insegurança em ministrar essas práticas em suas aulas. É certo que devemos lutar pelos espaços e recursos materiais, para assegurar nossa prática pedagógica com qualidade e segurança aos alunos, mas a intencionalidade e o interesse do professor contam muito quando a realidade escolar apresenta lacunas e precarizações que afetam diretamente o trabalho do professor e o aprendizado do aluno.

Mediante essa realidade, as práticas corporais de Escalada possibilitadas em algumas escolas estão muitas vezes descontextualizadas das aulas de educação física, e professores relatam desconhecimento sobre as técnicas de escalada e isso limita ainda mais a presença dessa PCA nas escolas (TAHARA; DARIDO, 2016).

Estes realmente são grandes empecilhos ao idealizar a inserção das PCA durante as aulas, assim como a questão relacionada à formação inicial em cursos de graduação. Este tipo de prática passou a ser tratado em âmbito acadêmico-científico há pouco tempo quando comparado à outras práticas historicamente constituídas na área, desta forma, muitos professores que atuam em âmbito escolar não tiveram em sua formação alguma disciplina que tratasse dessas práticas (TAHARA; DARIDO, 2016, p. 126).

Certamente a falta de vivência acadêmica de alguns conteúdos deixa brechas na formação, uma vez que aquilo que não é estudado na graduação dificilmente vai aparecer no momento do agir profissional. A Escalada quando explorada nas aulas de educação física também possui aspectos relativos à segurança para a sua realização, que devem ser atentamente observados pelo professor, o qual deve fazer o planejamento e controle de riscos conforme o contexto de aplicação da prática.

A Escalada na escola pode empolgar os alunos, sendo atrativa pelo fato de ser um conteúdo novo e desafiador, diferente das aulas em que predominam o ensino de jogos e dos esportes, ou até mesmo pela aventura que essa vivência produz, o que torna o índice de participação nas aulas bem interessante. No trato com esse conteúdo é importante que os alunos conheçam os materiais utilizados, os equipamentos de segurança, elementos conceituais quanto a origem dessa modalidade e questões relacionadas às técnicas para prevenir acidentes. Esse aprendizado de conteúdos que não são comuns ou populares tem um valor muito significativo ao aluno, pois permite que ele desenvolva estratégias para aprender e vivenciar, bem como o autoconhecimento de seus limites, superação dos desafios, entre outros. As experiências profissionais evidenciaram também que este conteúdo propicia o desenvolvimento de confiança mútua e respeito ao próximo (SOUZA; SILVA, 2013).

Em relação aos materiais utilizados para essa prática, ainda é uma questão dificultada pelo elevado custo destes. Segundo Souza e Silva (2013, p. 51), estratégias de substituição de materiais podem ser implementadas, como “por exemplo: a corda dinâmica pode ser substituída por uma corda de náilon comum; a

corda amarrada diretamente à cintura pode ser utilizada em detrimento do uso de uma cadeirinha”.

Outra estratégia para essa vivência é a escalada em árvores, aproveitando os espaços arborizados do contexto escolar, sempre fazendo adaptações conforme a idade das crianças, com a utilização de escadas, cordas amarradas nas árvores e colchonetes colocados no solo. É importante também variar as atividades para que os alunos tenham diversas formas de interação com a atividade proposta, sempre iniciando de tarefas mais simples, para os desafios mais complexos (FINARDI; ULASOWICZ, 2018).

CONSIDERAÇÕES

Foi possível observar durante o processo da pesquisa que as pessoas que praticam esse esporte passaram a se preocupar com questões relacionadas ao meio ambiente e isso fez com que esses praticantes da escalada esportiva criem mudanças de hábitos. Além disso, ganham o aumento da concentração, força, equilíbrio, além de promover saúde mental e física. A escalada influencia fortemente na coordenação motora e no controle psicológico, afetivo e social. Isso significa que a prática da escalada tem um papel importante na vida dos praticantes e age de forma positiva, pois contribui para a construção de valores, principalmente no contexto ambiental.

Portanto, é necessário que haja mais estudos sobre este tema, para que ele seja discutido de forma mais ampla, não só para estudantes, mas também para a sociedade em geral a fim de levantarem questões que possibilitem que a natureza seja um lugar que proporciona não só espaço de refúgio, mas sim algo essencial para o bem-estar e para nossa sobrevivência.

A escalada é tão importante como outras atividades realizadas na natureza que levam a sociedade a ampliar a discussão sobre as questões ambientais. Enfatizamos a importância da escalada na Educação Física escolar e a influência da prática para a vida acadêmica e para o crescimento e desenvolvimento de futuros docentes, visando o processo de ensino-aprendizagem, além de favorecer momentos de lazer e aventuras para os praticantes. Os autores citados nesta pesquisa possibilitam a compreensão do assunto abordado, além de enfatizarem os benefícios da prática da escalada em todos os seus aspectos.

Então, com base nessa pesquisa, pode-se dizer que trabalhos como este são importantes não só para enriquecer o conhecimento do indivíduo, mas também para ampliar as discussões sobre esta prática esportiva e levantar questões que podem ser trabalhadas na escola com o objetivo de repensar as atitudes em relação à preservação do meio ambiente, não somente na natureza, mas dentro do espaço escolar.

Com base nos estudos gostaríamos de propor novas sugestões para futuras pesquisas que possibilitem o aprofundamento do tema. Percebe-se que apesar de desafiador o conteúdo do PCA conhecido como escalada, é de extrema relevância. Ampliar o olhar sobre os conteúdos e perceber o quanto de riqueza se pode extrair dele também é outro ponto de destaque, os aprendizados adquiridos dessas práticas não se resumem a aspectos apenas motores, mas sobretudo no que tange a formação integral dos sujeitos, reconhecendo-os como autores do seu próprio processo de aprendizagem.

O ato de escalar deve fazer parte da bagagem motora dos alunos, porém o principal legado dessa habilidade adquirida diz respeito ao sentimento de aventura, a superação de seus próprios limites e valores como o respeito, cooperação entre os colegas, coleguismo e amizade. Portanto, o professor não pode negligenciar as PCA's em seu cotidiano pedagógico, pois a negação deste pode ocasionar em lacunas na formação dos alunos ao final do processo.

Por fim, a formação docente tem um importante papel para que o ensino das PCA's seja facilmente desenvolvido nas aulas. O professor atento aos desdobramentos e constantes atualizações do conhecimento faz diferença no contexto escolar, uma vez que desenvolve com mais destreza estratégias metodológicas capazes de suprir a falta de recursos materiais e infraestrutura adequada para tais práticas que permeiam a docência.

REFERÊNCIAS

ANTAS, I. O. **Esporte e sociedade**: a construção de valores na prática da escalada. Monografia. Curso de graduação em Educação Física. Departamento de Educação Física da Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2019.

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

BERTUZZI, R. de C. M.; SILVA, A. E. L. Principais características dos estilos de escalada em rocha e indoor. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 3, n.3, p.31-46, jul./set. 2013.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992. Coleção Magistério 2º grau – série de formação do professor.

FINARDI, F.; ULASOWICZ, C. Atividades de aventuras como prática pedagógica na educação infantil. **Relatos de experiência GPEF, USP**. São Paulo, 2018. Disponível em: <http://www.gpef.fe.usp.br/semef2018/Relatos/francisco_carla.pdf>. Acesso em 02 de dezembro de 2019.

FREITAS, T. A; et al, 2016. Avaliação da implementação de um programa de práticas corporais de aventura na educação física escolar. **Arquivos em movimento**, v.12, n.1, p. 4-16. 2016.

MARINHO, A; BRUHNS, H. T. Escalada urbana - faces de uma identidade cultural contemporânea. **Movimento**. vol. VII, núm. 14, p. 37-48. 2001.

PEREIRA, D. W. Um olhar sobre a complexidade da escalada na educação física, na perspectiva de Edgar Morin. **Dissertação de mestrado**. 2010.

SILVA, J. V. P; SAMPAIO, T. M. V. Os conteúdos das aulas de educação física do ensino fundamental: o que mostram os estudos? **R. bras. Ci. e Mov**; 20(2): 106-118. 2012. Disponível em: <<https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3007/2258>>. Acesso em 02 de dezembro de 2019.

SOARES, C. L. et al. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez. 1992.

SOUZA, F. A de; SIVA, P. C da C. A escalada nas aulas de educação física escolar no ensino médio. **Cadernos de Formação RBCE**, p. 44-54, set. 2013.

TAHARA, A. K.; DARIDO, S. Práticas Corporais de Aventura em aulas de Educação Física na Escola. **Conexões**. V. 14 n. 2 p. 113-136. 2016.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O SLACKLINE COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Alice Januário Rodrigues
Joana Dark Gomes Noleto
Bruno Ferreira Ribeiro
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

O presente trabalho trata de uma modalidade como possível ferramenta pedagógica nas aulas de Educação Física Escolar, levando em consideração que as capacidades e habilidades requisitadas por essa modalidade conhecida como *Slackline* são de extremo valor para o desenvolvimento da criança, destacando a importância da postura e do equilíbrio. Além disso, os esportes de aventura foram pouco estudados no que diz respeito às suas potencialidades no desenvolvimento das diferentes dimensões dos conteúdos da Educação Física escolar e, por conseguinte, são pouco utilizados nesse contexto. Porém, destaca-se que esses esportes possibilitam o contato com a natureza, proporcionando prazer através do desafio e ainda despertando uma preocupação ambiental.

As Atividades de Aventura subdividem-se em diversos tipos e categorias. Dentre as distintas possibilidades de atividades/modalidades, destacamos a atualmente reconhecida como *Slackline*. Trata-se de uma prática corporal que pode se configurar como desportiva ou recreativa, a depender dos objetivos de quem o pratica, e está estreitamente ligada aos aspectos relacionados com o radical, a natureza, o desafio, o risco controlado, a liberdade e a superação (SANTOS e MARINHO, 2014). O esporte foi inventado por escaladores norte-americanos que buscavam novas vias de escalada, em meados dos anos 80. No Brasil, o *Slackline* chegou primeiro ao Rio de Janeiro, onde começou a conquistar seguidores em 2009.

Na educação infantil, através do desenvolvimento motor, as crianças conhecem seu corpo, vivenciam inúmeras experiências de movimento e ficam cientes de seus limites, para agir no contexto onde vivem. Com isso, é preciso oportunizar e oferecer à criança uma ampliação da sua cultura de movimento não se limitando ao gesto técnico para a realização de alguma ação (RICARDO, 2010).

Outro ponto importante para se destacar é que a Educação Física é uma disciplina escolar que deve ser desenvolvida de forma pedagógica e voltada para a

“cultura corporal”, a qual tem em seu eixo de ensino jogos, dança, lutas, ginástica e esportes entre outras possibilidades (SOARES et al. 1992). O desenvolvimento desses conteúdos deve enfatizar as manifestações do corpo como linguagem. Com isso busca-se entender a importância da diversificação de conteúdos nas aulas de Educação Física por meio dessa modalidade. De acordo com a Revista Universo Slack (2015, p. 6) “o nome SLACKLINE, se traduzido ao pé da letra, quer dizer ‘corda bamba’, como é denominada a prática de equilíbrio no circo”. A prática do *Slackline* teve início entre as décadas de 70 e 80. Esse esporte surgiu de uma atividade criada por escaladores, os quais nas horas de descanso, ou ainda quando o tempo não estava propício para escaladas, fixavam suas cordas de escalada em duas árvores e se aventuravam tentando passar sobre a mesma (REVISTA UNIVERSO SLACK, 2015). Essa informação é corroborada por Pereira e Maschião (2012, s.p.) quando abenam que “o slackline como se conhece foi criado por escaladores na metade da década de 1970 no vale do Yosemite nos Estados Unidos, ele é a nova geração da corda bamba do circo [...]”.

O esporte, que no transcorrer de sua história vai ganhando novos praticantes e fragmentando estilos de serem praticados, têm em comum a busca pelo equilíbrio e o constante desafio. As modalidades mais conhecidas e praticadas, de acordo com a revista Universo Slack (2015), são: *Trickline*, *Longline*, *Highline*, *Waterline*.

Trickline é caracterizada pela realização de manobras difíceis sobre a fita e é a modalidade mais popular do *Slackline*. Já a modalidade *Longline* é caracterizada por travessias longas, nas quais os praticantes estão em constante desafio de seus limites de equilíbrio. O *Highline* é a modalidade mais radical desse esporte, pois suas travessias devem ser feitas acima de cinco metros de altura, e exigem do praticante além de muita experiência e habilidade, conhecimento sobre equipamentos de segurança em altura. Entre as modalidades mais conhecidas está ainda o *Waterline*, que é praticado sobre a água, muito divertido e com pouco risco de lesão. O *Slackline* é uma prática nova no campo dos esportes, é possível encontrar campeonatos a níveis Estaduais, Nacionais e Mundial, sem a presença de regras delimitadas.

De acordo com Silva, Poli e Pereira (2012), o *Slackline*, por se apresentar de forma abrangente, é um esporte no qual o praticante pode assumir sua face competitiva (esportiva) ou apenas lúdica (recreativa), aliado às suas características inovadoras e desafiadoras. O mesmo, então, surge como uma interessante opção

pedagógica no contexto escolar, e, portanto, pode ser considerado como conteúdo de ensino nas aulas de Educação Física, nas três etapas da Educação Básica (Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio). Isso se dá tanto pelos benefícios e vantagens que a inclusão desse tipo de atividade proporciona para os alunos-praticantes, quanto pela tentativa de normatização curricular verificada, sobretudo na Base Nacional Comum Curricular (BNCC).

A prática desse esporte está cada vez mais popular. Entre seus benefícios, está a melhora do equilíbrio dos praticantes. A sua inserção na Educação Física escolar constitui-se como uma possibilidade para o desenvolvimento e aprimoramento das habilidades motoras estabilizadoras dos escolares. Esse esporte, apesar de contemporâneo, já se espalhou por todo o mundo.

No Brasil o *Slackline* pode ser visto em praias, parques e praças. Pode ser praticado por pessoas de diferentes faixas etárias, com diversos objetivos, desde a busca pelo lazer, atividade física, até a alta performance. A principal habilidade necessária para a prática é o equilíbrio, o que faz deste um esporte muito difícil em sua iniciação. Entretanto, essa complexidade é superada através da persistência e frequente prática.

O USO DO SLACKLINE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A formação em Educação Física (EF) objetiva preparar o futuro profissional para a intervenção social no que se refere aos aspectos da cultura, da saúde, da educação, do lazer e do rendimento humano. Muitos conflitos surgem nesse processo, em geral relacionados às contradições naturais da vida, como as dicotomias: corpo e mente; teoria e prática; competição e cooperação; ciência e filosofia; etc. A história da EF instituída através da preparação militar e do higienismo explica em parte esse processo, porém mesmo com a visão científica que se instaurou na área a partir do final do século passado, pouco se avançou no sentido de superar as dualidades. A separação e a especialização tornam-se marcas da formação profissional, dificultando a comunicação entre os pares e criando mais obstáculos sobre quais caminhos seguir.

A definição de conteúdos na EF e sua avaliação pensando na formação profissional é um tema delicado, pois envolve questões epistemológicas, além de necessidades do mercado de trabalho, que está sempre em transformação. A inclusão

de temas voltados à aventura e as práticas de risco calculado são uma possibilidade ainda incipiente na EF brasileira, que a cada dia traz novas perspectivas. O *slackline* como possibilidade pedagógica relativa à disciplina de aventura nos cursos de formação pode gerar novas perspectivas de aprendizagem.

A Educação Física escolar tem um vasto arcabouço sobre as Práticas Corporais de Aventura (PCA's) e os problemas que mais são diagnosticados no processo de ensino são a falta de estrutura física e o desconhecimento de metodologias para o desenvolvimento das aulas. Tahara e Darido (2015) também comprovaram, por meio de um estudo da arte, que há poucos artigos pensando as PCA's no ambiente escolar, sobretudo o *slackline*. Com a publicação da BNCC (BRASIL, 2018), a Educação Física passa a ser tensionada a ampliar e diversificar os conteúdos de ensino vivenciados em suas aulas, por meio das Unidades Temáticas: Brincadeira e Jogos, Lutas, Danças, Ginástica, Esportes e Práticas Corporais de Aventura. Segundo a Base:

As práticas de aventura na natureza se caracterizam por explorar as incertezas que o ambiente físico cria para o praticante na geração da vertigem e do risco controlado, como em corrida orientada, corrida de aventura, corridas de mountain bike, rapel, tirolesa, arvorismo etc. Já as práticas de aventura urbanas exploram a “paisagem de cimento” para produzir essas condições (vertigem e risco controlado) durante a prática de parkour, skate, patins, bike etc. (BRASIL, 2018, p. 218-219).

Pereira (2013) introduziu a prática do *slackline* para alunos de um curso superior de Educação Física. Por meio de diários de campo e relatos de experiências, o autor aborda que é preciso que o professor leve em consideração para uma aprendizagem inicial alguns elementos como: o medo, a superação, a surpresa, a emoção e a avaliação.

O *Slackline* é uma atividade de aventura que pode ser utilizada no âmbito escolar como recurso lúdico para incentivar a prática esportiva e reforçar conhecimentos sobre o meio ambiente. Além disso, é uma modalidade que requer pouco espaço, e exige um material acessível, pois é praticado apenas com uma fita de nylon flexível fixada horizontalmente em dois pontos a qualquer altura. O conteúdo aplicado de forma lúdica se torna uma possibilidade de lazer, tanto no ambiente escolar quanto fora dele, trazendo uma colaboração para o desenvolvimento social de quem o pratica. E no desenvolvimento biológico pode-se citar a melhora da

capacidade física e motora, aumento da concentração e consciência corporal, bem como o desenvolvimento de habilidades para outras modalidades esportivas (PEREIRA et al, 2011; COUTO; BERNARDES; PEREIRA, 2013; SANTOS; MARINHO, 2014).

Com isso, o *slackline* pode se encaixar no conteúdo da Educação Física escolar, uma vez que o mesmo é um esporte e este compõe o eixo dos conteúdos voltados para a cultura corporal de movimento. Porém, as vivências desse esporte na escola ainda são bastante recentes e desenvolvidas por poucos professores de Educação Física, visto que sua prática também é considerada nova, pois tem indícios de seu início por volta dos anos 80.

A Educação Física escolar desenvolvida nas escolas geralmente está voltada para os esportes tradicionais, o que vem causando ao longo do tempo desinteresse por parte de alguns escolares, que associam a mesma a monotonia. Porém, é composta por um vasto eixo de possibilidades, as quais podem contribuir para aulas mais dinâmicas e para uma melhor participação por parte dos alunos. A escola configura-se como um espaço diferenciado, onde as crianças terão que ressignificar seus movimentos e atribuir-lhes novos sentidos, além de realizar novas aprendizagens (BRASIL, 2020).

As atividades de aventura podem gerar motivações e interesses diversificados entre os alunos ao participarem das aulas de Educação Física, existindo curiosidade e satisfação naquilo que a prática possa proporcionar em termos de sensações e emoções individuais que extrapolam o conteúdo e podem ser compartilhadas com o grupo, como a percepção de liberdade, o ineditismo na vivência, a questão dos riscos sob controle, entre outros (MARINHO, 2007). É necessário um olhar mais cuidadoso em relação à inserção dos esportes de aventura e as suas influências no cenário da cultura corporal de movimento (RODRIGUES, 2006).

Dentre as inúmeras manifestações da cultura corporal, destacam-se as atividades de aventura, que apresentam extensas possibilidades na área educacional. O potencial educativo dessas atividades de aventura pode ser muito extenso, principalmente porque facilita situações educativas com experiências pouco habituais, apresentando um forte caráter motivador, favorecendo situações carregadas de emoção, de significado e de intenção (MARINHO, 2005). O *slackline* é um esporte contemporâneo, de fácil aquisição, que não precisa de uma grande estrutura para ser

instalado, e que pode vir a contribuir para a expansão desse leque de possibilidades, dando assim um primeiro passo para uma Educação Física escolar que explora diferentes possibilidades.

Na fase escolar estímulos são fundamentais para a manutenção do equilíbrio, especialmente na posição ereta. Na evolução psicomotora é necessário que a criança tome consciência do contato com o solo e com a mobilidade da articulação do tornozelo para uma boa progressão do equilíbrio (BUENO, 1998). O *Slackline* tem movimentos amplos no espaço, a perna de apoio tem que reduzir movimentos laterais indesejados do pé para equilibrar o centro de gravidade através do movimento da base de suporte. Requisita os grupos musculares do tornozelo, joelho e quadril simultaneamente (KELLER et al. 2012). Além de desenvolver o equilíbrio dinâmico e o corpo como um todo, porque se brinca com o centro de gravidade. No desenvolvimento da criança, o equilíbrio em relação ao objeto ou material, força, resistência, agilidade, flexibilidade na realização dos movimentos de maneira a ser harmonioso (RICARDO, 2011).

As crianças ajustam-se a novas posturas e, se este posicionamento for errado, pode acarretar em implicações corporais, que comprometem a postura (ROCHA, 2011). Quando adultos acabam sofrendo transformações e adaptações na postura, que exige uma adaptação contínua da máquina corporal, que vem tentando desempenhar uma tarefa difícil, a de evitar que as más posturas corporais diárias se tornem definitivas, especialmente aquelas provocadas pelo posicionamento inadequado da coluna vertebral (SOUZA, 1996), sabendo que a postura ereta adequada é considerada um importante indicador de saúde musculoesquelética (MCEVOY e GRIMMER, 2005).

Segundo Melanie et al. (2013), diversos estudos foram realizados investigando o desenvolvimento do controle postural e do equilíbrio nas crianças durante a posição ereta, que tem menos estabilidade que os adultos. Essa valência é aprimorada de acordo com a idade e a experiência motora da criança. Considerando essas questões, dialogamos com Silva (2012, p. 72-73) que apresenta algumas dicas pedagógicas:

Dica 01. Equilibrar-se em uma estrutura fixa, rígida e estreita, no intuito de ambientar o corpo ao movimento. Podem-se utilizar bancos suecos, improvisar com tábuas, trave de ginástica e pequena mureta; Dica 02. Gostamos muito de um momento de experimentação, momento da prática no *Slackline* propriamente dito, onde a intervenção deve ser mínima (sem se

esquecer de observar a área de segurança). Vale investir na implementação de materiais para facilitar a prática e dicas básicas, como: andar sobre a fita, para que o praticante possa ter tempo de se conhecer na fita e arriscar algumas manobras. Se possível, varie os tipos de slackline à disposição da aprendizagem (baixo, alto, curto, longo, estreito, largo); Dica 03. Estimule as atividades coletivas, no intuito de os praticantes se sentirem mais à vontade para trocar informações e provocar um conflito integral, a fim de resolverem um problema em conjunto. As atividades como corridas na fita, pega-pega sobre o Slack, rouba o rabo e outras, são interessantes para esta finalidade. As atividades podem ter mais de uma pessoa sobre a mesma fita do Slack. Vale investir em materiais que possam auxiliar na aprendizagem (cordas na parte de cima da fita, cabos de vassoura para apoiar no chão, corda fixa apenas em um ponto da fita, ajuda coletiva com as mãos dos colegas).

Buscar manter o equilíbrio é fundamental para a prática do *slackline*, visto que o objetivo central do esporte é equilibrar-se sobre uma fita. Cássaro (2011, p.28) ressalta que na prática do *slackline* é desenvolvido o equilíbrio dinâmico e o corpo como um todo, visto que se trabalha com o centro de gravidade. Keller et al (2012) acreditam que a prática de *Slackline* se constitui como mais eficiente do que outras em relação ao equilíbrio, porque há mais movimentações que devem ser sustentadas pelo joelho. Diferente de exercícios com pranchas de equilíbrio em que há uma necessidade de controle muscular simultâneo das articulações do quadril, joelho e tornozelo.

Keller e col. (2012) perceberam que indivíduos treinados no *Slackline* em comparação aos não treinados desenvolveram melhora da estabilidade na coluna espinhal. Poli e col. (2012) além dos aspectos técnicos apontam também que o *Slackline* é uma atividade desafiadora e que eleva o índice de motivação de acordo com a possibilidade de se atingir o objetivo. O esporte faz parte das tendências de modalidades contemporâneas e está sendo incorporado gradualmente à Educação Física, além disso, adquire-se equilíbrio com diversão, pois muitos treinamentos de fortalecimento de articulações, como os treinamentos funcionais, não são tão desafiadores (MAHAFFEY, 2009).

CONSIDERAÇÕES

Alguns estudos têm como recomendação introduzir o *Slackline* ou dar mais visibilidade à sua prática e assim apresentar os seus pontos positivos. Nas aulas de Educação Física, é possível apontar para os principais fundamentos que a prática

trabalha como andar, saltar, equilibrar, etc. Ajudando na melhoria da postura através desses fundamentos, trazendo melhorias psicológicas e sociais como a autoconfiança, o respeito e a superação de limites.

O estudo em questão possibilitou conhecer e entender de forma mais acentuada a relação da escola com o tema. Destacamos a necessidade de existir a experiência dessa prática desde o início da educação básica, possibilitando que os estudantes conheçam e aprofundem os conhecimentos sobre essa modalidade e tantas outras, no que rege as práticas de aventura e as aulas de Educação Física. O *Slackline* chama a atenção por desenvolver diferentes habilidades, como também contribuir como diversificação de conteúdo a serem estudadas, promovendo um novo olhar sobre as possibilidades de atuação profissional.

As práticas corporais esportivas, como as de aventura, podem desenvolver interesses e motivações diferentes entre os estudantes, como as sensações e emoções provenientes do risco controlado a que são submetidos se constituem como algo inédito, como um diferencial no ensino da Educação Física, com isso podemos afirmar que as práticas de aventura no contexto escolar possuem um alto poder pedagógico formativo.

Este texto foi feito pensando nessa prática de aventura que proporciona aos alunos o desenvolvimento social e individual, por meio de atividades relacionadas ao lazer em diferentes campos, possibilitando ao professor a problematização, ampliação e ressignificação sobre as práticas corporais em suas aulas, fugindo das modalidades tecnicistas. Os benefícios que essa modalidade oferece são de grande importância para a formação dos indivíduos, pois com o *Slackline* ensina-se valores de respeito (respeitar o nível de habilidade do colega, respeitar a fila), motivação (persistência para progredir mútuos). Além disso, essas vivências de atividades de aventura na natureza contribuem para a construção de novos valores e condutas pró-ambientais.

Podemos citar então que a prática do *slackline* possibilita ao aluno treinar sua força muscular, coordenação motora, flexibilidade, equilíbrio e vários outros benefícios como citados anteriormente. É uma prática de fácil acesso, uma vez que o material necessário é uma fita fixada entre dois pontos. É de suma importância promover e facilitar o acesso a essa prática de aventura, pois a mesma ajuda na manutenção do equilíbrio e na evolução psicomotora. Quando vivenciado ao ar livre esse esporte faz

com que o praticante volte a entrar em contato direto com a natureza, proporcionando prazer através do desafio e ainda despertando uma preocupação ambiental.

Apontamos os esportes de aventura como uma possibilidade de conteúdo na escola, proporcionando a inclusão de esportes como o *Slackline* dentro do meio escolar por meio da Educação Física. A escola é espaço sociocultural, devendo assim trabalhar a diversidade que existe em um país como o nosso, com tantas diferenças culturais.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Curricular Comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

BUENO, J. M. **Teoria & Prática** - Estimulação, educação, reeducação psicomotora com atividades aquáticas. Editora LOVISE. 1998.

ROCHA, J. C. T. Alterações do equilíbrio escapular em escolares de 10 a 12 anos no município de Parnaíba/PI. **Fisioterapia Brasil**, v. 12, n. 6, 2011.

CÁSSARO, E. R. **Atividades de Aventura, aproximações preliminares na rede municipal de ensino de Maringá**. Monografia. Curso de Graduação em nível de Especialização; Educação Física na Educação Básica, Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2011.

COUTO, F. A.; BERNARDES, L. A.; PEREIRA, D.W. (2013). O equilíbrio dinâmico em adultos sobre o slackline. **EFDeportes.com**. 18 (184). <http://www.efdeportes.com/efd184/o-equilibrio-dinamico-sobre-o-slackline.htm>.

KELLER, M. et al. O controle postural melhorado após o treinamento de slackline é acompanhado por reflexos H reduzidos. **Revista escandinava de medicina e ciência nos esportes**, v. 22, n. 4, 2012.

MAHAFFEY, B. J. **Physiological effects of slacklining on balance and core strength**. Exercise and Sport Science. Physical Education, 2009.

MARINHO, A. **Atividades de aventura em ambientes artificiais**. In: UVINHA, Ricardo R.. (Org.). Turismo de aventura: reflexões e tendências. São Paulo (SP): Aleph, 2005.

_____, A. **A aventura na natureza e a sociabilidade na vida contemporânea**. In: II Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura, 2007, Governador Valadares (MG). II Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura, 2007.

MCEVOY, M. P.; GRIMER, K. Confiabilidade das medidas de postura ereta em crianças do ensino fundamental. **BMC distúrbios musculoesqueléticos**, v. 6, n. 1, 2005.

MELANIE, A. et al. Balancing on a Slackline 8 year olds vs. Adults. **Frontiers Original Research article**, Volume 4, Article 208, 2013.

PEREIRA, D. W. SLACKLINE: Vivências acadêmicas na educação física. **Motrivivência**, n. 41, 2013.

PEREIRA, D. W.; MASCHIÃO, J. M. Primeiros passos no slackline. **EFDeportes.com**. Buenos Aires 2012.

PEREIRA, L. M. et al. **Mecanismos fisiológicos envolvidos na prática de slackline**. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE ATIVIDADES DE AVENTURA, 6, 2011, Pelotas. Anais. Pelotas: CBAA, 2011.

POLI, P. F. et al. Prevendo psicose: meta-análise de resultados de transição em indivíduos de alto risco clínico. **Arquivos de psiquiatria geral**, v. 69, n. 3, 2012.

SILVA, A. A. dos S.; Poli, J. de J. C.; Pereira, D. W. (2013). Iniciação ao slackline: uma proposta de ensino. **EFDeportes.com**. 18 (184).

Revista Universo Slack: Apaixonados por Slackline. **The King**: Entrevista com Alan Schimidt. ed. 01. Disponível em < <http://revistauniversoslack.com.br/ed01/#/0>>. Acessado em 13.dez.2019.

RICARDO, J. A importância de trabalhar o equilíbrio das crianças com idade entre 4 e 6 anos da educação infantil. <http://www.efdeportes.com/>. Buenos Aires, Ano 15, Nº 143, 2010.

RICARDO, E. **Atividades de Aventura**: Aproximações Preliminares na Rede Municipal de Ensino de Maringá. Universidade Estadual de Londrina, 2011.

RODRIGUES, L. Educação Física escolar e meio ambiente. <http://www.efdeportes.com/>, Buenos Aires, Ano 11, Nº 100, 2006.

SANTOS, P. M.; MARINHO, A. Slackline e Educação Física: Experiências do Projeto de Extensão 'Lazer e Recreação'. **Licere (Centro de Estudos de Lazer e Recreação)**, v. 17, 2014.

SILVA, D. E. S. **Slackline**: o equilíbrio ao alcance de todos. In: SCHWARTZ, G. M. (orgs.) Tecnologias e atividades de aventura. São Paulo: Alexia, 2012.

SOARES, C. L. et al. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez. 1992.

SOUZA, J. L. Efeitos de uma Escola Postural para indivíduos com dores nas costas. **Movimento**, Porto Alegre, v. 5, 1996.

TAHARA, Alexander Klein; DARIDO, Suraya Cristina. Práticas corporais de aventura em aulas de educação física na escola. **Conexões**, v. 14, n. 2, 2016.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: OS PATINS COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Marcus Vinicius Borges Rocha
Adriane Borges Formiga
Vanusa Antonio Gonçalves
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

Inicialmente a patinação surgiu como uma forma de locomoção para quem morava em lugares frios. Esses habitantes começaram a acoplar sobre suas pernas uma espécie de patins, feitos com ossos que os ajudavam a atravessar os lagos congelados. Na Idade Média, os ossos foram substituídos por elementos que passaram a causar menos atrito com o gelo, como lâminas de madeira e depois lâminas de ferro. Assim, a patinação foi usada primeiramente para atravessar regiões congeladas e, mais tarde, como forma de recreação. Joseph Merlin (nascido em Huys Bélgica em 1735) é considerado o criador do primeiro patins, em 1770, em Londres, no Museo Cox em Spring Gardens, quando exibiu um par de patins sobre rodas (BRANDÃO, 2009). A patinação passou por diversas mudanças ao longo dos anos até chegar ao seu formato hoje.

De acordo com Dias (2006), é considerada uma atividade sistemática que combina força, flexibilidade, capacidade aeróbica, anaeróbica, equilíbrio e coordenação motora. É uma modalidade praticada por inúmeras pessoas em todo o mundo, com o uso tanto dos patins com rodas ou dos patins de gelo.

Hoje em dia a patinação já está bem difundida em nossa sociedade. A patinação no gelo, por exemplo, faz parte do quadro de esportes olímpicos, sua primeira participação foi nos jogos de verão de Londres em 1908. São várias as vezes que nos deparamos com pessoas patinando nas calçadas de cidades ou praças, até mesmo em alguns supermercados ou shopping.

De acordo com Souza, et al. (2019), "a junção de exercício mais esporte que a patinação proporciona, traz como benefícios condicionamento cardiovascular, melhora de tônus, equilíbrio, envolve a concentração, coordenação motora, resistência muscular, agilidade e reflexos (p. 2)."

Atualmente a versão *inline* vem ganhando espaço e conquistando cada vez mais adeptos. Entretanto, é uma patinagem mais hostil, subdividida nas modalidades vertical e *street*. A escolha dessa versão é feita por pessoas que buscam velocidade e manobras mais arriscadas e emocionantes. Essa versão *inline* caracteriza-se por subir em várias plataformas altas, deslizar, pular escada e fazer manobras, caracterizando-se assim como um esporte de aventura, que leva a adrenalina ao ponto máximo.

O USO DOS PATINS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Na atualidade, as práticas corporais de aventura estão ganhando espaço em nossa sociedade, práticas como o *skate*, o *surf*, o *playground*, o *slackline*, o *parkour*, e dentre essas, a patinação.

A Educação Física escolar tem como objetivo trabalhar as mais diversas culturas corporais, trazendo para nossos alunos diferentes experiências. Segundo Silva e Bracht (2012) devemos inovar os conteúdos da Educação Física, ampliando-os para além dos tradicionais esportes, além de considerar como conteúdo de aula os aspectos ligados ao conhecimento sobre a cultura corporal de movimento. Sendo um desses conhecimentos a patinação e os seus benefícios.

Ferreira (2012) determina como habilidades técnicas da patinação: equilíbrio estático e dinâmico, cair e levantar-se, flexão e extensão dos membros inferiores em movimento, deslize para a frente e impulsão, parada do movimento em cima dos patins, patinar de costas, ultrapassar obstáculos e domínio da posição básica do patinador, a qual precisa de um controle postural e se caracteriza por ter os joelhos ligeiramente fletidos, o tronco em extensão e ligeiramente inclinado à frente. Navas (2006, apud PARDO, 2015 p.14) desenvolveu um programa de ensino de patinação em 4 ciclos, onde tem como objetivos oferecer às crianças as oportunidades e os conteúdos necessários para que elas se sensibilizem, adquiram experiências, melhorem sua motricidade e se iniciem nas destrezas básicas da patinação, tudo isto de forma lúdica. O ciclo 1 seria a iniciação, o ciclo 2 a transição, o ciclo 3 o aprofundamento e o ciclo 4 a tecnização dos movimentos.

Muñoz et al. (1999, apud PARDO, 2015 p.15) enfoca o ensino da patinação no modelo curricular de acordo com um sistema de fases (com duração de dois anos

cada), níveis e unidades. As fases propostas são: incorporação, para crianças de seis a oito anos, cujo objetivo é que a criança adquira novas experiências, melhore sua motricidade e se inicie nas destrezas básicas da patinação; fundamentação, de oito a dez anos, tem como objetivo solidificar as destrezas da patinação, iniciar a fundamentação nas diversas técnicas e desenvolver os aspectos sócio afetivos da criança; aperfeiçoamento, de dez a doze anos, com o objetivo de permitir às crianças a vivência das diferentes modalidades da patinação, satisfazendo seu interesse, preparando e orientando-as. Para Pardo (2015, p.16):

A patinação é um recurso a mais que pode ser utilizado pelos professores nas aulas de Educação Física para trabalhar diversos aspectos psicomotores. Destaca o desenvolvimento de aspectos motores como sensações proprioceptivas e a dissociação Inter segmentária. Seu programa de ensino da patinação na escola é de 6 fases: familiarização, deslizamento em equilíbrio, agrupamento, mudanças de direção, desvio de obstáculos – pular e patinar de costas. Os exercícios desenvolvidos em cada uma das fases são de caráter lúdico fazendo a combinação do momento de aprendizado com situações divertidas.

Alguns tipos de esportes de aventura sofrem diversos preconceitos. Um exemplo disso é o *skate*, que por vezes ainda é visto como um esporte marginalizado. Além disso, esportes que exigem maior força física são entendidos como masculinos, o que acaba por produzir a noção de que as mulheres não têm capacidade para executá-lo. A patinação é socialmente demarcada como um esporte feminino, o que faz com que meninos nem sempre se sintam à vontade em praticar.

A escola por sua vez deve problematizar essas questões de gênero, pois é um espaço socialmente privilegiado e se constitui como reflexo da sociedade. Sendo território de aprendizagem, deve centrar o trabalho em emancipar os sujeitos, possibilitando que os mesmos consigam contextualizar acontecimentos a sua volta e saber dialogar sobre diferentes assuntos. Desenvolver esse tipo de prática corporal na escola pode gerar conflitos com os familiares dos estudantes. Por isso, a importância do professor ter embasamento, constituindo assim uma defesa coerente da sua prática. Esse tipo de embate acontece também com outros conteúdos, como a capoeira e a dança. A Base Nacional Curricular Comum (BNCC) nos ampara, quando expõe que os alunos precisam ser estimulados a pensarem sobre os valores inerentes às práticas e que possam desenvolver habilidades socioemocionais ao

vivenciá-las. Ou seja, o papel do professor de educação física é tematizar as diferentes práticas corporais da cultura corporal e ressignificá-las.

A patinação permitirá aos alunos a experiência de um novo ambiente em que vão se locomover sobre quatro rodas. Os patins como um meio para jogar com o equilíbrio, desenvolver a coordenação entre as distintas partes do corpo, melhorar a autoconfiança do aluno, a cooperação e a ajuda entre companheiros, a responsabilidade cívica, a imaginação, as habilidades, entre outros, despertar o interesse por uma nova atividade, descobrir as diferentes modalidades da patinação como: *hockey*, velocidade, artístico, *slalom* e radical, e encontrar um novo meio de transporte (NICOLÁS, 2011). Os conteúdos mais trabalhados nas aulas de Educação Física são os jogos e os esportes tradicionais de quadra, como futsal, vôlei, basquete, entre outros. As aulas ficam presas a estes conteúdos, limitando as vivências dos alunos.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais estabelecem a necessidade de ampliar o leque de experiências corporais nas aulas e sua ampliação por meio de equipamentos e brinquedos, como os patins, que promovem experiências corporais ricas e diversas das tradicionalmente vivenciadas (BRASIL, 1998). A patinação é um esporte pouco usual nos centros escolares, mas é muito praticado nas ruas, gerando prazer e interesse nas crianças e jovens, desenvolvendo as habilidades motoras, as capacidades físicas e as relações pessoais (NICOLÁS, 2011). Buscando novas alternativas para o desenvolvimento das aulas dos professores de Educação Física, este estudo apresenta a patinação como um possível instrumento a ser utilizado, como uma nova experiência que pode ser trabalhada como um esporte onde os alunos podem vivenciar as suas diversas modalidades.

Questionamos: Como trabalhar esse tipo de esporte sabendo que geralmente as escolas têm limitações? Nem todas as crianças possuem um patins, ou tem condições de comprar um. Perguntas como essa sempre acabam nos rondando, com isso, traremos algumas possibilidades de trabalhar os esportes de aventura na escola.

Trabalhar com esportes de aventura exige materiais específicos que a escola nem sempre tem disponível. Porém, com criatividade e inovação é possível proporcionar a vivência para os alunos. Na Educação Física infantil, é possível desenvolver atividades a partir da ludicidade, se beneficiando da imaginação das crianças. Para trabalhar a patinação no gelo, podem ser colocados dois papéis no

chão, e ir aos poucos contextualizando para os alunos, transformando o ambiente, onde os calçados são as botas e os papéis as lâminas que eles devem se equilibrar. Para deixar a atividade mais dinâmica, pode-se levar para sala pequenos pedacinhos de papéis e explicar que são flocos de neve que estão caindo sobre os rostos das crianças, que logo irão incorporar a situação, imaginando que estão patinando no gelo. Na patinação sobre rodas, da mesma forma que a de gelo, é necessário criar um contexto, contar uma história para que as crianças possam fantasiar e, ao pegar objetos simples, elas conseguirão transformá-los em patins.

Para os alunos do ensino fundamental I e II, e o ensino médio, não temos as mesmas possibilidades de trabalhar com a ludicidade presentes na educação infantil, já que os alunos não têm a mesma imaginação das crianças da educação infantil. Com isso, é necessário produzir uma realidade concreta. Uma estratégia possível é a de contextualizar questões em volta do esporte, como o preconceito, as dificuldades de acesso entre outras. O professor pode tentar conseguir uma unidade do material, no caso o patins de roda, levando para a escola, para que as crianças possam calçar e vivenciar um pouco. Essa experiência pode enriquecer a cultura corporal das crianças. Já para a patinação no gelo, da mesma forma, o professor pode tentar conseguir uma bota para que os alunos possam ver e tocar em uma para entender como ela é. Hoje em dia, o patins já está mais acessível em alguns supermercados, por exemplo, os funcionários utilizam do patins como meio de locomoção dentro da sua unidade de trabalho.

Pela precariedade que impossibilita que algumas escolas adquiram os materiais necessários, por vezes, por mais que não seja sua responsabilidade, os professores acabam comprando os equipamentos para propiciar as dinâmicas durante as aulas de Educação Física.

CONSIDERAÇÕES

Foi possível identificar que a procura pelas práticas corporais de aventura estão crescendo no nosso país. Adolescentes, jovens e adultos vão em busca desses esportes, sendo os adolescentes aqueles que mais procuram. As práticas corporais de aventura podem proporcionar aos seus praticantes diferentes emoções, como o medo, a superação, a conquista, angústia, liberdade, entre vários outros. Isso faz com

que sejam diferentes de outros esportes, constituindo-se como práticas centradas na sensação de desafio e superação de limites.

Voltando o olhar para o âmbito escolar, deve-se ter cuidados de segurança com os praticantes. Os alunos geralmente gostam de conhecer coisas novas, uma aventura diferente da que eles estão acostumados, saindo dos esportes tradicionais que usualmente são trabalhados na escola, como o futsal, handebol, vôlei e o basquete. Constituindo assim um ambiente permeado de novidades nas aulas de Educação Física. A patinação pode ser vivenciada na escola, focando no desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos. O professor precisa desenvolver estratégias que possibilitem essa experiência. A BNCC oferece a viabilidade de trabalhar com as diferentes práticas corporais existentes, e contextualizá-las na nossa realidade.

Com relação à acessibilidade da patinação, apesar de se constituir enquanto um esporte caro, é um investimento que oferece diversos benefícios aos praticantes, seja fisicamente, mentalmente ou socialmente. Para os atletas que pretendem seguir carreira no esporte, a prática ainda é difícil por causa da falta de valorização, com pouco ou nenhum patrocínio, visibilidade e espaços adequados para treinamento.

REFERÊNCIAS

BRANDÃO, L. História, educação e práticas corporais juvenis. **Interfaces** da Educação, Paranaíba, v. 2, n. 6, p.95-104, 2012.

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

BRASIL, Ministério da Educação, (1997). **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Brasília, MEC/SEF.

DIAS, L. N. **O desempenho e a influência do salto vertical sobre patins nas etapas do desenvolvimento da patinação**. Monografia. Curso de especialização. Faculdade de Educação Física e Ciências do Desporto, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, 2006.

FERREIRA, L. F. C. **Habilidades Específicas do Hóquei em Patins**: Técnica Individual e Situações de Jogo Simplificadas. 2012. 69 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências do Desporto, Universidade de Coimbra, Coimbra, 2012.

MUÑOZ, L. et al. **Patinaje de carreras**: modelo curricular. 1ª. ed. Neiva-Huila: Universidad Surcolombiana, 1999.

NICOLÁS, J. Programa de patines en la escuela: 'Aprendemos a patinar'. **EFDeportes**. Buenos Aires, Año 16, Nº 161, 2011.

PARDO, C. K. Patinação: uma alternativa nas aulas de Educação Física. Monografia. Graduação em Educação Física. Centro Universitário de Brasília. Brasília, 2015.

SILVA, M. S., BRACHT, V. (2012). Na pista de práticas e professores inovadores na educação física escolar. **Kinesis**, v. 30, nº1. Santa Maria, 2012.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O SKATE COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Ruan Kaique Santos Costa
Alderise Pereira da Silva Quixabeira
Luan Pereira Lima
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

O *Skate* surgiu na Califórnia por volta dos anos 60. Atletas do *surf* o criaram a partir da adaptação de pranchas as quais colocaram rodinhas nos dias em que não praticavam o *surf*. Na sequência, o *skate* foi ganhando espaço e se modificando. No ano de 1965 surgiram os primeiros campeonatos do esporte¹. No Brasil o *skate* surgiu na mesma época no Rio de Janeiro, provavelmente trazido por norte americanos que vieram para surfar. Nesse sentido, percebe-se a importância do *surf* para a criação do *skate*, sendo inicialmente chamado de “surfinho”.

No estado do Arizona, nos Estados Unidos da América, na cidade de Tucson, foi construído o primeiro “*skatepark*” da história, inaugurado no ano de 1965, no dia 3 de setembro. As primeiras rodinhas dos *skates* eram de metal e isso, de certa forma, limitava a velocidade e um pouco da estabilidade dos *skatistas*. A partir disso, um químico chamado Frank Naswothy construiu e lançou as rodinhas feitas com uretano, que são conhecidas no Brasil como “rodinhas de gel”. A manobra base do skate é o “*Ollie*”, que consiste em saltar junto com o skate. É tido como base pois todas as manobras necessitam que o skate saia do chão para realizá-las. O inventor da manobra *Ollie* foi o *skatista* Alan Gelfand. Ao pensarmos em grandes *skatistas* podemos citar: Rodney Mullen e Tony Hawk.²

Rodney Mullen³ criou mais de 30 manobras no skate, como o *flip kickflip* e o chamado *skate street*, que são manobras que não estão nas competições oficiais de skate, mas é uma forma de *Freestyle*⁴ que exige um alto controle e habilidades precisas para realizá-las. Rodney Mullen foi o responsável por esse *boom* do skate,

¹ História do Skate, Disponível em: <https://www.infoescola.com/esportes-radicais/skate/>. Acesso em: 19/12/2019

² Tony Hawk: uma lenda do skate e também dos games. Disponível em: <https://www.redbull.com/br-pt/conheca-tony-hawk>. Acesso em: 19/12/2019

³ “The Best of Rodney Mullen’s FreestyleTricks “LEGEND”. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=9m1nYnr_zEs

⁴ Estilo livre

entrou para a história e apresentou ao mundo a possibilidade de diferentes combinações de movimentos e manobras ou *tricks*.

Tony Hawk foi outro *skatista* que entrou para a história depois de participar na modalidade de rampa ou *skate ramp* - manobras aéreas - e realizar o giro de 540° no ar, entrando para a história do *X-Games* no ano de 1999. Além deles, podemos mencionar o brasileiro Bob Burnquist que conseguiu introduzir o *switch* (manobras com a base invertida) na rampa, atingindo a nota de 98 pontos, nunca visto antes na história do skate, e também na Mega Rampa com o 900°. O *skatista* Tom Schaar realizou o 1080° (que são 6 giros no ar com o skate) pela primeira vez.⁵

O *skate* possui as modalidades de: *street*, que são manobras realizadas na rua ou ambientes públicos; *downhill*, que utiliza os chamados *longboards* ou *skates* com os *trucks* maiores para uma melhor estabilidade, dividindo-se em *downhill speed*, que consiste em descidas de ladeiras na maior velocidade possível, onde o tempo gasto é cronometrado, e o *downhill Slide* que também consiste em descidas de ladeiras só que em alta velocidade, realizando manobras de derrapagem, que recebem o nome de *slides*. O *Freestyle* são manobras desenvolvidas para a apreciação ou demonstração de habilidade vertical, (que há nos *X-Games*) é a modalidade de *skate* praticada em uma pista no formato de U, chamada de *halfpipe*.

As condições da pista podem ser variadas, com a inclusão de rollins, canyons, extensões, trilhos, paredes e até corrimão. As manobras podem ser aéreas ou deslizando pela borda metálica da pista. O *slalom* é uma forma de corrida de *downhill* que ganhou popularidade nos anos 2000. Os *skatistas* atravessam um percurso geralmente marcado por cones de plástico. O *skatista* passa através do circuito, alternado entre os cones da esquerda e da direita. O tempo de descida é cronometrado e penalidades são adotadas se o competidor falhar para completar o circuito ou deslocar cones; Mini-Rampa, é a modalidade de *skate* praticada em rampa que mistura os estilos *Street* e Vertical, com paredes pouco inclinadas. A Mega Rampa, criada pelo norte-americano Danny Way e aperfeiçoada pelo brasileiro Bob Burnquist, é a modalidade de *skate* mais radical. O *skatista* desce por uma rampa de

⁵ Olimpíada de Tóquio 2021: como o skate foi da proibição às medalhas no Brasil. 2021. Disponível em: <https://www.bbc.com/portuguese/geral-57979486>. Acesso em: 03/15/2022

quase 30 metros de altura, podendo atingir até 80 km/h. Em seguida, passa voando por um vão de 20 metros de distância, aterrissando em outra pista.

A cada ano, diversos campeonatos vêm sendo realizados e o *skate* tem crescido cada vez mais, como por exemplo, o “SLS” (*Skate Boarding League Street*, que é a Liga de *Skate Street*). É uma liga famosa e somente os melhores *skatistas* podem participar. Acontece anualmente em várias cidades, onde cada atleta tem baterias com tempo estipulado, e variações de fases, como: melhor manobra, melhor linha (execução em 1min e 20 segundos de manobras combinadas), maior distância de saltos, entre outras. Dentre os *skatistas* competidores podemos citar: Nyjah Houston, Chris Cole, Luan Oliveira, Paul Rodríguez, Kelvin Hoefler, Sean Malto.

AS MODALIDADES QUE COMPREENDEM O SKATEBOARD

Freestyle



Downhill Speed



Street



Downhill Slide



Vertical**Slalom****Mini-Rampa****Mega Rampa**

O USO DO SKATE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O Skate é uma prática que vem ganhando visibilidade, conquistando seu espaço no cenário esportivo mundial. A sua presença nos jogos olímpicos de 2021 em Tóquio juntamente com a escalada e o *surf* deixou isso explícito (SOUSA et al, 2022), popularizando ainda mais esse esporte que já teve sua prática marginalizada no Brasil. A partir disso, pensando em um contexto educacional escolar, algumas questões podem ser levantadas, como por exemplo: como o *skate* é abordado na escola? E como a Educação Física pode abordar esse conteúdo?

A prática do Skate na Educação Física é apresentada na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) na unidade temática Práticas corporais de aventura (PCA's), classificação essa que se baseia em esportes que trazem situações de imprevisibilidade, cujo praticante interage com um ambiente desafiador (BRASIL,2018). O termo aventura, de acordo com Costa e Tubino (1999 apud ARMBRUST; LAURO,2010), é uma vertente que se baseia no enfrentamento do risco

e tem suas raízes no instinto natural de que os seres humanos tinham de experimentar e explorar, como meio de sobrevivência, quando viviam em florestas, cavernas e geleiras e tinham que atravessar rios e montanhas.

O fato de a modalidade estar em documentos que dão base para educação brasileira já justifica e sinaliza sua importância no contexto nacional. Nesse sentido, a Base Nacional Comum Curricular anuncia que os professores de Educação Física comecem a tentar se familiarizar, compreender e a procurar meios de abordagem do tema na escola. Destacando o leque de possibilidades que o *skate* pode possibilitar dentro do ambiente educacional escolar, apresentando aos profissionais a necessidade de se apropriarem dessa nova cultura corporal, no intuito de contextualizar seus conteúdos à nova realidade da Educação Física e do mundo.

Nesse sentido, além das dimensões conceitual, procedimental e atitudinal que são primadas na aplicação dos conteúdos nas aulas de Educação Física, existe a possibilidade do trabalho interdisciplinar quando pensamos na abrangência das PCA's, correlacionando-as de forma transversal, atrelada às áreas de ecologia, geografia, educação ambiental, expandindo valores e conexões com o ambiente de prática.

No geral, as PCA's são pouco abordadas nas escolas, e com o *Skate* não é diferente. Isso se deve muitas vezes aos riscos que os praticantes são expostos nas atividades dentro de um contexto de aventura. Um fator que também limita as práticas corporais de aventura é a falta de material disponibilizado que possa possibilitar uma experiência significativa aos discentes. Uma vez que as PCA's divulgadas na mídia brasileira geralmente mostram um contexto muitas vezes inatingível, atrelados a lugares extremos, com alto risco e alto custo de materiais e equipamentos (GOULART; GIL, 2019 *apud* MELO *et al*, 2021). O que leva os professores a criarem um imaginário de impossibilidade dessas práticas nas escolas, optando por abordar os esportes mais conhecidos, como o futebol. A falta de formação também é um fator limitante, nesse sentido Freitas *et al.* (2016 *apud* SANTOS, 2021) nos diz que:

A falta de formação específica dos professores para desenvolverem atividades podem ajudar a explicar um pouco o cenário, pois não é comum encontrar nas matrizes dos cursos carga horária voltada para esportes radicais, ainda, custo dos equipamentos e infraestrutura dificultam a implementação de tais modalidades nas escolas, nesta direção, a maioria das instalações das escolas são voltadas para os esportes coletivos como basquete, vôlei e futsal (FREITAS *et al.*, 2016 *apud* SANTOS, 2021).

Contudo, esses fatores podem até limitar, mas não extinguem as possibilidades de uma abordagem pedagógica desses esportes, por exemplo, da prática do *Skate*. Nesse sentido, o professor de Educação Física que pretende abordar esse esporte em suas aulas necessita ser proativo no sentido de buscar entender como se organiza o *Skate* e adaptar as suas práticas, para que os alunos consigam vivenciar o básico dessa modalidade sem retirar o sentimento de risco que a caracteriza. Assim, concordamos com Velozo e Daolio (2013, p.3 apud ALVES; ROCHA. 2021), quando afirmam que “a escola, como espaço de mediação de significados, não pode se furtar de um tratamento reflexivo sobre o skate como uma importante prática corporal constituinte da cultura corporal de movimento contemporânea”.

A Educação Física escolar no trato com o *skate* deve primar inicialmente pelo cuidado com a integridade física dos discentes. Feito isso, o professor deve pensar em uma abordagem que vá para além da prática, abordando também dimensões conceituais e atitudinais, trazendo para as aulas conhecimentos importantes para que se possa compreender o *skate* em sua totalidade. Assim, de acordo com Schneider e Santos (2012, p.8), o *skate* pode “possibilitar através da sua prática uma maior reflexão do educando, e que sua prática não deve limitar-se ao fazer corporal, tendo como fim e única exclusivamente ao fazer corporal e do domínio técnico”. Nesse sentido, uma afinidade prévia por parte do professor não deve ser pré-requisito para abordagem da modalidade em suas aulas. O docente que se propor a prestar um trabalho com qualidade pode, com estudo, dedicação, imaginação e também ajuda da *internet*, proporcionar ótimas experiências ao discentes que se aproximem ao máximo da prática do *skate*.

POSSIBILIDADES PRÁTICAS

Nas aulas de Educação Física os conteúdos devem ser abordados em complexidade crescente, uma vez que em cada um dos níveis de ensino os alunos trazem consigo múltiplas experiências relativas ao conhecimento sistematizado, que devem ser consideradas no processo de ensino e da aprendizagem (SCHNEIDE; SANTOS, 2012). Os conteúdos não devem ter um fim em si mesmo, devem servir

como caminho para a realização do objetivo maior do ambiente escolar que é a concessão de conhecimentos para os educandos. Desta forma, deve-se visualizar a abrangência do *skate* como fenômeno esportivo juntamente com suas possibilidades pedagógicas.

Um modo de iniciar o trabalho objetivando o entendimento de alguns conceitos sobre o *skate* é a troca de informações entre docente e discentes. Os conteúdos mais adequados para este modelo de atividades são os dos eixos histórico-sociais, embora outros conteúdos também possam estar presentes. Nesse sentido, Souza (2018) apresenta algumas possibilidades práticas que podem ser utilizadas como base. É importante que os professores considerem sempre as características dos alunos e também do ambiente escolar na hora de pensar ou adaptar atividades.

Umas das estratégias de Souza (2018) é a metodologia de debates em rodas de conversa pautadas pelo diálogo e construção coletiva dos saberes, com o objetivo de aproximar o *skate* dos discentes, apresentando as principais características e curiosidades desse tema. Essa parte do processo pode ser tanto na sala de aula como na quadra, como em qualquer outro espaço disponibilizado ou de acesso da escola onde o diálogo entre o docente e os alunos e entre os alunos possa fluir. O professor deve trazer um *skate*, não importando o modelo, para apresentar ao grupo discente. Essa é uma interessante atividade para iniciar a temática, podendo durar um tempo de aula. A depender da fase em que se encontram os alunos, o professor pode provocá-los com perguntas como “quem já ouviu falar em *skate*?”, “quem já andou de *skate*?”, “o que mais sabem sobre *skate*?”. Partindo desse ponto temos um breve momento de conversa sobre as experiências pregressas nessa prática. Esse tipo de atividade também pode servir para pensar atividades a partir do que os alunos compreendem da prática.

Um outro ponto importante que pode contribuir nessa fase de introdução ao mundo do *skate*, de acordo com Souza (2018), é pensar em estratégias metodológicas com base nas representações que cercam essa prática. Atividades pautadas nesses objetivos são importantes para verificar a consolidação dos conhecimentos e explorar novas formas de expressão, gerando debates acerca do tema. O docente pode fazer indicações de filmes, reportagens, notícias para que os alunos possam ter conhecimento de aspectos do *skate* que estão para além da prática. O *skate* de dedo também é um brinquedo acessível e que pode ajudar a trabalhar as modalidades.

Segundo o autor anteriormente citado, uma atividade interessante seria propor aos alunos que construíssem pistas para os seus minis skates, a partir de uma modalidade desejada ou indicada pelo docente.

As possibilidades apresentadas até o momento não precisariam necessariamente de um *skate* físico, no entanto se o docente visa trabalhar com base nos aspectos de adrenalina e aventura dessa prática o material físico é essencial. O valor dos equipamentos é um dos motivos da escassez pedagógica dessa prática no ambiente escolar, contudo, o professor, juntamente com a equipe pedagógica da escola, pode procurar possibilidades de aquisição dos materiais. Mas se a verba da escola for insuficiente para a compra dos equipamentos, é possível pensar em outras possibilidades para arrecadação de dinheiro, como: o docente pode administrar barracas em eventos escolares juntamente com as turmas com o intuito de arrecadar fundos e assim conseguir administrar uma prática mais rica no que diz respeito ao arcabouço prático dos envolvidos no processo de ensino e aprendizagem.

Também é possível, procurar projetos sociais ou escolinhas de *skate* com o intuito de firmar parcerias e conseguir, emprestados ou mesmo doados, materiais para a prática escolar. Esses espaços não são raros e estão se popularizando recentemente. O professor pode observar também entre os alunos das suas aulas aqueles que têm *skate* em casa, assim planejando vivências com mais de uma turma no mesmo dia, conversando previamente com os donos dos materiais para a disponibilização aos colegas. Assim o professor pode conseguir um número *x* de *skates* para que possa trabalhar em uma turma de cada vez (SOUZA, 2018).

A partir disso, existem fundamentos básicos, que podemos demonstrar com conteúdos referentes às habilidades a serem desenvolvidas pelos alunos na prática do *skate*, além das noções de segurança e primeiros socorros. São quatro esses fundamentos: a base, a remada, o molejo e as batidas. Na “base” temos a postura ereta equilibrada no *skate*, onde as pernas devem ficar afastadas, os joelhos levemente flexionados e os pés próximos das extremidades longitudinais do *skate*. Esse fundamento tem o objetivo de proporcionar equilíbrio na manutenção do pé e permite pequenas variações de posicionamento dos pés de acordo com as peculiaridades de cada aluno, sempre respeitando o grau de dificuldade para cada discente. A “remada” ou “impulsão” é um fundamento de deslocamento, onde se retira um pé do *skate*, não importando ser o da frente, ou de trás, o direito ou o esquerdo,

apoia-se este no chão e em seguida é realizada uma força contra o solo, a fim de adquirir impulso e consequentemente, velocidade. Sempre orientar qual a perna de apoio o discente tem mais domínio para realizar o movimento de impulsão e estimulá-lo para mantê-la.

As “batidas” ou “direção” são movimentos realizados quando se aplica força suficiente na parte de trás do *skate* (*tail*), para o restante do *skate* levantando como uma alavanca, retirando as rodinhas dianteiras do contato com o chão, e utilizando a rotação do tronco com auxílio dos braços para mudar o equipamento de direção, seja para esquerda ou direita. Isto vai fazer parte do molejo que possui outra variação caracterizada pelas quatro rodas em contato com o solo, quando a mudança de direção for realizada pelo deslocamento do peso corporal para as extremidades laterais do *skate*, a fim de flexionar os amortecedores presentes nos eixos e consequentemente realizar curvas.

É importante frisar que as possibilidades apresentadas neste capítulo fazem parte de um rol explicativo e as mesmas podem e devem ser adaptadas ao cenário singular de cada realidade escolar, e quando for o caso, adaptadas aos/às alunos/as com deficiência. É direito do aluno e dever do professor propiciar uma prática que seja digna a todos, possibilitando ao máximo vivências positivas aos envolvidos no processo de ensino e aprendizagem.

CONSIDERAÇÕES

O *skate*, desde a sua criação, através de uma adaptação do *surf*, já foi objeto de inúmeras visões sociais diferentes, sendo considerado crime no estado de São Paulo por um curto período de tempo e agora presente nas olimpíadas de 2021. A evolução histórica e social desse esporte está explícita a todos, e o mesmo vem ganhando espaço no cenário esportivo nacional, atraindo ainda mais adeptos à modalidade. Nesse sentido, o professor/a de Educação Física que pretende basear suas aulas de acordo com a realidade contemporânea deve estar atento às práticas corporais que necessitam ganhar espaço também dentro do ambiente escolar.

Na Base Nacional Comum Curricular – BNCC o *skate* é classificado como Prática Corporal de Aventura- PCA, e a partir da análise das outras práticas que também se encontram nessa mesma classificação como *surf*, patins, *slackline* entre

outros, percebe-se que as PCA's são pouco exploradas nas escolas. Essa negação das práticas se baseia em afirmações como falta de material adequado, alto riscos para os alunos, entre outras. No entanto, é preciso que os professores compreendam que não se trata de copiar o que é praticado profissionalmente dentro das escolas, e sim de possibilitar aos alunos na aula de Educação Física experiências corporais que gerem emoções diferentes das comuns no ambiente escolar.

A falta de equipamentos é um dos grandes responsáveis pela escassez pedagógica desse tema no ambiente escolar, no entanto existem possibilidades, as quais algumas foram apresentadas neste capítulo, para tentar driblar essa grande dificuldade das escolas e possibilitar a vivência aos docentes. É importante frisar também que ao abordar essa prática o professor de Educação Física assuma responsabilidade no trato pedagógico da mesma, uma vez que, através do seu papel de mediar o conhecimento, existe a possibilidade de incorporar novos significados para esse conteúdo que se aliem com os objetivos educacionais, sempre propondo reflexões sobre o porquê essa prática ser pouca conhecida, e ser tematizada de forma insuficiente no âmbito escolar.

Assim, as aulas de Educação Física devem servir como espaço de abordagens dessas práticas possibilitando ao discentes múltiplas vivências corporais. O *skate* como PCA quando abordado nas aulas de Educação Física abre uma diversidade de possibilidades pedagógicas que vão para além da prática, pensando também em fatores sociais que cercam e constituem a essência desse esporte. Além disso, é preciso estar comprometido com o desenvolvimento de uma Educação Física de qualidade, dispostos a enfrentar desafios com criatividade

Neste capítulo tentamos mostrar algumas ferramentas para que os docentes possam adaptar não apenas os espaços físicos, mas também alguns materiais para o ensino do *skate*. Evidenciamos que não é preciso rampas ou pistas de skate para o ensino pedagógico desta modalidade nas escolas. Com uma quadra ou pátio de chão liso acompanhado de pequeno espaço e sala de aula com mesas e cadeiras, temos o espaço necessário para tal prática.

Portanto, tendo em vista a carência do conteúdo do *skate* nas aulas de Educação Física e também a insegurança de cada docente em ministrá-la, sugerimos a apropriação deste estudo. As propostas apresentadas não pretendem ser manuais ou rótulos a serem seguidos sem a devida reflexão pedagógica. As propostas aqui

apresentadas demonstram possibilidades, a fim de reconhecer que é possível ministrar o conteúdo mesmo sem ser um/a especialista no assunto, fomentando a criatividade a respeito da criação de atividades e progressões pedagógicas para o ensino do *skate*. É desmistificar o processo e estar disposto a enfrentar desafios com afinco, planejando aulas adequadas às realidades da sua escola e de seu grupo discente.

REFERÊNCIAS

ALVES, P. T. O; ROCHA, L. L. O skate na educação física escolar: possibilidades colaborativas de aprendizagem. **Fortaleza: Ensino em Perspectivas**, v. 2, n. 3, 2021.

ARMBRUST, I; LAURO, F.A.A. O Skate e suas possibilidades educacionais. **MOTRIZ**, Rio Claro, v.16 n.3 p.799-807, jul./set. 2010

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518-versaofinal_site.pdf. Acesso em: 29 dez. 2020

MELO, Gertrude Nunes et al. Práticas corporais de aventura como conteúdo nas aulas de Educação Física do IFPB. Santa Catarina: **Motrivivência**, 2021.

SANTOS, Gustavo Luiz Oliveira. **Esportes Radicais na Escola**: uma revisão bibliográfica. Distrito Federal, 2021.

SCHNEIDER, C. E. da C. SANTOS, A. L. P. **O skate enquanto fenômeno esportivo cultural, social e contemporâneo**: uma abordagem pedagógica nas aulas de educação física no ensino fundamental. In: O professor PDE e os desafios da escola pública paranaense. Secretária de Educação. Governo do Estado do Paraná, V. 1, 2012.

SOUSA, L.M; CARVALHO, Y.M; CASTAÑON, J.A.B. A popularidade do skate durante os Jogos Olímpicos refletirá no seu uso como meio de transporte urbano no Brasil? **Research, Society and Development**, v. 11, n. 3. 2022.

SOUZA, Pedro Simões Alcantara Alves de. **O skate como conteúdo de ensino na educação física escolar**: uma proposta para sua sistematização no ensino fundamental. Niterói 2018.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O CIRCUITO DE HABILIDADES MOTORAS COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Hava Dias Varão
José Luís Moreira Carneiro
Withy Ranny Santana Lopes
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

A prática corporal de aventura surge como novidade na década de 80. Por ser uma atividade que proporciona desafios, esforços físicos e controle emocional, consequentemente causando mais emoções, acaba ganhando mais adeptos. Antes valorizada apenas por pequenos grupos, passa a instigar a curiosidade de diversas pessoas que passaram a aderir à sua prática. Os indivíduos procuram as atividades de aventura pois desejam vivências mais espontâneas e significativas, em uma fuga da rotina estressante e do caos urbano, promovendo a integração entre necessidade e prazer. Segundo Tahara e Carnicelli Filho:

Estas vivências constituem um bloco de atividades capaz de proporcionar às crianças e adolescentes variadas situações de relevada importância pedagógica por conta da transmissão eficiente de valores, atitudes e normas; da aprendizagem de conceitos integrados em diferentes âmbitos do conhecimento (processo interdisciplinar) e da realização de diversas experiências motoras de grande impacto emocional, pelas características intrínsecas dessas práticas em contato com o meio natural. (TAHARA E CARNICELLI FILHO 2012, p.61-62).

Dentre as diversas possibilidades de se trabalhar a prática corporal de aventura (PCA's) surgem então os circuitos, proporcionando ao aluno desenvolver suas capacidades que podem promover familiaridade com as atividades diárias. O circuito de habilidades motoras oferece a mudança interna no indivíduo, gerando alterações positivas em seu comportamento, promovidas com o intuito da melhoria na qualidade do movimento, gerando habilidades motoras e adquirindo conhecimento a respeito da movimentação corporal.

Sendo assim, o circuito de habilidades motoras vinculada às práticas corporais de aventura surge como um exercício a ser trabalhado nas escolas. Porém, fatores como familiarização do professor com a atividade e medo durante sua aplicação pelos possíveis riscos tem contribuído para a não prática da mesma dentro do âmbito

escolar. Além disso, os professores alegam não possuir materiais para a realização da mesma.

O estudo de Santana (2012) destaca que a família é a primeira instituição por meio da qual a criança adquire os conhecimentos iniciais para viver em sociedade. É no contexto familiar que os pais ensinam o conceito de certo e errado, bem como os valores morais. O autor afirma que em união com a família, o Estado, representado pela escola, também é responsável pelo desenvolvimento e socialização da criança, pois a escola tem como objetivos passar aos estudantes conhecimentos úteis ao longo da vida, além de formar cidadãos competentes e responsáveis.

A Constituição Federal (BRASIL, 1988) determina em seu artigo 205 que “a educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho”. O artigo 2º da Lei de Diretrizes e Base da Educação (LDB), - Lei 9.394/1996 -, está em consonância com a Constituição Federal de 1988 (BRASIL, 1996).

Atendendo dispostos em ambas as leis, é possível refletir que o circuito de habilidades motoras na escola é um direito do estudante, sobretudo no decorrer das aulas do componente curricular de Educação Física, por entender que as práticas pedagógicas referentes à Educação Física Escolar (EFE) são sempre vivências impregnadas de corporeidade, sentimentos e relações onde a função do professor é a de mediar o processo e buscar a inclusão de todos os estudantes.

De acordo com o Coletivo de autores (1992), a Educação Física Escolar tem como o seu principal objetivo desenvolver a cultura corporal do movimento que tem relação direta com a expressão corporal enquanto linguagem, bem como apresentar aos estudantes diversos conhecimentos que integram a cultura corporal do movimento. A EFE faz parte do desenvolvimento saudável das crianças e jovens escolares como condição necessária ao acesso à prática desportiva.

Para Santos (2018), esse componente curricular apresenta um importante papel no processo de ensino e aprendizagem na escola construindo uma base esportiva e, a partir daí, na formação saudável dos estudantes e de atletas. Para tal, se faz necessário uma prática de ensino voltada aos fins educacionais de envolvimento autônomo em um processo que estimule ações críticas criativas e comprometidas com a realidade educacional e o meio social.

A partir destas ponderações, surge a necessidade de trilhar novos caminhos para auxiliar o processo de habilidades motoras dentro da EFE, pensando na melhoria da participação dos estudantes nas atividades propostas, por entender que a prática da educação motora tem influência no desenvolvimento de crianças e jovens com dificuldades escolares como problema de atenção, leitura, escrita, cálculo e socialização.

Santos (2018) relata nos resultados do seu estudo que por meio das aulas de EFE é possível trabalhar todos os elementos psicomotores, que são: coordenação motora grossa, coordenação motora fina, lateralidade, equilíbrio, estruturação espacial, orientação temporal, esquema corporal e ritmo.

As mudanças pelas quais o ser humano passa após o nascimento e durante o período de crescimento e desenvolvimento biológico alteram a forma como o mesmo interage com o ambiente e com as tarefas que lhe são propostas. Além disso, é a partir dessa interação que o indivíduo experimenta e aprimora novos movimentos, desenvolvendo suas habilidades motoras.

Rissi e Arroyo (2018) relatam em sua pesquisa que a fase dos movimentos fundamentais se inicia por volta dos 2 anos (estágios iniciais) e vai até aproximadamente os 6 anos de idade (estágio maduro). Os autores afirmam também que é nessa fase que a criança desenvolve maior controle para desempenhar movimentos discretos em série e contínuos. Atividades locomotoras (correr e pular), manipulativas (arremessar e apanhar) e estabilizadoras (andar com firmeza e equilibrar-se em um pé só) são exemplos de movimentos fundamentais que devem ser desenvolvidos ainda na primeira infância, preparando a criança para a fase dos movimentos especializados que vem em seguida.

Assim sendo, deve-se questionar: Quais as possibilidades de se desenvolver o circuito de habilidades motoras com estudantes nas aulas de Educação Física nos anos iniciais? Torna-se como objetivo: Conhecer as possibilidades de desenvolver o circuito de habilidades motoras com estudantes nas aulas de Educação Física nos anos iniciais.

A metodologia concentra-se em uma linha crítica de investigação e abordagem, para tanto, adota-se a abordagem qualitativa. Para a realização da pesquisa utiliza-se a análise bibliográfica e documental, configurando-se como uma pesquisa bibliográfica e básica quanto a sua natureza e finalidade sob uma perspectiva crítica

acerca das possibilidades de desenvolver o circuito de habilidades motoras com estudantes nas aulas de Educação Física nos anos iniciais.

Teve-se como base teórica autores como: Coletivo de autores (1992); Santana (2012); Raithz; Sousa; Veiga (2018); Santos (2018); Gonzalez (2015); Sanches, (2007); Bueno (1998); Cotrim et al (2011); Silva; Origuela (2016); Rissi; Arroyo (2018); além de documentos oficiais como: Brasil (1988); Brasil (1996) e Brasil (2018).

O USO DO CIRCUITO DE HABILIDADES MOTORAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

As escolas se deparam, constantemente, com dificuldades quando se trata do desenvolvimento de atividades corporais de aventura no seu cotidiano, muitas das vezes por falta de estrutura física e ausência de materiais adequados ou ainda por falta de capacitação formativa dos professores. Com este cenário é necessário adequar os métodos de ensino, sejam eles práticos ou teóricos, para os contextos escolares, fazendo com que todos os alunos possam ter a vivência e serem instigados a continuar com a prática fora dos muros da escola. A partir deste contexto é possível começar a se pensar nas atividades de aventura na escola, uma vez que a Educação Física é uma disciplina que trata, pedagogicamente, do conhecimento denominado cultura corporal (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Levar as PCA's para as escolas é algo muito enriquecedor. Instigar os educandos ao conhecimento por uma forma de cultura corporal diferente, dar chance aos alunos de aprimorarem suas habilidades motoras, como: saltar, correr, deslizar, equilibrar, rolar, receber, chutar, entre outras habilidades, e também auxiliar na melhora das condições de motricidade. O ensino de habilidades motoras requer do professor de Educação Física a postura de se colocar na perspectiva do aluno que vai aprender, entender os estágios pelos quais passa, até adquirir a capacidade motriz. Dessa forma, o professor encontrará elementos que garantam as demandas das condições de ensino (MAGILL, 2000).

Com a leitura dos periódicos podemos observar que o conteúdo de circuito de habilidade motora vinculado ao esporte de aventura é um conteúdo pouco trabalhado nas aulas de Educação Física, pois existem poucas pesquisas sobre o assunto dificultando o conhecimento acerca das práticas. Além disso, podemos perceber que

os professores diante dessa realidade não se sentem seguros para a realização das práticas, queixando-se de falta de materiais e espaços para a realização das atividades.

O professor de Educação Física ao longo dos anos vem mudando de forma significativa os métodos de atuação, pois não há como acomodar-se em uma metodologia ultrapassada, buscando atualizações constantes de conhecimento, para entender o que os alunos anseiam e necessitam vivenciar e compreender. Os Parâmetros Curriculares Nacionais da Educação Física (1997) e as Diretrizes Curriculares da Educação Básica da Educação Física (2008) são alguns exemplos que determinam mudanças no processo pedagógico e na metodologia das aulas de Educação Física. Tematizar o circuito de habilidades motoras vinculadas à prática corporal de aventura nos espaços é algo que vai para além do movimento. Um aspecto que “justifica” a escassez dessa tematização é a falta de conhecimento em relação às atividades de aventura e falta de materiais e espaço adequados.

Porém, enfatizamos as contribuições das PCA's na formação de um sujeito integral, trazendo novas vivências e proporcionando um ganho de habilidades em seu aspecto motor. Essa tematização de outras práticas desmistifica a ingênua visão que Educação Física escolar se resume em esporte com bolas apenas, mais especificamente o futebol, e acaba por atrair os sujeitos que antes eram excluídos das aulas de EF por algum motivo.

O circuito de habilidade motora vinculada à prática corporal de aventura tem um vasto campo de possibilidades para ser trabalhada, ela pode ser feita com diversos materiais, dentre eles materiais recicláveis e alternativos. Além disso, conta com uma grande parcela da natureza para sua realização, basta utilizar o imaginário para que o circuito seja feito.

A seguir uma tabela com algumas indicações de materiais, de possíveis planejamentos de percursos e das habilidades trabalhadas neles:

MATERIAL	HABILIDADE	POSSÍVEIS ELABORAÇÕES DE PERCURSO
Corda	Salto, Corrida, Equilíbrio	- Simular a travessia por meio da corda. A criança deve correr, saltar e agarrar a corda que estará amarrada em uma árvore, fazendo a travessia até o outro

MATERIAL	HABILIDADE	POSSÍVEIS ELABORAÇÕES DE PERCURSO
		<p>lado do rio.</p> <ul style="list-style-type: none"> - O professor deverá simular uma cobra por meio de movimentos repetitivos na horizontal, proporcionando aos alunos o imaginário de uma cobra, e assim saltar para que eles não sejam pegos. - O professor no centro da roda deverá fazer movimentos circulares com a corda no plano baixo, fazendo com os alunos saltem. - Colocar uma corda de grande espessura no chão e pedir para as crianças se locomoverem por cima dela.
Bambolê	Salto, Equilíbrio	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar ao aluno o salto, simulando o arco com a planta Vitória-régia, um dos símbolos da Amazônia. - Fazer com que os alunos passem por dentro do bambolê simulando um túnel. - Posicionar o bambolê em um local alto, proporcionar aos alunos uma bola para ser lançada ou arremessada simulando a retirada de uma fruta. - Com o bambolê desenvolve-se o jogo de amarelinha, proporcionando a habilidade de salto. - Amarrar a ponta da corda em duas áreas distintas no plano médio e colocar alguns bambolês na extensão da corda, fazendo com que as crianças passem por dentro do bambolê.
Bola	Receber, Agarrar, Correr	<ul style="list-style-type: none"> - Arremessar uma bola ao aluno, o aluno irá receber e levar a bola até o final do percurso, simulando um tesouro que ele tenha que levar até o final do trajeto. Isso irá estimular a habilidade motora de receber. - Fazer uma baliza na qual o aluno deverá chutar a bola, estimulando a habilidade de chute.
TNT	Saltar, Rastejar	<ul style="list-style-type: none"> - Colocar o TNT no chão simulando o rio no qual as crianças devem passar. - Fazer um grande cubo com a junção dos bambolês e colocar o TNT por cima, simulando assim uma caverna.

MATERIAL	HABILIDADE	POSSÍVEIS ELABORAÇÕES DE PERCURSO
Estaca de madeira	Equilíbrio	<ul style="list-style-type: none"> - Colocar a estaca de madeira de forma horizontal, fazendo com que as crianças passem por cima, assim representando uma ponte. - Organizar a estaca de madeira inclinada sobre uma cadeira, proporcionando que o aluno suba, utilizando os pés e as mãos.
EVA	Lateralidade, Equilíbrio	<ul style="list-style-type: none"> - Formar desenhos das palmas das mãos e plantas dos pés e espalhar sobre o circuito de habilidades motoras, instigando o aluno a andar de forma quadrúpede e proporcionando também a noção de lateralidade. - Pedir para as crianças produzirem materiais que possam ser utilizados durante seu percurso na “floresta”.
Cone	Lateralidade, Rastejar	<ul style="list-style-type: none"> - Colocar cones enfileirados, proporcionando que os alunos passem por todos eles com movimentos laterais, ajudando na aquisição da lateralidade. - Amarrar cordas na parte superior dos cones, fazendo túneis no qual a criança possa passar rastejando. - Colocar objetos em cima dos cones e fazer com que os alunos arremessem uma bola para tentar derrubá-lo.

Fonte: autores.

Essas são algumas das vastas atividades que podem ser feitas em circuitos de habilidade motora com materiais alternativos, cabe a nós professores ter a ousadia de repassar para nossos alunos, proporcionando a eles a vivência com os circuitos de habilidade motora voltada à prática corporal de aventura, ajudando-os em seu desenvolvimento integral.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E O DESENVOLVIMENTO DO ESTUDANTE

Desde os tempos antigos o homem preocupa-se e sente a necessidade de praticar atividades físicas, seja para o lazer, seja para adaptar-se às condições do

cotidiano. A Educação Física passou por grandes transformações, influências e conquistas para ser aceita e inserida na sociedade. No decorrer da pré-história, seu objetivo principal era a sobrevivência, o que levou a realização de movimentos naturais.

Raithz, Sousa e Veiga (2018) relatam em seus estudos que o termo Educação Física, foi utilizado pela primeira vez no ano de 1693, para distingui-la da educação intelectual. A partir daí, diversas definições surgiram. Para os autores, a Educação Física compreende o conjunto dos exercícios cuja prática racional e metódica é suscetível de fazer o homem atingir o mais alto grau de aperfeiçoamento físico, compatível com a sua natureza.

Ainda do ponto de vista de Raithz, Sousa e Veiga (2018), atualmente a Educação Física abrange um campo muito amplo para sua atuação: ginástica laboral, esportes de rendimento, academias, projetos sociais, recreação em escolas, entre outros. No ambiente escolar, a Educação Física auxilia no desenvolvimento do estudante, sendo de grande importância trabalhar atividades que incentivem os estudantes a participarem das aulas. Como componente curricular, muitos autores acreditavam que EFE tinha por função desenvolver somente conteúdos militaristas ou tecnicistas. Todavia, percebe-se que a Educação Física deve ser praticada em busca de objetivos educacionais.

Nessa perspectiva, Santos (2018) esclarece que a Educação Física é muito importante para o ensino e aprendizagem, pois no ambiente escolar a mesma deve proporcionar diferentes experiências aos estudantes, estimulando os mesmos a se movimentarem, porque é por meio dessas experiências que as crianças e jovens irão desenvolver um conhecimento sobre seu próprio corpo, na busca por autonomia.

Nesse sentido a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) versa que:

as práticas corporais devem ser abordadas como fenômeno cultural dinâmico, diversificado, pluridimensional, singular e contraditório. Desse modo, é possível assegurar aos alunos a (re)construção de um conjunto de conhecimentos que permitam ampliar sua consciência a respeito de seus movimentos e dos recursos para o cuidado de si e dos outros e desenvolver autonomia para apropriação e utilização da cultura corporal de movimento em diversas finalidades humanas, favorecendo sua participação de forma confiante e autoral na sociedade (BRASIL, 2018, 2013).

Segundo Raithz, Sousa e Veiga (2018), a EFE é um fator muito relevante para uma criança em busca do autoconhecimento e do desenvolvimento motor. E sua

prática auxilia no rendimento escolar do aluno. Assim, as atividades propostas pelo professor podem ter resultados interdisciplinares. Desse modo, os estudantes que participam das aulas de EFE apresentam progresso no desempenho escolar e cognitivo.

Parafraseando Santana (2012), é possível refletir que é nas aulas de Educação Física que a criança se relacionará com o grupo, e através de seus movimentos, gestos, e de suas ações, demonstrará suas dificuldades, seus anseios, seu modo de agir, sua forma de pensar e sua personalidade. Durante as atividades físicas, por meio de cada ação que a criança expressa, o professor verificará suas carências e dificuldades. Todo e qualquer ato revela sua personalidade, e assim o professor poderá auxiliar a criança, melhorando seu desenvolvimento.

APRENDIZAGEM MOTORA

Para discorrermos acerca desta temática tem-se como referência Gonzalez (2015), que relata nos resultados do seu estudo que o Comportamento Motor Humano pode ser estudado através de três áreas distintas, sendo elas: Controle Motor; o Desenvolvimento Motor e a Aprendizagem Motora.

Gonzalez (2015) expõe que o Controle Motor tem por objetivo estudar e compreender como o ser humano organiza e controla suas ações. Sanches (2007) afirma que o Controle Motor pode ser definido como a capacidade de coordenar movimentos gerados pela integração entre um comando cerebral e as unidades motoras dos músculos e articulações. Assim, o Controle Motor é um conjunto de ações que se iniciam na percepção do estímulo e envolve o sistema nervoso como um todo. O Controle Motor pode ser classificado em grosso ou fino. Nesse sentido, Bueno (1998) complementa afirmando que:

O Controle Motor grosso envolve os movimentos amplos (caminhar e correr, por exemplo) que utilizam a contração de grandes músculos corporais; O Controle Motor fino é a capacidade de controlar os pequenos músculos para movimentos delicados e específicos (escrever, recortar, colar e pegar, por exemplo) e envolve a coordenação visual-motora (capacidade de coordenar movimentos em relação a um alvo visual), visual-manual (coordenação entre visão e tato) e músculo-facial (movimentos finos da face) (BUENO, 1998, p.78).

Já ao que concerne ao Desenvolvimento Motor, Gonzalez (2015) afirma que este desenvolvimento é o que investiga as mudanças que acontecem no ser humano em decorrência das alterações sofridas ao longo do ciclo de vida. Para Santos (2018), o desenvolvimento motor deve ser analisado levando-se em consideração a individualidade da criança que é em função da interação entre fatores genéricos e ambientais. Com base nos estudos de Cotrim et al (2011), pode-se refletir que o desenvolvimento motor é caracterizado pela ocorrência de mudanças qualitativas e quantitativas no repertório motor ao longo da vida.

Nessa perspectiva, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional, Brasil (1996), determina que gestores e educadores têm a missão de assegurar e proporcionar uma educação de qualidade, estimulando, conscientizando e construindo conhecimentos, visando estimular a cidadania crítica e participativa também por meio de atividades corporais esportes e cultura.

Desse modo, as aulas de EFE devem possibilitar aos estudantes a construção de um conjunto de conhecimentos sobre seus movimentos, de modo a desenvolver autonomia sobre a cultura corporal de movimento, para o cuidado de si e dos outros, pois tem um papel muito importante e de grande responsabilidade no desenvolvimento do estudante, tem grande influência no desenvolvimento motor e cognitivo, porque nas séries iniciais do Ensino Fundamental os estudantes têm mais possibilidades de desenvolver a sua motricidade.

De acordo com Santos (2018), o desenvolvimento motor é o processo de mudanças no comportamento motor, envolvendo tanto a maturação do sistema nervoso central, quanto a interação com o ambiente e os estímulos dados durante o desenvolvimento de cada indivíduo. Dessa forma, o desenvolvimento acontece de acordo com a maturação individual e com as mudanças no tempo com transformações que ocorrem acerca do indivíduo. Assim, pode-se entender o desenvolvimento motor como sendo o processo de alteração no movimento humano como resultado da interação entre componentes genéticos e culturais.

Ao que se refere a terceira área, que é a Aprendizagem Motora, Gonzalez (2015) afirma que essa área tem basicamente dois objetivos a investigar: primeiro, as alterações cognitivas que ocorrem em decorrência da prática, ou seja, como as pessoas partem de um estado que não dominam uma habilidade e, após um período

de prática, passam a executá-la com grande proficiência; segundo, quais os fatores que afetam a aquisição dessas habilidades.

Nesse sentido Silva e Origuela (2016) relatam que:

A aprendizagem motora se caracteriza pela visão microscópica em relação ao aprendizado do movimento, o processo interno de um indivíduo no aprendizado do movimento ocorre quando este passa de um estado, em que não sabia executar determinada tarefa motora, para outro, em que a realiza com facilidade. Ou seja, ocorre uma mudança no comportamento motor. Portanto, o que a aprendizagem motora estuda são os passos ou estágios que ocorrem quando um indivíduo aprende (SILVA; ORIGUELA, 2016, p. 92).

Uma habilidade motora é aprendida da seguinte maneira, de acordo com Silva e Origuela (2016, p. 92), o aprendiz deve perceber o que é para ser aprendido, possuindo assim um objetivo: “identificar no ambiente os estímulos [...]; formular um plano motor; executar uma resposta; avaliar os resultados; revisar o plano motor para emitir uma outra resposta e, assim, entrar novamente no circuito até passar para a fase seguinte, de fixação/diversificação da tarefa motora”. Sendo assim, o principal objetivo para a aprendizagem motora é tornar a aprendizagem mais significativa para o estudante e refletir sobre como o professor pode ensinar de maneira mais efetiva a habilidade (SILVA; ORIGUELA, 2016).

(IM)POSSIBILIDADES DE DESENVOLVIMENTO DO CIRCUITO DE HABILIDADES MOTORAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NOS ANOS INICIAIS

Rissi e Arroyo (2018) avaliam que para a criança ter os movimentos fundamentais refinados é necessário que ela desenvolva capacidades/habilidades psicomotoras importantes para a organização motora de base, como a coordenação, o equilíbrio, o esquema corporal, a organização espacial e a organização temporal.

Acrescentam ainda que o circuito de habilidades aplicadas nas aulas de EFE quando praticada desde a infância, traz benefícios para a saúde e para a qualidade de vida das crianças. É relevante observar que brincadeiras como saltar, correr e arremessar oferecem às crianças uma gama de experiências motoras, tanto em volume quanto em variedade de movimentos. Além disso, a qualidade das ações motoras depende diretamente da estrutura corporal, do meio em que se está inserida e das experiências vivenciadas. Portanto, uma mesma tarefa pode exigir ação motora

diferente em cada contexto, enriquecendo o repertório motor da criança (RISSI; ARROYO 2018).

É possível inferir que são inúmeros os benefícios da prática de atividades físicas por meio de circuito de habilidades motoras. No entanto, mesmo diante de tais vantagens, as crianças passam a maior parte do tempo, quando não estão na escola, assistindo televisão, jogando videogame ou utilizando o computador. E, muitas vezes, em decorrência do cotidiano acelerado e da falta de tempo, os próprios pais não corrigem o estilo de vida de seus filhos, nem os incentivam à prática de atividades físicas.

Nessa perspectiva Rissi e Arroyo (2018) observam que as experiências motoras devem estar presentes no cotidiano das crianças, seja nas atividades corporais realizadas em casa, na escola ou nas brincadeiras. No entanto, observa-se que atualmente tem sido notado uma diminuição do tempo que passam nos jogos e brincadeiras que requerem movimentos corporais mais vigorosos e coordenados.

Para tanto, fica esclarecido que são inúmeras as possibilidades do desenvolvimento de atividades por meio do circuito motor por ser um instrumento pedagógico de grande valor para as aulas de EFE, pois oportuniza trabalhar com um grande número de estudantes, proporcionando a todos execuções de movimentos de acordo com suas capacidades individuais e ampliar suas habilidades motoras.

Por outro lado, Santana (2012, p. 4) nos alerta, afirmando que o mundo se desenvolveu, modernizou-se, e com ele, o estilo de vida também sofreu alterações. Afirma ainda que “há anos atrás era possível verificar pelas ruas, várias crianças brincando, jogando bola, pulando amarelinha”. Hoje, o medo tomou conta da sociedade, “as famílias vivem trancadas e acuadas pela violência, e, como se não bastasse, com o grande desenvolvimento tecnológico, as crianças passam suas horas de lazer em frente a computadores e videogames, lazer esse dominado pelo sedentarismo.”

CONCLUSÃO

O estudo buscou conhecer as possibilidades de desenvolver o circuito de habilidades motoras com estudantes nas aulas de Educação Física nos anos iniciais.

O presente trabalho trouxe um conteúdo e uma temática que por vezes é pouco explorada na escola, a prática corporal de aventura. Os alunos acostumados com as práticas de esporte de alto rendimento como futsal com as atividades corporais de aventura voltadas a habilidade motora mantém contato com outra manifestação da cultura corporal de movimento. Isso desperta nos discentes muita curiosidade, que é importante para que o professor possa ensinar o aluno, nas palavras de Freire (1996) “como professor devo saber que sem a curiosidade que me move, que me inquieta, que me insere na busca, não aprendo nem ensino”.

Por ser uma prática ainda recente, poucos professores relatam conhecer as PCA's, Se conhecem, tem receio em trabalhá-las ou relatam a falta de materiais existentes para sua execução. Além disso, consideram as atividades perigosas para trabalhar no âmbito escolar.

Com isso, faz-se importante a intervenção da Universidade para instigar futuros professores sobre a importância de levar a prática corporal de aventura para dentro das escolas, ressaltando sua importância no desenvolvimento motor e integral da criança. Visto que grande parte dos alunos não possui vivência, seria de fundamental importância a Universidade com o seu trabalho de extensão ou até mesmo a partir dos estágios levar o conhecimento prévio sobre a PCA para as escolas.

Com essa intervenção os professores poderão adquirir novos conhecimentos em relação a uma prática que possivelmente eles não conheciam. Os alunos da escola serão beneficiados, gerando novas experiências, conhecendo algo novo que foge da realidade da escola, adquirindo um novo aprendizado. Além do mais, como fator mais importante, a aquisição e aprimoramento de novas habilidades como correr, saltar, pular, equilibrar e entre outros.

Isso tem um impacto direto na formação tanto dos professores quanto para os discentes, no que diz respeito à ampliação de conhecimentos sobre a cultura corporal, que está presente e deve ser ministrada pela disciplina de educação em âmbito escolar. Em relação aos alunos podemos tirar a conclusão de que a maioria tem um conhecimento restrito. O que pode se justificar pela falta de conhecimento dos docentes em relação às práticas, bem como escassez de materiais na escola para este fim.

Diante do exposto, foi possível analisar a importância da EFE, embora muitas vezes seja considerada pelos pais e estudantes uma disciplina fácil, em que apenas

a criança se diverte. É fundamental destacar que a atividade física, obrigatória no currículo escolar, tem função especial em relação ao acompanhamento e desenvolvimento da criança. O estudo evidencia a relevância da prática de atividades físicas e das habilidades psicomotoras para as crianças na fase dos movimentos fundamentais, um programa de atividades físicas, organizado em forma de circuito especialmente para o estímulo das habilidades psicomotoras, poderia contribuir para o desenvolvimento motor das crianças, compensando os comprometimentos decorrentes do baixo nível de experiências motoras.

A Educação Física enquanto componente curricular deve abordar as práticas corporais de acordo com as diferentes formas de expressão social, uma vez que o movimento humano caracteriza aspectos culturais, pois tem um diferencial importante das outras áreas do conhecimento, já que não se restringe à racionalidade científica que costuma nortear as práticas pedagógicas, mas vai além e proporciona experiências amplas que envolvem cultura, lazer e saúde. Por outro lado, crianças que não têm um ambiente propício e oportunidade sistematizada e estruturada para desenvolvimento das habilidades motoras, podem ficar defasadas em termos motores.

O corpo como “laboratório de movimentos” é um instrumento material e sensorial que contém uma enorme carga de energia que o permite movimentar-se interna ou externamente, sendo, portanto, um organismo vivo. Evidenciou-se ainda que as condições da escola e a atuação do professor como promotor do circuito de habilidades motoras e fornecedor de instrução apropriada e condizente com um objetivo definido podem alterar o curso do desenvolvimento, eles passam a promover mudanças nas capacidades motoras dos estudantes participantes.

Com base no acima escrito, conclui-se que é possível desenvolver no decorrer das aulas de EFE atividades físicas por meio do circuito de habilidades motoras com os estudantes dos anos iniciais, porém é fundamental não apenas a atuação da escola, mas também o incentivo dos pais para que as crianças tenham um estilo de vida ativo, por meio de atividades físicas e externas, capazes de melhorar significativamente o seu desenvolvimento.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Congresso Nacional. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. – 11. ed. – Brasília: Câmara dos Deputados, Edições Câmara, 2015. (Série legislação; n. 159).

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

BRASIL, Ministério da Educação, (1997). **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Brasília, MEC/SEF.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988.

BUENO, J. M. **Psicomotricidade: Teoria e Prática, Estimulação, Educação e Reeducação Psicomotora com Atividades Aquáticas**. São Paulo: Lovise 1998.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

COTRIM, J.R.; LEMOS, A. G.; NÉRI JÚNIOR, J. E.; BARELA, J. A. Desenvolvimento de habilidades motoras fundamentais em crianças com diferentes contextos escolares. **SCIELO**, 2022.

FREIRE, P. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários a prática educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

GONZALEZ, D. H. Aprendizagem motora: uma breve revisão sobre a construção e progressão do conhecimento científico. **EFDeportes.com**. Buenos Aires, Año 20, Nº 211, Diciembre de 2015. Disponível em: <<https://efdeportes.com/efd211/aprendizagem-motora-breve-revisao.htm>>. Acesso em: Jul.2022.

RAITHZ, A. L.; SOUSA, F. J. F.; VEIGA, F. R. A importância da educação física escolar para o desenvolvimento motor. **<https://www.unifacvest.edu.br>**, 2018.

RISSI, J. B. D.; ARROYO, C.T. Efeito de um circuito de atividades psicomotoras no desenvolvimento motor de crianças de 3 a 6 anos. **Revista Educação Física UNIFAFIBE**, Bebedouro/SP - Vol. VI– setembro/2018. Disponível em: <[Unifafibehttps://www.unifafibe.com.br](https://www.unifafibe.com.br)>. Acesso em: Jul. 2022

SANCHES, S. O. (2007) **Controle Motor, Dor e Depressão em Mulheres com Síndrome de Fibromialgia**, Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano), Universidade do Estado de Santa Catarina. Florianópolis, 2007. 131 fls.

SANTANA, W. S. **Revista Eletrônica da Faculdade** Metodista Granbery ISSN 1981 0377 Curso de Educação Física – N. 12, JAN/JUN 2012 Disponível em: <<http://re.granbery.edu.br>>

SANTOS, L. C. dos. (2018). **O desenvolvimento motor na educação física escolar**. Trabalho de conclusão de Curso (graduação EAD em Educação Física), Universidade Estadual da Paraíba. Monteiro, 2018. 17f. Material impresso.

SILVA. C. L. DA; ORIGUELA, M. A. Aprendizagem motora na educação infantil: O olhar da antropologia e dos estudos do Lazer Instrumento: **R. Est. Pesq. Educ.**, Juiz de Fora, v. 18, n. 1, jan./jun. 2016.

TAHARA, A. K.; CARNICELLI FILHO, S. Análise da oferta do turismo de aventura na Costa do Cacau/Bahia. **Caderno Virtual de Turismo**, v. 12, n. 2, 2012.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O SURF COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Eduardo Pereira do Nascimento
Thiago Pinheiro Curcino
William Gonçalves de Jesus
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

Desde que o primeiro ser humano decidiu nadar no oceano que o contato com as ondas existe. Nessa medida podemos dizer que o *Surf*⁶ é a forma mais antiga de apanhar uma onda. Indícios remetem o seu início a algumas ilhas do Pacífico, especificamente as da Polinésia central. A prática teria sido derivada da necessidade de sobrevivência: como uma das técnicas de sobrevivência era a pesca, os nativos utilizavam-se de um barco bastante tradicional. Para voltar à terra firme, eles deslizavam sobre as ondas para retornar com maior rapidez. Alguns peruanos reclamam para si a gênese do *surf*, afirmando que os primeiros habitantes daquele país teriam sido os pioneiros, ao deslizarem nas ondas usando uma espécie de prancha feita com canas quando voltavam de expedições de pesca, há cerca de 4000 anos.

No Havaí acreditava-se que, ao fabricar sua própria prancha, se transmitia todas as energias positivas para ela e, com a prática do esporte, se libertava das "energias negativas". Os primeiros praticantes desse esporte acreditavam que sua prática seria um culto ao espírito do mar. Essa prática teria se perpetuado até o Havaí, permanecendo restrita entre a realeza local. No contexto havaiano o *surf* era praticado como ritual de oferenda, apresentando relações diretas com agradecimento pelos coqueiros e seus frutos. O modo pelo qual o *surf* era praticado se dava de acordo com

⁶ Informações retiradas dos sites: Surf nos jogos olímpicos. Disponível em: <https://www.olimpiadatododia.com.br/toquio-2020/jogos-olimpicos/surfe/> Acesso em: 12 de maio de 2022.

Disponível em: <https://totalsurfcamp.com/pt/blog/guia-basico-das-10-modalidades-actuais-de-desportos-de-surf> Acesso em: 12 de maio de 2022.

Surf. Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/educacaofisica/aprendendo_surf.htm> Acesso em: 12 dez. 2019.

A história do surf: as raízes. Disponível em: <<https://surftotal.com/noticias/historia/item/1849-a-historia-do-surf-as-raizes>> Acesso em: 12 dez. 2019.

História do surf. Disponível em: <http://www.geocities.ws/leandro_wolf/historia.html> Acesso em: 12 dez. 2019.

a estrutura hierárquica da sociedade: a posição em pé era permitida apenas aos reis e seus filhos, que surfavam em pranchas de aproximadamente dois metros de comprimento. Outras pessoas vinculadas à realeza podiam praticar o *surf*, desde que em pranchas menores e que nunca ficassem em pé na prancha. Ao restante dos nativos era proibida a prática.

Assim, o *surf* ficou restrito às ilhas havaianas até o início do século XX. Sua divulgação aconteceu a partir do ex-nadador olímpico havaiano Kahanamoku, que sempre levava sua prancha para os lugares em que tinha competição.

O reconhecimento mundial do esporte veio com o campeão olímpico de natação e pai do *surf* moderno, o havaiano Duke Paoa Kahanamoku. Ao ganhar a medalha de ouro nos jogos olímpicos de 1912, em Estocolmo, o atleta disse ser um surfista e, desse modo, passou a ser o maior divulgador do esporte no mundo. Com isso, o arquipélago do Havaí e os seus esportes típicos passaram a ser reconhecidos internacionalmente.

No início do século XX, Duke promoveu o *surf* iniciando demonstrações noutras regiões do mundo, como a Califórnia, França, Austrália, América do Sul e África. Por volta da década de 1940, o esporte popularizou-se na costa oeste dos Estados Unidos, tornando-se popular entre os jovens, principalmente nas praias do sul da Califórnia. Então, com o início dos primeiros campeonatos de *surf* em 1974, o esporte tornou-se popular em todo o mundo, no início de um emergente profissionalismo.

No Brasil, as primeiras pranchas, então chamadas de "tábuas havaianas", chegaram pelas mãos de turistas e funcionários de companhias aéreas. Sabe-se que no Brasil o esporte foi desenvolvido e iniciado na praia paulista de Santos e logo caindo nas graças dos cariocas, o *surf* rapidamente se espalhou pelo litoral brasileiro. As primeiras pranchas utilizadas eram de madeira, até que em meados da década de 1960, passaram a ser utilizadas as pranchas de fibra de vidro.

A primeira organização voltada ao *surf* no Brasil foi a Associação de Surfe do Rio de Janeiro, fundada em 1965. No entanto, o órgão máximo dos esportes no Brasil, a Confederação Brasileira de Desportos, apenas reconheceu o *surf* como esporte no ano de 1988, após a realização do primeiro campeonato brasileiro de *surf*.

Como a grande maioria dos esportes, o *surf* também tardou a incorporar as mulheres na sua disputa. Enquanto o primeiro campeonato brasileiro masculino aconteceu em 1987, o primeiro campeonato brasileiro feminino ocorreu apenas em

1997, dez anos mais tarde. No cenário masculino, destaca-se principalmente o surfista Peterson Rosa, paranaense vencedor três vezes do campeonato nacional. Já no feminino, duas mulheres conseguiram igualmente o tetracampeonato brasileiro: Tita Tavares, do Ceará, e Andrea Lopes, do Rio de Janeiro.

O *surf* como prática corporal de aventura apresenta algumas vertentes e/ou divergências quanto ao local e região específica do seu surgimento. Alguns historiadores defendem a tese de que o berço do *surf* mundial teve seu início na América do Sul, mais precisamente no *Peru*. Outros pesquisadores e historiadores defendem que o nascimento da modalidade se deu no Estado Americano do *Havaí*, um arquipélago vulcânico isolado no pacífico central, na *Oceania*, região geográfica constituída por vários grupos de ilhas do oceano pacífico. Os principais argumentos que tornam essa tese tão amplamente aceita se fundamentam em elementos posturais da prática em si, bem como relatos documentados provenientes da expedição do explorador inglês *James Cook* em 1779, posteriormente à descoberta do arquipélago do *Havaí*.

Em suas primeiras descrições relacionadas diretamente à prática do *surf* pelos nativos, o explorador inglês é incisivo em dizer nas palavras presentes em suas anotações que os nativos se utilizavam de pequenas estruturas construídas de madeira (tábuas) que possibilitavam que os mesmos flutuassem, e de acordo com a força das ondas, se locomovessem até próximo das embarcações dos exploradores. Fato é que, diante de tais argumentações e explanações, pressupõe-se que os habitantes locais daquela ilha já desempenhavam esta prática há bastante tempo, o que comprova-se por meio de alguns elementos posturais na realização do gesto motor. Os nativos realizavam o *surf* de forma ereta, diferentemente da posição dos primeiros indivíduos praticantes do *Peru*, ou seja, que tem a origem da modalidade fundamentada sob a prática do *surf* em pequenos barcos pesqueiros denominados de *caballitos*.

Posteriormente ao descobrimento das ilhas pelos exploradores, houve um processo de catequização dos nativos por religiosos. Segundo Goulart (2016), o *surf* passou a ser reprimido, pois os cristãos queriam acabar com os costumes pagãos dos nativos. Um dos principais entre os costumes dos nativos era o *surf*, em que os indivíduos realizavam a prática da atividade nus e em pé nas tábuas de madeiras denominadas de pranchas. Segundo este mesmo autor, as tábuas de madeiras foram

reutilizadas na fabricação de mesas e cadeiras, ficando o *surf* proibido por longos e nebulosos 100 (cem) anos, período em que predominou os costumes e crenças dos exploradores religiosos. Apesar do cenário desfavorável e obscuro vivenciados durante a colonização dos jesuítas, o *surf* resistiu e permaneceu vivo na cultura dos povos havaianos mesmo apesar de toda opressão vivenciada durante décadas. Isso demonstra a força e a resistência de um povo em detrimento da defesa de seus costumes e da sua cultura. De acordo com Costa Valente (2020), o *surf* enquanto modalidade tem tido um incontornável crescimento a nível mundial e nacional, com cada vez mais praticantes amadores e profissionais.

Atualmente, é possível observar que, com efeito, passamos por um momento positivo no contexto do surf mundial, em que o Brasil levou seus dois primeiros títulos mundiais consecutivos (em 2014 com Gabriel Medina e em 2015 com Ariano de Souza) e, a partir disso, desencadeou a verdadeira “tempestade brasileira”, em que outros surfistas – além dos campeões mundiais – vêm mostrando grande potencial de vencerem etapas da WSL (World Surf League), Badari (2016, p. 13).

É importante ressaltar que para além da forma tradicional de praticar o *surf* deslizando sobre as ondas, surgiram também outras variações de prática desta modalidade, como *Bodysurf*, *Kayaksurf*, *Windsurf*, *River surf*, *Bodyboard*, *Kitesurf*, entre outras. No geral, as diferenciações práticas para execução das variações mencionadas anteriormente dizem respeito aos modelos e materiais com que são produzidas as pranchas, as posições dos surfistas, se surfam em pé, sentados ou deitados na prancha, e da utilização ou não de implementos como por exemplo o remo ou quaisquer outros utensílios.

O SURF NO BRASIL

No Brasil, historiadores e pesquisadores apontam que os primeiros a introduzirem a prática do *surf* em território nacional foram funcionários de companhias aéreas adeptos da modalidade. No Estado de São Paulo, mais especificamente no município litorâneo de Santos, é que o *surf* começou a ser praticado e desenvolvido em meados de 1935, sendo implementado posteriormente após uma década também no Estado do Rio de Janeiro. De acordo com Badari (2016, p.7), “esse crescimento, no entanto, fora especialmente acentuado nos últimos anos, devido a diversos fatores, dentre eles a maior participação de atletas brasileiros em campeonatos importantes a

nível mundial”. A partir de então, o *surf* foi ganhando mais adeptos e praticantes em todo o país. Ainda em diálogo com Badari:

Além disso, filmes, comerciais de televisão e outros meios de comunicação foram e são fundamentais no crescimento do esporte no mundo, especialmente no Brasil, que presencia um momento em que o surf aumenta a quantidade de simpatizantes ou adeptos da modalidade dia após dia. Uma vez que a modalidade ganha espaço em canais midiáticos, além do crescimento da modalidade em relação ao crescimento da cultura do surf bem como o aumento de praticantes, atletas profissionais também são diretamente influenciados por essas mudanças (BADARI, 2016, p. 7).

De fato, dentre os fatores mais relevantes que contribuíram diretamente para que o *surf* se tornasse uma prática popular no cenário nacional destaca-se a mídia, com todo seu poder de alcance e de influência nos hábitos e costumes de uma determinada população. Por meio da mídia observa-se uma adesão de considerável parte da população, principalmente nas questões relacionadas à vestimenta e ao estilo de vida como um todo, o que está diretamente ligado ao consumo de produtos, práticas advindas do capitalismo.

É interessante ressaltar também o fato de que o Brasil, por ser um país de dimensões continentais e, portanto, extensas áreas litorâneas, também favoreceram o desenvolvimento do *surf* e conseqüentemente o aumento significativo do número de praticantes. Badari (2016, p.12) afirma que “além de incentivar e estimular o crescimento do surf no Brasil, esses mesmos fatores foram também decisivos na mudança de rótulo em relação aos surfistas até a década de 1970, em que eram estereotipados como vagabundos”. Era comum associar os praticantes de *surf*, ditos surfistas, a pessoas desocupadas, drogadas e desprovidas. A partir desta análise, houve a necessidade de reconstrução identitária do *surf* na sociedade como um todo, por meio principalmente do desenvolvimento de competições nacionais. O que, por sua vez, possibilitou o surgimento de atletas promissores que passaram a representar o país tanto nas competições nacionais quanto no cenário internacional.

Com a profissionalização do *surf*, houve também um crescente número não só de adeptos à prática da modalidade como também de pessoas não praticantes que aderiram e se identificavam ao estilo de vida dos surfistas, o que contribuiu significativamente para amenizar na sociedade a concepção negativa do esporte. Para Goulart (2016), “o surf acabou virando um estilo, quando muitos jovens da época

seguiram um modo de vida com surfista se ligando na natureza, se reunindo para luas e para acampamentos”.

Ao longo dos anos com o aumento da frequência dos eventos nacionais e internacionais, mais precisamente a partir da década dos anos dois mil é que se observou uma estabilização do *surf* no cenário internacional, isso devido a resultados expressivos e seguidos de atletas brasileiros em campeonatos mundiais. Para Stachevski (2020, p. 19), “hoje, após os títulos mundiais vencidos por brasileiros, existe todo um novo mercado que envolve o esporte, a exposição midiática faz com que projetos sociais e escolas de surf sejam criados”. Para Badari:

[...] é possível observar que, com efeito, passamos por um momento positivo no contexto do surf mundial, em que o Brasil levou seus dois primeiros títulos mundiais consecutivos (em 2014 com Gabriel Medina e em 2015 com Ariano de Souza) e, a partir disso, desencadeou a verdadeira “tempestade brasileira”, em que outros surfistas – além dos campeões mundiais – vêm mostrando grande potencial de vencerem etapas da WSL (World Surf League), (BADARI, 2016, p. 13).

Em 2016 o *surf* alcançou o seu ápice quando dias antes do início das Olimpíadas do Brasil (Rio 2016), de forma unânime o COI (Comitê Olímpico Internacional) aprovou o *surf* como modalidade para os próximos jogos olímpicos de Tóquio que aconteceriam em 2020, porém em virtude da pandemia do COVID -19 os jogos aconteceram um ano mais tarde, entre os meses de julho e agosto de 2021.

A escolha do *surf* para integrar o conjunto de modalidades dos jogos olímpicos é fruto da sua organização sistemática ao longo dos anos e a amplitude do seu público, ou seja, uma modalidade que tem espectadores e praticantes de todas as faixas etárias e classes sociais, apresentando um crescimento e visibilidade maior no público mais jovem. Isso demonstra uma tendência natural em que o objetivo é realmente introduzir nos jogos olímpicos modalidades populares entre o público mais jovem na busca por audiência e visibilidade mundial na transmissão dos jogos. Todas estas estratégias vão de encontro a questões diretamente relacionadas ao consumo das marcas em evidências nos jogos, que são ligadas a imagens de atletas de expressividade mundial, ou seja, bombardear os espectadores com propagandas fomentando o consumo exacerbado de produtos esportivos diversos. Portanto, para além do esporte, existe toda uma organização com fins lucrativos por trás dos maiores eventos esportivos mundiais. É fato que o processo que envolve a introdução de uma

modalidade nos jogos olímpicos leva longos anos de estudos e análises minuciosas em que são avaliados principalmente fatores relacionados à organização interna das modalidades em termos de competições, confederações e/ou associações que as representam tanto no cenário nacional como internacionalmente.

Em 2021 finalmente houve a tão sonhada e aguardada efetivação da prática do *surf* como modalidade olímpica nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020 pelos fãs e simpatizantes da modalidade, que em decorrência da pandemia do COVID-19, realizaram-se somente um ano mais tarde. A modalidade foi o *surf* tradicional e foi realizada na praia de *Tsurigasaki*, em Chiba, tendo como primeiro campeão olímpico o brasileiro Ítalo Ferreira para orgulho de todos os brasileiros.

O USO DO SURF NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O *surf* como um dos conteúdos da Educação Física presente na Base Nacional Comum curricular (BNCC), dentro do tema práticas corporais de aventura, mais especificamente como práticas de aventura na Natureza, se configura como uma modalidade de lazer que conecta o homem de forma simbiótica ao ambiente natural, podendo extrair dessa relação diversos benefícios que abrangem desde a melhora nos aspectos físicos, na adoção de um estilo de vida saudável e até a melhora nas relações sociais, afetivas e psíquicas.

A prática do *surf*, assim como em outras práticas de aventura praticadas na natureza, depende nitidamente do perfeito equilíbrio do ecossistema. A partir disso, pode-se pensar em uma relação harmônica entre a natureza e o homem. Aprender a apreciar e respeitar a natureza pode ajudar na formação de indivíduos mais conscientes e críticos, como na opinião de Goulart (2016), que enfatiza que nada mais coerente que os praticantes dos esportes na natureza, do que preservar e conscientizar outras pessoas.

No entanto, não é somente a prática do esporte que nos conscientiza da importância de preservar a natureza, sendo necessário analisar todo o contexto que norteia a prática, como exemplo as condições sociais das pessoas que praticam o processo de fabricação dos materiais e equipamentos utilizados, sendo um processo que pode causar danos à natureza, como exemplo das pranchas de *surf*, que é o elemento essencial para a prática. O processo de fabricação de material solta certa

quantidade de gás carbônico na atmosfera, podendo causar dano ao ecossistema, isso é importante pensar, pois mesmo uma prática que se diz preservacionista pode ao mesmo tempo causar desequilíbrios no ecossistema através das infraestruturas de apoio da realização da mesma.

Segundo Lavoura (2008) apud Guimarães (2011), o fato dos indivíduos conseguirem chegar a lugares de difícil acesso, proporcionados pela natureza como mares, correntes, cavernas etc, permite que esses “aventureiros” vivenciem experiências através dessa troca simbiótica entre o corpo e o meio, remetendo os sujeitos a novas sensações, sentimentos e emoções. A prática dos esportes de aventura está ligada à relação de risco, aventura ou exploração e a busca de novas descobertas. Na prática de aventura em específico existe a busca da superação dos limites físicos e das habilidades dos praticantes, tendo o risco (que é controlado com devido auxílio de equipamentos e habilidades desempenhadas pelos praticantes) e o contato com a natureza como elementos presentes.

O ambiente natural é caracterizado pela imprevisibilidade dos fenômenos, fazendo com que os indivíduos experimentem diversas sensações e emoções como adrenalina, medo, ansiedade, tendo que se adaptar ao meio e utilizando suas experiências anteriores. Como relata Pereira e Armbrust (2008), citado por Guimarães (2011), o surfista espera a onda até que de repente começa a remar ajustando sua posição à formação da onda, não é possível fazer uma previsão matemática para a situação, precisando apenas sentir, somando suas experiências anteriores e autoconhecimento para tomar a decisão do momento certo de iniciar.

Em nossa sociedade atual, se acentua cada vez mais o problema do sedentarismo associado a doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), sendo as principais a obesidade na infância, problemas cardiovasculares, hipertensão e diabetes. No estudo de Guimarães (2011), analisando cinco componentes que fazem parte do estilo de vida saudável, sendo estes: nutrição, atividade física, relação social, comportamento preventivo e *stress*. Através dos resultados, constatou-se que os jovens competidores desenvolveram menor prevalência de hábitos sedentários tendo melhor controle nos quesitos de fatores preventivos, como exemplo, no consumo de álcool e tabaco, chegando então ao resultado de que o *surf* é uma atividade desportiva que está associada a estilos de vida saudáveis, portanto sendo indicado a fazer parte do programa de Educação Física escolar.

Apesar do vasto conteúdo proporcionado pela Educação Física, com o exemplo do *surf* como um dos vários conteúdos existentes, o ensino desta modalidade se torna uma novidade na escola devido ao problema recorrente da aplicação quase que exclusiva de esportes elitizados no ambiente escolar. Costa Valente (2020) cita em sua tese que apesar do crescimento mundial e nacional do *Surf*, a escola quase nada contribui. Explicita que no ensino básico nas aulas de Educação Física o *surf* não é contemplado como modalidade a ser abordada. Em sua monografia Goulart (2016) aborda a inserção do *surf* na Educação Física escolar contemplando suas dimensões conceituais e procedimentais, visando solucionar um problema comum que é a falta de criatividade ou acomodação de professores em suas aulas. Tais problemas fazem parte dos desafios para implantação de novos conteúdos.

No seio da sociedade capitalista os interesses são de classes. No livro metodologia do ensino da Educação Física (1992) são abordadas essas classes, sendo elas a trabalhadora e a proprietária, possuindo entre si interesses antagônicos que podem ser classificados em interesses imediatos e históricos. Os interesses imediatos da classe trabalhadora, que inclui as camadas populares, consistem na necessidade de sobrevivência, expressa na luta diária pelo direito à alimentação, trabalho, transporte, moradia, e outras condições dignas de sobrevivência. Já os interesses históricos da classe trabalhadora estão na vontade política expressa nas lutas e na vontade de tomar a direção da sociedade construindo a hegemonia popular (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Os interesses imediatos da classe proprietária se expressam na busca de suprir a necessidade de aumento do acúmulo de capital, ampliação do consumo, do patrimônio, aumento de renda etc. Enquanto os interesses históricos estão na manutenção do *status quo* ou poder, guiando a política e a moral da sociedade. Dessa forma dando continuidade aos benefícios advindos dessa posição privilegiada em sociedade. Como visto, os interesses são diferentes e antagônicos entre si, considerando que, enquanto um busca a transformação social, na busca de afirmar os seus interesses, na mesma medida de afirmação, o outro lado busca a manutenção da hegemonia política, social e moral. Esse conhecimento ajuda a entender de qual perspectiva e interesses devemos atender quando se almeja escolher uma pedagogia que melhor responde a uma educação que se pretende democrática, universal, gratuita, obrigatória, laica e unitária, sendo isso resultado de um projeto coletivo e

adequado em relação aos seus equipamentos materiais e espaços físicos (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Partindo desses princípios, é possível pensar a inclusão como um dos fatores primordiais na educação. Ramalho et al (2021) demonstra em seu artigo que apesar do *surf* ser considerado uma modalidade inclusiva, existe uma carência de ações governamentais que ofertem e efetivem a prática dessa modalidade adaptada para pessoas com deficiência. O autor supracitado observou em seu estudo que fatores como a adaptação das estratégias de ensino, adequação da prancha utilizada nas aulas em relação à fluabilidade e estabilidade, bem como o suporte do professor e a acessibilidade das praias são essenciais para que a prática do *surf* contribua para o processo inclusivo.

O *surf* em seu potencial traz aos indivíduos a sensação de liberdade e o contato com a natureza faz com que os praticantes se sintam mais calmos. Os praticantes com deficiência podem vivenciar com algumas adaptações motoras a modalidade, podendo desenvolver o sentimento de autoconfiança com maior autonomia para prática esportiva (RAMALHO et. al, 2021).

Além da melhora na condição física, os benefícios adquiridos por meio desta prática englobam os fatores emocionais, considerando que alguns praticantes relatam ser um antidepressivo natural, causando relaxamento, bem estar sendo fundamental para o fortalecimento do cuidado preventivo e promoção da saúde. Tais elementos são passíveis de análise como base na promoção de políticas que visem à democratização desta prática.

O uso do surf na Educação Física escolar deve proporcionar aos discentes novas experiências, que muitas vezes são relegadas a esses indivíduos, ora por falta de criatividade ora por negligência dos professores, dando destaque para conteúdos de cunho esportivo, como: futebol/futsal, handebol, basquete e vôlei, que na forma como são aplicados podem favorecer exclusão em âmbito escolar. Mesmo que tais práticas sejam valiosas para os alunos, não são as únicas a serem trabalhadas. Faz-se necessário abordar o *surf* como conteúdo capaz de incentivar o estilo de vida saudável, podendo trazer benefícios nos campos físico, psíquico e social na vida dos praticantes.

O *surf* não é apenas um esporte ou uma atividade física para o lazer. Por trás desta prática existem vários fatores bem mais abrangentes do que apenas

movimentos radicais contra as ondas. É um estilo de vida, onde encontramos valores humanos que vão desde o respeito com a natureza, ao respeito ao próximo. Segundo Almeida (2001), o *surf* é considerado um esporte e uma terapia por estar ligado à natureza.

O *surf* vem sendo interpretado de diferentes formas, consoante a natureza de quem o pratica; assim há quem o veja como um desporto, passatempo, filosofia e/ou estilo de vida. Já foi concebido como religião na antiguidade e hoje é visto como uma atividade que pode ser praticada por qualquer pessoa que saiba ter perseverança, combinada com força de vontade, e claro, uma prancha para então surfar as ondas e mergulhar nesse estilo de vida. “É também um esporte que ensina a ter paciência, o que leva o surfista a ser mais tolerante também fora da água, o que é muito bom para o exercício da cidadania” (SOUZA, 2004, p. 9).

O *surf* sendo um esporte que engloba diferentes saberes oriundos de várias vertentes e disciplinas de práticas corporais requer, além dos fundamentos técnicos do esporte, que o praticante amplie seus conhecimentos referentes a correntes, ventos, marés, ciclos de pressão atmosférica, relações entre aspectos físicos e humanos, equilíbrio dos ecossistemas e seu reflexo na qualidade de vida.

Também em sua grade de ensinamentos, trabalha temas diversos associados à saúde dos alunos e terceiros, como é o caso de teorias e noções de primeiros socorros tanto no mar quanto em cidades litorâneas, como primeiros socorros em geral. Os professores devem focar também nos benefícios da prática de atividades físicas para que seus alunos possam ter hábitos saudáveis e um impulso para sair do sedentarismo, que afeta milhões de pessoas no Brasil e que é causador de diversos problemas de saúde com consequências graves que podem inclusive levar a óbito.

Visto isso, é de suma importância que também se fale, conscientize e aprofunde nesse tema de saúde pública para que se possa evitar problemas futuros advindos de falta de informações e de exercícios, pois no esporte, além de outras coisas, obtém-se condicionamento físico. O objetivo da preparação física é permitir que o aluno apresente um excelente condicionamento muscular e cardiovascular.

Os professores devem procurar estimular também a concentração dos alunos, ensinando medidas necessárias para uma prática de *surf* correta e saudável. No *surf*, respeitar o mar, outros surfistas e seus próprios limites são princípios essenciais para a prática do esporte. O *surf*, dentre os esportes radicais, é relativamente seguro,

porém cuidados básicos devem ser tomados para minimizar riscos. Para evitar os riscos, os professores devem alertar para alguns cuidados, como: manter o controle sobre suas emoções, pois o pânico pode reduzir suas chances de sucesso; movimentos excessivos e respiração ofegante vão drenar rapidamente a resistência do praticante.

Fazer relações com boa alimentação, no caso do condicionamento e preparação física, ética e educação ambiental, aprofundar nas temáticas voltadas para a conservação e cuidados com a natureza. Tais assuntos entre outros tantos que podem e devem ser trabalhados no universo das escolas de *surf*, ou nas que abordam o assunto e os problematizam em suas aulas.

Algumas dessas escolas se preocupam mais ainda com o meio ambiente, fazendo passeios ecológicos e promovendo ações de educação ambiental e preservação da natureza mais aprofundada. O contato direto com a natureza aliado a práticas de esportes, no caso o *surf*, com métodos e didáticas de conscientização ambiental, trabalha para formar um cidadão consciente de seus atos e deveres para com a natureza e com a sociedade que lhe aguarda enquanto adulto. Por isso, a importância de que em concomitância com as aulas e os aprendizados sobre *surf*, também se tenha um trabalho de compreensão da importância do meio ambiente para gerações futuras.

No âmbito da sala de aula, os professores podem elaborar o tema *surf*, mesmo sem materiais profissionais ou sem ao menos lecionar em cidades com acesso ao mar, rios ou locais adequados para a prática. Basta que o professor se utilize de criatividade, pesquisa e esforço para desenvolver aulas de vivência do esporte.

O mundo educacional oferece possibilidades ilimitadas para quem realmente busca se aprofundar no tema a ser trabalhado em sala. Com tais informações e vontade de ensinar e compartilhar saberes e também aprender com erros, experiências e vivências dos alunos, o docente pode elaborar a construção de pranchas a partir de materiais adaptados recicláveis, como garrafas pet, produzindo pranchas de *surf* que podem ser utilizadas no mar, rios, lagos ou apenas usando a imaginação, no âmbito de escolas sem acesso a ambientes com água,

Trabalhar a imaginação do aluno pode despertar diversas ideias e também se trabalha outras perspectivas educacionais, tais como a ludicidade, a cognição, prazer em fazer, arte de manusear objetos e o valor para o estudante que confecciona seu

próprio material. Satisfação que é maior do que se tivesse adquirido por meio de compra, pois ali está seu esforço, sua identidade, ele se esforçou para confeccionar e seu valor simbólico é imensurável.

CONSIDERAÇÕES

Após leituras de artigos e pesquisas em bases de dados para que fosse possível desenvolver este capítulo, compreendemos que assim como outros esportes e outras temáticas consideradas de difícil aplicação em sala, o *surf* pode ser trabalhado independentemente de onde ou da estrutura da escola. Basta que o docente procure conhecimento e tenha disposição e criatividade para planejar as aulas, passando aos seus alunos ensinamentos que possam contribuir para uma formação de um cidadão crítico, ciente das leis e estruturas que compõem uma sociedade. O esporte, além de benéfico para a saúde de seus praticantes, que com frequência podem levar à prática de atividades físicas para além da escola e incorporação ao seu cotidiano, tornando-o assim um adulto mais saudável. Além da inclusão social, o esporte proporciona inúmeros benefícios à saúde humana.

O *surf* tanto profissional como no âmbito escolar continua sendo uma atividade abrangente, visto que engloba diversas áreas importantes para a humanidade, como a saúde, a educação, o turismo, entre outros. É importante destacar também o papel social que o esporte desempenha no desenvolvimento integral dos sujeitos. No desenvolvimento afetivo, cognitivo, social e físico. Além de promover o respeito com a natureza, questões atuais e de impacto e proporções mundiais. Tudo o que se trabalha no desenvolvimento das aulas de *surf* pode-se e deve-se lembrar aos alunos em relacionar com problemas atuais. Além disso, pode ser trabalhado de forma interdisciplinar.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, D. F. **Surf**. Resenha (Graduando em Educação Física - Iniciação Científica) – Faculdade de Educação Física das Faculdades Integradas de Guarulhos, 2001.

BADARI, Helena Maria Giudice. **A presença da mídia no crescimento do surf no Brasil**: um estudo sob a perspectiva da Psicologia do Esporte. 2016.

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

COSTA VALENTE, P. R. G. **Estudo Sobre a implementação Do Surf No Programa De educação física Do 3º Ciclo**. 2020. Tese de Doutorado. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (Portugal).

GOULART, Matheus Perucci Rosa. **A educação física inserindo o surf no contexto escolar**. 2016.

GUIMARÃES, R. E. **Estilo de vida, Saúde e Surf - Análise do contributo do Surf para o Estilo de Vida dos seus Praticantes**. Dissertação (Mestrado em Atividade Física e Saúde), Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, 2011.

RAMALHO, Fabio José Cunha et al. O SURF COMO FERRAMENTA NO PROCESSO DE INCLUSÃO SOCIAL: SURF PARA TODOS. **REVISTA DA ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ATIVIDADE MOTORA ADAPTADA**, v. 22, n. 2, p. 295-306, 2021.

SOUZA, R. de. **Boas Ondas**. 1ª Ed. Rio de Janeiro: Ediouro, 2004.

STACHEVSKI, Thiago Weigert et al. **A inserção do surf nos Jogos Olímpicos de verão Tóquio 2020: as estratégias dos agentes e instituições no campo esportivo**. 2020. Dissertação de Mestrado. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: A CAMINHADA ORIENTADA COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Ana Gabriella Coelho Muniz
Carlos Leonardo de Jesus dos Santos
Luan Pereira Lima
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

Pode-se dizer que a caminhada é tão antiga quanto o homem. O ato de praticar caminhada é andar a pé, algo que o homem faz desde a pré-história com o intuito de se deslocar de um lugar para outro. Muitos dos caminhos que se percorrem na prática das caminhadas parecem ter sempre existido (CHAMBEL, 2019). Isso é reflexo do movimentar-se, a partir do momento que acontece uma caminhada combinada ela já perpassa por outro campo das práticas corporais, constituindo um espaço de construção dos saberes a partir da caminhada orientada.

De acordo com Moreira, Simões e Martins (2021), o organismo humano se desgasta quando é submetido a longos períodos de inatividade. A partir do sedentarismo o corpo vai se degenerando, produzindo doenças como a depressão. Para valorizar a vida, precisamos nos movimentar. Isso é uma condição humana, precisamos nos deslocar para adquirirmos o próprio alimento (já que não somos autotróficos), enfim, para que nossas necessidades básicas sejam supridas precisamos nos locomovermos.

Sabe-se que o andar é a forma mais antiga de locomoção, utilizada por nossos antepassados na busca por alimentos e água, assim como para chegar aos seus destinos. Ao caminhar nosso organismo consome energia produzida pelos alimentos que ingerimos. Entretanto, nos tempos atuais com os mais diversos meios de transporte o ser humano tende a caminhar menos e a energia produzida pelo corpo se armazena em forma de gordura o que acarreta no aparecimento de doenças, como a obesidade por exemplo (SOUZA, 2007). Com o passar dos anos e com a facilidade em se obter informações a respeito de uma vida mais saudável, torna-se cada vez mais frequente a procura por atividades físicas que contribuam nesse processo de mudança na qualidade de vida. Um exemplo disso é a caminhada, uma das atividades físicas mais praticadas no mundo, seja ela acompanhada por um

profissional ou não, podemos frequentemente observar a sua prática em diversos lugares, por pessoas de diferentes faixas etárias (SOUZA, 2007).

No entanto, o acompanhamento de um profissional tende a ter resultados mais significativos em relação a melhoria na saúde de quem pratica. O caminhar devidamente orientado proporciona melhora no condicionamento cardiorrespiratório, fortalecimento dos músculos dos membros inferiores e na perda de gordura, além de diminuir os riscos de lesões articulares (LIMA *et al.*, 2011).

Um fator significativo na escolha da caminhada como exercício físico é de que não é necessário que haja um espaço físico predestinado à sua prática e muito menos a obrigatoriedade de custos para quem pratica. Tal fato torna a caminhada, além de uma atividade física que irá proporcionar benefícios à saúde, um meio para criação de novas relações sociais (LIMA *et al.*, 2011).

A Caminhada Orientada consiste na prática do exercício de caminhar acompanhado de um profissional capacitado. A partir da avaliação física individualizada, é possível determinar a velocidade e intensidade da caminhada, variando a partir da adaptação. Tendo como objetivos o estímulo, a mudança de hábitos para a garantia da melhoria da saúde e da qualidade de vida, promovendo ganhos para a saúde física e mental.

Com base nas pesquisas bibliográficas, os cursos de licenciatura em Educação Física propõem muitos projetos de caminhada orientada. A partir desses projetos surgem diversos trabalhos de conclusão de curso sobre essa temática. O público-alvo que se encontra na caminhada orientada são indivíduos com idades superiores a 40 anos. Alguns trabalhos apresentam pesquisas sobre doenças crônicas, pelo fato do público-alvo ser de idosos, o que indica cuidados mais rigorosos ao prescrever a atividade física. É necessário realizar uma avaliação investigando medidas antropométricas de massa corporal (kg), estatura (m) e circunferência de cintura (cm) conforme as normas e recomendações protocolares da ISAK. A pressão arterial (sistólica e diastólica) é avaliada com um medidor de pressão arterial digital de pulso, além da utilização de questionários para identificar fatores de riscos associados às limitações dos participantes nesses projetos.

Embora pareça ser um exercício simples, é preciso seguir algumas recomendações antes de iniciá-lo, o que fortalece a importância do acompanhamento de um profissional, especificamente da Educação Física, e torna mais frequente a

criação de grupos voltados a orientar essa prática. Durante o acompanhamento podem ser avaliados o desempenho dos praticantes, possibilidades de melhorias da saúde e os objetivos da caminhada de acordo com a necessidade de cada indivíduo.

A criação de tais grupos está voltada às Políticas Públicas de promoção à saúde, sendo comum a presença destes, principalmente em universidades públicas e nos cursos de Educação Física. A caminhada aproxima as instituições à população e desta forma promove conhecimento a respeito dos benefícios de sua prática à saúde de quem pratica.

Geralmente o público alvo está direcionado aos idosos devido aos benefícios em relação a alguns problemas de saúde comuns nessa faixa etária e também como forma de integrar essa população aos grupos sociais. No entanto, podemos constatar um grande número de pesquisas com crianças e adolescentes não só por problemas de saúde físicos, mas também com diagnósticos de doenças como depressão. Tal fato instiga a necessidade de práticas como essa serem levadas ao ambiente escolar.

A PRÁTICA DA CAMINHADA ORIENTADA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Ressalta-se que, nos anos finais do ensino fundamental de acordo com a BNCC (Base Nacional Comum Curricular), as práticas corporais de aventura devem ser inseridas no planejamento do professor de Educação Física. Diante disso as unidades temáticas propostas pela base são: práticas corporais de aventura urbanas e práticas corporais de aventura na natureza. Sendo assim, por mais que a base tenha esse modelo a ser seguido, o professor pode trabalhar a caminhada orientada desde a Educação Infantil ao EJA. Além disso, pode desenvolver um projeto transdisciplinar que beneficie o ambiente pedagógico, afinal, quem não gosta de caminhar de forma segura? É sempre uma boa provocação diante do contexto atual, onde a maior parte do tempo as pessoas estão focadas em um dos avanços tecnológicos mais conhecido como “*smartphone*”.

Introduzir as práticas corporais no ensino básico pode alcançar lugares que outras disciplinas não têm o recurso necessário para alcançar tal escopo, como por exemplo: uma caminhada no parque nacional da cidade pode proporcionar uma educação ambiental. A Educação Ambiental pode ser trabalhada de forma a se engendrar aos conhecimentos da Educação Física. Uma complementando a outra ao

desenvolver caminhadas na natureza, com um professor de Educação Física acompanhando e realizando prescrições individualizadas para cada aluno, constituindo-se assim em uma caminhada orientada (MACHADO E MULLER, 2011).

Machado e Muller (2011) investigaram o quão efetiva pode se tornar a caminhada orientada e os seus possíveis benefícios. Sendo assim, para a realização da pesquisa foram selecionadas duas turmas de escolas distintas, onde uma realizava a atividade da caminhada e a outra não. Eles fizeram um questionário sobre os temas relacionados ao meio ambiente para ter uma percepção dos alunos sobre o tema. Os alunos das duas turmas tiveram visões semelhantes, porém tiveram resultados mais significativos no quesito comportamental sobre o meio ambiente.

Os professores de Educação Física necessitam ampliar as práticas desenvolvidas na escola, desfocando do chamado “quarteto fantástico” que são o Futsal, Voleibol, Handebol e o Basquete, com aulas em modelos bem esportivistas e recreacionais, ou ainda, entregando uma bola aos alunos e se eximindo do ato educativo. Por vezes a prática de atividades físicas não é vista como um espaço para a aprendizagem. Isso acontece porque foi constituída uma ideia de que só é possível aprender quando o indivíduo se dedica por horas a leitura nos livros (COIMBRA apud LEITE & HARTMANN, 2006). Vargas e Tavares (2004) afirmam que a Educação Física, enquanto orientada nos moldes do esporte de alto nível, coloca o aluno mais como objeto do que como sujeito. Sem contar que as aulas nem sequer motivam ou preparam o aluno para efetuar, em seu tempo livre, uma prática esportiva que se reflita por toda vida (DIECKERT, KURZ e BRODTMANN, 1985 apud VARGAS e TAVARES, 2004).

É necessário desenvolvermos reflexões sobre como é importante ampliar as possibilidades de ensino por meio de outras práticas. Ao focarmos o olhar para outras práticas como a caminhada orientada podemos perceber os benefícios que essa atividade pode proporcionar aos alunos no ensino básico e a pluralidade de espaços, recursos e propostas que podem ser trabalhadas nas práticas de aventura.

As Práticas Corporais de Aventura (PCA's) como conteúdo nas aulas de Educação Física tornaram-se propostas pedagógicas adotadas pelos professores que englobam diversas práticas e almejam diversos objetivos. Práticas como *slackline*, *Parkour*, *Skate* e a caminhada orientada são propostas deste conteúdo a serem trabalhadas nas aulas de Educação Física que contribuem no desenvolvimento de

aspectos psicomotores, cognitivo e afetivo social, e proporcionam aos alunos diversidade nas aulas. A caminhada orientada, por ser muito praticada pela população em geral, torna-se a escolha de muitos professores quando buscam essa diversificação em suas aulas, além de ser uma prática que não necessita de um aparato de equipamentos para ser realizada e nem de espaços predestinados. Constituindo-se assim em uma prática acessível para o ambiente escolar. Pode ser desenvolvida desde a Educação Infantil até o Ensino Médio, sendo necessário somente a adaptação dos espaços, podendo ressignificar os espaços para as primeiras etapas da Educação Básica. Ao trabalhar este conteúdo na Educação Infantil podemos ressignificar os espaços, ou seja, utilizar os espaços da própria escola, porém adaptá-los de forma lúdica conforme a idade dos alunos, inserindo histórias no decorrer da caminhada e personagens com os objetos disponíveis. E para os alunos do Ensino Médio é possível utilizar espaços externos, que contribuam para uma ressignificação dos espaços em torno da escola.

Ao trabalhar esta prática nos anos iniciais e finais do Ensino Fundamental as possibilidades de espaços se tornam mais diversas, pode-se utilizar de espaços aos redores da escola e da mesma forma promover Educação Ambiental agregada à prática da caminhada. Além disso, nesta etapa as relações sociais podem ser mais estabelecidas, como também pode-se desenvolver um pensamento mais crítico em relação às práticas da Educação Física.

Já no Ensino Médio esta prática pode ser realizada em espaços externos, matas e ambientes que proporcionem uma experiência mais ampla em relação a esse conteúdo. Sendo importante ressaltar que nessa fase há um maior entendimento em relação aos problemas de saúde causados pela falta de atividade física e como a prática da Caminhada Orientada beneficia a melhoria da qualidade de vida.

Mais do que acompanhar os alunos durante uma caminhada, esta prática possibilita a construção de novos saberes aos alunos, como também a inclusão no ambiente em que estão localizados e a proporcionalidade de criação de laços entre os mesmos, fortalecendo as relações sociais e desenvolvendo o pensamento social que possibilita a capacidade de aprender nas mais diversas situações.

Muitos dos conteúdos da Educação Física acabam sendo limitados nessa etapa, e surgem também dúvidas em relação a prática da Caminhada Orientada, muitos dos questionamentos estão voltados aos riscos que os ambientes podem

apresentar. Como já foi dito, nesta etapa a possibilidade de ressignificar os espaços garantem de certa forma segurança a sua prática, além de promover relações com o meio ambiente.

Por ser uma atividade física que é aceita por todos e até para o professor, pois é desenvolvida sem muitos recursos e em diversos ambientes, ela irá contribuir como fator redutor da diabetes e da pressão arterial elevada, reduzindo o sedentarismo e melhorando a qualidade de vida do praticante. A prática de caminhada orientada, de média intensidade, executada de forma contínua e sistemática, reduz em média 40% os riscos de doenças cardiovasculares.

Para que o desenvolvimento da caminhada orientada aconteça de forma segura é necessário passar por três processos: avaliar, monitorar e acompanhar. A partir desses três pilares o desenvolvimento dessa unidade temática na escola torna-se produtivo. Na avaliação é necessário avaliar e monitorar as alterações fisiológicas do aluno, frequência cardíaca e pressão arterial, controlar a intensidade, o volume e frequência da atividade. Além de mensurar a composição corporal e avaliar a aptidão cardiorrespiratória. Aplicar um questionário é válido a fim de identificar problemas de saúde e objetivos e expectativas do aluno com essa prática corporal. No processo da orientação é necessário auxiliar na execução da técnica da caminhada. O papel de acompanhamento acontece a partir do processo de observar o desenvolvimento dos alunos de acordo com o objetivo da aula. O reflexo de levar a caminhada orientada para o ambiente pedagógico e o retorno que isso trará como melhoria da condição cardiorrespiratória, melhoria da qualidade de vida e combatendo o sedentarismo, que é um dos fatores que aumenta o risco de doenças cardiovasculares.

Cabe ressaltar que se tratando de conteúdos da Educação Física, e da predominância que os Esportes têm no contexto das aulas, trabalhar com práticas como a caminhada orientada favorece a inclusão de alunos que não se adequam a essas aulas. Ao propor a prática da Caminhada Orientada diversos fatores devem ser considerados, um deles é as condições climáticas. No entanto, alguns outros fatores dificultam a inserção deste conteúdo na escola, como a negação dos pais ao deixarem seus filhos saírem do prédio da escola. Neste momento deve haver um trabalho conjunto entre professores e direção pedagógica para fortalecer a importância de se trabalhar todos os conteúdos da Educação Física, bem como conquistar espaço e

aceitação dos pais evidenciando os benefícios que tais práticas trazem para o desenvolvimento integral dos alunos.

Diante disso, a prática da Caminhada torna-se possibilidade pedagógica que abrange todos os aspectos do desenvolvimento dos alunos, além de proporcionar um conhecimento mais amplo da Educação Física no contexto escolar.

CONSIDERAÇÕES

Entende-se que a temática de Práticas Corporais de Aventura é pouco explorada como conteúdo da Educação Física Escolar. Entretanto, é importante reconhecer que algumas de suas modalidades são utilizadas pelos professores como proposta pedagógica que almejam outros objetivos que não estão voltados somente à aprendizagem motora, como no caso da caminhada orientada.

A Caminhada, por não exigir equipamentos caros e espaços sofisticados, torna-se uma prática acessível à escola, que além de proporcionar a vivência desse conteúdo se integra a diversas causas, que podem ser problematizadas junto com os alunos. Além dos benefícios que esta prática oferece à saúde e ao desenvolvimento dos alunos, também possibilita ao professor enriquecer o seu trabalho e proporcionar aos alunos experiências que os faça ter uma visão diferente da Educação Física conhecida somente pelos esportes.

A experiência de estar em um lugar diferente dos espaços convencionais proporciona a criação de novos vínculos entre os alunos e uma relação mais próxima com o professor. Além disso, vivências como essa, que visam as diversas possibilidades de trabalhar a Educação Física, valorizam o trabalho docente diante dos comparativos com as outras disciplinas. O campo da Educação Física é amplo e possui múltiplos conteúdos para serem trabalhados no ambiente escolar, o percalço para trabalhar com a amplitude dos conteúdos que a disciplina de Educação Física tem para oferecer no ambiente pedagógico é a estrutura, o desenvolvimento motor, cognitivo e físico desses alunos e toda bagagem de estereótipos que a sociedade associa à disciplina. Tendo em vista a dimensão dos conteúdos e a possibilidade de enfrentar o “quarteto fantástico”, é satisfatório trabalhar com algo que é simples, prático e faz parte do dia a dia dos alunos, a caminhada.

A caminhada pode ser trabalhada em qualquer espaço escolar, priorizando sempre a inclusão de todos os alunos. O respeito pelo limite e o espaço do outro começa a ser trabalhado a partir da troca entre professor-aluno, reconhecendo a turma, o espaço e o caminho a ser seguido para a introdução dessa prática, a caminhada orientada será muito bem recebida e valorizada pelos alunos. Muitos alunos reclamam que “o professor só prioriza o futebol”, “o professor só sabe dar a bola e pronto”, entre outros. Reverter essa situação é complicado, pois já existe um estereótipo nas mãos. Entretanto, um bom profissional faz a diferença e o livro vai ampliar o conhecimento e o horizonte desse leitor ou profissional, apresentando as práticas corporais de aventuras que podem ser trabalhadas no ambiente escolar. Vivenciar essas práticas é importante para o desenvolvimento dos alunos, então, bora caminhar?

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

CHAMBEL, A. (2019). Entrevista sobre “**divulgação das águas subterrâneas**”. Entrevista dada às autoras Isabella N. B. Castilho-Barbosa e Ana M. de Carvalho. Málaga, Espanha. Setembro de 2019. (Inédito).

LEITE, R. A. P; HARTMANN, C. **Educação ambiental e as atividades de aventura na natureza como conteúdo da educação física escolar no ensino fundamental**. Livro de memórias do IV Congresso Científico Norte-Nordeste, 2006.

LIMA, J. *Et al.*, **Caminhada como atividade física e seus benefícios**. GT 4 práticas investigativas. 2011. Disponível em: <https://docplayer.com.br/20797258-Caminhada-como-atividade-fisica-e-seus-beneficios.html> Acesso em 01 de dezembro de 2019.

MACHADO, P. R. M.; MULLER, C. Caminhada na natureza: prática alternativa de educação física escolar para fins de educação ambiental. **Revista Monografias Ambientais**, 2011.

MOREIRA, W. W.; SIMÕES, R.; MARTINS, I. C. **Aulas de educação física no ensino médio**. Papirus Editora, 2021.

SOUZA, G. Caminhar... caminhar... você sabe onde chegar?. 2007.

VARGAS, J. E. N.; TAVARES, F. J. P. A Educação Ambiental no contexto da Educação Física Escolar. **EFDeportes.com**. Buenos Aires - Año 10 - N° 69 - 2004.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O PARKOUR COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Lutiély Alves de Assis
Luis Henrique Lima Barbosa
Roniel Rodrigues Mendes de Sousa
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

O *Parkour* é uma atividade que surgiu na França no final do século XX. Seu criador foi o francês David Belle, praticante de algumas modalidades de ginástica desde a infância (SERIKAWA, 2006; PEREIRA e ARMBRUST, 2010). David se inspirou em seu pai Raymond Belle, que atuava como oficial da elite de bombeiros em Paris. Ele executava as missões mais difíceis de salvamento, cargo ocupado devido a sua condição física privilegiada e seu treinamento baseado no método de treinamento de George Hébert conhecido como Método Natural.

Esse estilo partiu da observação dos gestos apresentados por tribos africanas ao lutar, correr e caçar, utilizando o próprio corpo, como seus ancestrais faziam. Foi então que Hébert, contrariando os métodos de ginástica preconizados no seu tempo, formatou esse novo sistema, no qual o indivíduo imita os movimentos utilizados para o deslocamento no meio ambiente, tais como em árvores, pedras e locais mais baixos que exigem o uso de quatro apoios, carregar objetos, agarrar-se em algo, ou rastejar-se (STRAMANDINOLI et al, 2012).

O *Parkour* recebe muitas críticas por ser tido como um esporte de alto risco, mas é preciso frisar que os praticantes experientes geralmente não se machucam, pois calculam todos os riscos antes de realizarem suas manobras. Porém, alguns riscos sempre existem e são minimizados quando o praticante tem consciência de sua limitação física. Um *traceur* que tem ótima condição física, musculatura bem definida e um grau de flexibilidade bom resiste melhor aos impactos com o solo, o que reduz os riscos de lesões. Além disso, a boa condição física também facilita o processo de aquisição de movimentos específicos, o que aumenta a autoconfiança dos iniciantes da prática.

No Brasil, o *Parkour* começou a ser praticado, segundo Serikawa (2006), por volta do ano de 2004, muito provavelmente pela inspiração dos vídeos divulgados pela *internet*. Jovens paulistas e brasilienses começaram a praticar e a estudar as

proposições de David Belle. Stramandinoli et al (2012) salienta que a Associação Brasileira de *Parkour* foi criada no ano de 2005 com objetivo de divulgar o esporte, promover encontros, estabelecer regras de conduta e manter características como esporte livre, sem intuito competitivo e que estimulasse a auto superação.

A ideia do criador do *Parkour* é a do indivíduo percorrer ou traçar um objetivo utilizando os próprios recursos, alcançá-lo da melhor maneira possível, independente dos obstáculos que aparecerem no caminho, sejam elementos urbanos ou não. Durante o deslocamento, o *traceur* (praticantes do *Parkour* do gênero masculino), ou *traceuse* (praticantes do gênero feminino), lança mão de movimentos como: transposições com apoio das mãos com giro ou com as pernas, deslocamentos e saltos variados e aterrissagens, amortecendo com os membros inferiores e também com rolamentos. Alguns desses gestos foram batizados com nomes curiosos, tais como: *tic-tac*, *King Kong*, equilíbrio do gato, salto de precisão, dentre outros (PEREIRA, 2001).

1) Saltos:

- Salto do gato: Quando o objetivo é pendurar e se fixar em algum lugar;
- *Drop Kitty*: Quando, após um salto, o/a *traceur/traceuse* deixa seu corpo cair levemente em direção a um lugar mais baixo;
- Salto com distância: Salto com a intenção de locomover o corpo de um local a outro, atravessando uma fenda. É geralmente seguido de um rolamento no solo;
- Salto de precisão: Salto que requer muito equilíbrio, pois ocorre quando o praticante passa de um local em que está imóvel a outro, para também permanecer estático. Geralmente são feitos de locais pequenos para locais pequenos, por isso o nome “precisão”;
- Passagem de obstáculo reversa: Salto em que as duas mãos são utilizadas como apoio no solo, enquanto o corpo faz uma volta de 360 graus.

2) Desmonte:

- Quando o praticante se solta do seu local para outro;

3) Aterrissagem:

- Queda branda com o intuito de minimizar lesões;

4) Equilíbrios:

- Simples: Manter o corpo sobre locais de pequeno apoio;

- Equilíbrio do Gato: Manter o corpo sobre local de pequeno apoio em quatro apoios, ou seja, imitando um gato;

5) Passagem por baixo da barra:

- Quando o praticante faz a passagem por baixo de locais baixos;

6) Passagem de Muros:

- Impulsão com os pés na parede, para se agarrar no topo e depois fazer o movimento de subida;

7) Subida:

- subir em algum local, sem o auxílio das pernas, apenas a partir das forças dos braços.

Existem diversas narrativas quanto à história do *Parkour* e segundo Lordêllo *et al.* (2012), o *Parkour* enquanto Prática Corporal de Aventura teve sua criação na década de 1980, na França, havendo um entendimento por parte da maioria dos estudiosos de que David Belle e Sébastien Foucan foram os precursores dessa prática, explorando os ambientes urbanos por meio de brincadeiras nas ruas, o que mais tarde ficou conhecido pelo nome de *Parkour*.

Uma versão quanto ao surgimento do *Parkour* é de que David Belle se influenciou por meio de técnicas utilizadas por seu pai na guerra, este então adequou e adaptou tais técnicas e lhes deu o nome de “*Le Parkour*” que significa em português “O Percurso”, e mediante os treinos, com dedicação e disciplina empregadas nesse processo, aos poucos ele foi adquirindo adeptos e ganhando reconhecimento mundial (VIEIRA; PEREIRA E MARCO, 2011).

No tocante ao *Parkour* enquanto esporte radical de aventura entende-se que este ainda é uma modalidade nova incorporada aos esportes realizados em ambiente urbano, que se particulariza por movimentos de saltos, transposições e aterrissagens. O *Parkour* não possui finalidade de concorrência e competitividade (ALVES E CORSINO, 2013).

O *Parkour* é uma Prática Corporal de Aventura (PCA), e segundo Moura e Henriques (2017), este juntamente com as demais PCA's utilizam-se de diferentes maneiras de experimentação corporal em contextos de imprevisibilidade e o sujeito que pratica relaciona-se com um ambiente que lhe proporciona desafios e incertezas. O *Parkour* tem como atributo a superação de obstáculos em um percurso, podendo ser conceituado como

uma manifestação da Cultura Corporal, que tem como objetivo as várias possibilidades de movimentação ou percursos através de técnicas próprias para superação de obstáculos em meio urbano e/ou natureza – natureza humanizada ou não – que a realidade objetiva apresenta (LORDÊLLO, 2011, p.30).

Compreende-se por meio desse conceito que o *Parkour* faz parte da Cultura Corporal, com particularidades construídas e socializadas ao longo do tempo. A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), ao trazer uma unidade temática de PCA, ressalta que esta tem diversas denominações e classificações, mas decidiu por diferenciá-las mediante o ambiente que se precisa para realizá-las: podendo estas serem realizadas na natureza ou em ambientes urbanos. Na BNCC é ressaltado que de início todas as práticas corporais podem ser trabalhadas na escola desde que se atente a alguns critérios de progressão do conhecimento (BRASIL, 2018).

Segundo Lordêllo (2011), o *Parkour* visa os interesses da coletividade se opondo às inclinações do capital, sendo uma prática corporal particularmente cooperativa, se baseando em movimentos eficientes e úteis ao progresso e desenvolvimento de quem o pratica. A prática do *Parkour* vai na contramão da espetacularização e qualquer tentativa de transformar essa prática em negócio é totalmente rejeitada por seus praticantes. Para enfatizarmos isso, dialogamos com Silva, que enfatiza que

O parkour não é esporte. Não há um ponto de chegada, não é possível apontar melhores ou piores traceurs, e a competição é rejeitada com veemência. Também não existem locais fixos para treinos, pois a atividade acontece onde quer que o praticante exercite sua aptidão em superar os obstáculos que surgirem no trajeto escolhido (SILVA et al., 2011 p.133).

O *Parkour* tem o seu surgimento com forte influência da ginástica natural de George Hebert e alguns autores como Lordêllo et al. (2012) fazem aproximações dos fundamentos do *Parkour* com fundamentos da ginástica, ressaltando a importância do acesso a esses conhecimentos da Cultura Corporal no processo de formação do sujeito.

O USO DO PARKOUR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

O *Parkour* também é praticado como atividade física, os seus praticantes podendo se exercitar se divertindo. No entanto, antes de iniciar deve-se receber as devidas orientações de quem pratica essa modalidade a mais tempo. O *Parkour*, ao ser levado para o ambiente escolar, possibilita aos alunos desenvolverem habilidades motoras em uma constante evolução, no qual o praticante acionará todos os grupos musculares da melhor forma possível ao estilo de cada um, pois essa modalidade possibilita uma maior liberdade aos movimentos dos alunos, e além de contribuir com o desenvolvimento motor, contribui também com o desenvolvimento cognitivo e social dos mesmos (VIEIRA; PEREIRA E MARCO, 2011).

É de suma importância abordar a presença do *Parkour* no ambiente da Educação Física Escolar, assim como a das demais PCA's, pois o mesmo possibilita ao aluno seu desenvolvimento de maneira integral e interpreta movimentos de atividades competitivas, com o benefício de não servir a esse viés. Nesta modalidade não há perdedor ou vencedor, e sim o trabalho da auto superação, cooperação e da emoção por parte de quem o pratica, objetivando uma melhor eficiência dos movimentos corporais (ALVES E CORSINO, 2013).

Ao tratar da Educação Física Escolar, Vieira, Pereira e Marco (2011) relatam que para essa modalidade de início o professor não deve se inquietar quanto aos materiais necessários, visto que com criatividade estes podem ser adaptados, com a possibilidade de se utilizar cadeiras, muretas, bancos, mochilas etc. O *Parkour*, além de ser uma modalidade com inúmeras combinações de movimentos, não terá seu ensino na escola ser sobre um movimentar-se sem sentido ou significado, o aluno poderá levar esses movimentos para a vida. O professor enquanto mediador deve compreender qual o momento ideal para utilizar esse conteúdo em suas aulas, mostrando aos seus alunos que o *Parkour* além de ser um método seguro, pode e deve ser tranquilamente introduzido como forma de vivência nas aulas de Educação Física Escolar.

A Educação Física Escolar pretende inserir o aluno na Cultura corporal de movimento e, segundo Carvalho e Viana (2016), a prática do *Parkour* tem dedicação e cuidado com o corpo. Portanto, essa modalidade trabalha no intuito de propiciar uma estrutura corporal que vai à procura de suas condições naturais e no que se refere à

educação física, o *Parkour* vem a ser um novo atributo para essa disciplina que trabalha com a corporalidade dos alunos. Vieira, Pereira e Marco destacam que

Para introduzir o PK na escola, nas atividades de Educação Física é muito simples, qualquer espaço pode tranquilamente se transformar em um circuito para acontecer uma aula, nada precisa ser criado, modificado nem construído o espaço esta ai, já existe e pode ser facilmente utilizado para as crianças praticarem sendo ele, rural ou urbano (VIEIRA; PEREIRA E MARCO, 2011 p.9)

O *Parkour* não carece de materiais para o início do trabalho na escola, pois o ambiente escolar propicia diversos materiais que podem ser utilizados pelo professor em suas aulas como: colchonetes, carteiras, bancos, mochilas, muretas, arquibancadas da quadra quando a escola possuir, tatames, arcos, cones, barbante, cordas, linhas riscadas com giz, mesas. O professor pode trabalhar com circuitos que objetivem uma progressão dos movimentos do aluno, indo do mais fácil para o mais difícil, alcançando níveis mais complexos e elaborando situações problemas para os alunos resolverem por meio do movimento.

O *parkour* é uma atividade física que trabalha o corpo de forma global, auxiliando o desenvolvimento da mente e corpo através de seus percursos criativos e dinâmicos, e traz um maior bem-estar para seu praticante, além de proporcionar qualidade de vida. Através do *Parkour* é possível trabalhar com questões éticas e morais dos praticantes. A partir dos valores que a prática carrega, conseguimos passar para os alunos conceitos como altruísmo, onde em um exercício o aluno deverá ajudar seu colega a realizar tal tarefa ou até mesmo o companheirismo durante um exercício físico, onde o praticante fica motivando seu companheiro a continuar até o fim.

No *Parkour* não existem competições, constituindo-se assim como uma prática agregadora. Qualquer um pode fazer e seguir sua própria evolução sem necessidade alguma de estar sendo deixado para trás, cada um busca seus objetivos e pontos fracos para melhorar, desde a parte física e psicológica. A prática do *Parkour* e das demais PCA's se constituem como importantes no ambiente da Educação Física Escolar, pois possibilitam ao aluno seu desenvolvimento de maneira integral.

É importante o professor de Educação Física no âmbito escolar evidenciar os elementos, características e princípios do *parkour*, destacando que o seu objetivo é

promover o desenvolvimento e formação do indivíduo nas diversas dimensões humanas (social, cultural, física, motora, afetiva, etc.). Como ressaltam Pereira, Honorato e Auricchio (2020, p. 149), o *parkour* objetiva “o bem-estar e a qualidade de vida dos seus praticantes, que treinam suas habilidades motivados pela superação pessoal e sempre incentivados pelos colegas do grupo ao qual pertencem.”

O *Parkour* pode ser um tema de fundamental importância para a Educação Física Escolar, pois além de colocar em prática as habilidades em situações reais, pode simular situações de perigo e desenvolver habilidades tanto na esfera da motricidade quanto na cognitiva. Dessa forma, ao assumir riscos, mesmo que de modo controlado, o aluno deverá resolver situações problemas que dentre outras coisas, exercitará seu tempo de reação, senso de iniciativa e rapidez de adaptação, características essas que estimulam uma postura crítica e de tomada de decisões. Sendo assim, o educador auxiliará o seu educando na aquisição de competências para o enfrentamento de situações da vida real.

A Educação Física precisa ampliar seu olhar, capacitando o aluno no seu desenvolvimento. Sabe-se que o caminho não é simples, porque sair da zona de conforto que muitos profissionais se encontram não é algo fácil, mas a Educação Física deve ter essa responsabilidade. Os profissionais da área preocupados com o aprendizado nos aspectos não só motor, mas também, social e afetivo, devem proporcionar a inclusão dessa atividade contemporânea no universo escolar, auxiliando na desconstrução do monopólio de esportivização competitiva que ainda toma conta da maioria dos currículos escolares.

A inclusão do *Parkour* nas aulas de Educação Física pode ser percebida como uma conquista que será de fundamental importância na inovação pedagógica. Pereira e Armbrust (2010) argumentam que o *Parkour* utiliza gestos motores já conhecidos, mas recria de forma desafiadora, criativa e inovadora esses movimentos. Vale ressaltar a importância da contemporaneidade, reorganizando e modificando o velho numa verdadeira reconstrução do novo.

E finalmente, mas sem esgotar os argumentos que defendem a importância da inclusão do *Parkour* na rotina curricular da escola, Uvinha (2001) acrescenta que o *Parkour* foge das atividades físicas padrão, podendo ser ministrado em todas as categorias, desde a educação infantil até o ensino médio, desde que se adapte e se respeite as características físicas e cognitivas de cada faixa etária. A seguir, algumas

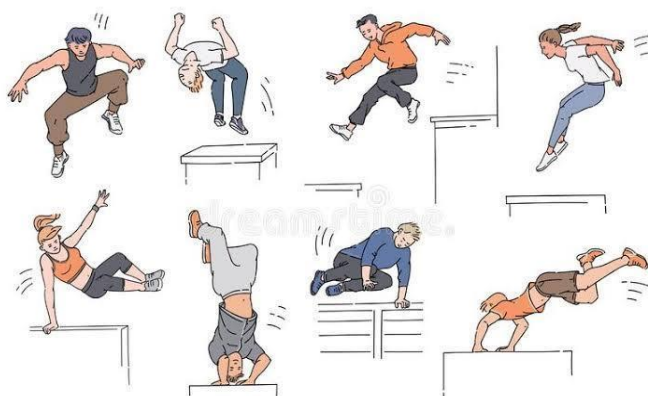
imagens demonstrando os movimentos vivenciados no *Parkour*.



Disponível em: <https://pt.dreamstime.com/cartunista-fazendo-salto-de-parkour-isolado-em-fundo-branco-p%C3%A1tio-atleta-desenhado-%C3%A0-m%C3%A3o-pulando-sobre-o-obst%C3%A1culo-executador-image159603974>



Disponível em: <https://pt.dreamstime.com/parkour-esportista-pulando-de-uma-ilustra%C3%A7%C3%A3o-isolada-do-vetor-desenho-animado-telhado-atleta-ou-desportista-saltando-edif%C3%ADcios-image159603970>



Disponível em: <https://pt.dreamstime.com/parkour-extreme-esportistas-atletas-desenho-animado-ilustra%C3%A7%C3%B5es-isoladas-desportivos-extremos-de-jovens-em-poses-din%C3%A2micas-image165950060>

Sugerimos formas de sistematizar o *Parkour* nas aulas do professor de Educação Física Escolar por meio de um quadro.

Temas	Objetivos
Conhecer o <i>Parkour</i>	Conhecer a história do <i>Parkour</i> e vivenciar os movimentos básicos.
Equilíbrio	Vivenciar atividades de equilíbrio estático e dinâmico, relacionados ao <i>Parkour</i> .
Aterrissagens	Conhecer e executar formas de executar a aterrissagem.
Rolamentos e paradas de mãos	Realizar rolamentos e parada de mãos relacionando estes movimentos com a prática do <i>Parkour</i> .
Saltos acrobáticos simples	Conhecer e vivenciar uma diversidade de saltos de <i>Parkour</i> .
Técnicas de transposição de saltos	Experimentar as técnicas básicas (<i>Two Hand</i> , <i>One Hand</i> e <i>Monkey</i>) de saltos existentes na modalidade.
Percursos	Realizar percurso utilizando os fundamentos e técnicas básicas do <i>Parkour</i> .

Fonte: autores.

CONSIDERAÇÕES

Os esportes de aventura podem oferecer novos e significativos desafios tanto para os alunos quanto para os professores. Portanto, entende-se que o *Parkour* pode ser compreendido como um esporte capaz de contemplar os princípios norteadores da Cultura Corporal de Movimento, apresentando-se como um tema de extrema relevância para o cotidiano da Educação Física escolar. Para os alunos que nunca praticaram ou vivenciaram essa prática de aventura é importante destacar alguns cuidados: sempre começar por lugares baixos e que não possuem riscos para os alunos, como meio fio, muretas, bancos e degraus.

A iniciação pode ser feita com o auxílio de alguns materiais (como cordas e arcos) para simular a distância dos saltos para o aluno. E se possível, sempre realizar com o auxílio de algum responsável para tornar a atividade mais segura. O *parkour* feito com os alunos na escola pode acontecer ao ultrapassar um obstáculo específico

(como mesa, banco e etc.) ou então um percurso pré-determinado pelo professor com vários obstáculos.

O *parkour* estimula as habilidades motoras dos alunos, fazendo com que eles superem seus limites. Também auxilia no desenvolvimento cognitivo, onde eles terão que bolar estratégias para os diversos obstáculos que virão pela frente. É uma prática acessível, pois não exige nenhum equipamento específico e pode ser adaptado a qualquer espaço, facilitando assim a sua prática na escola.

Enquanto conteúdo da Educação Física Escolar, e por esta trabalhar o desenvolvimento do aluno em sua integralidade, o *Parkour* deve ser pesquisado pelos professores, pois por mais que seja fácil de ser trabalhada na escola mediante a facilidade de adaptação de ambientes e materiais, percebeu-se também por meio desta pesquisa que os professores ainda têm resistência em trabalhar com as PCA's no ambiente escolar. Contudo, cabe a todos nós professores conhecer mais as modalidades, sistematizá-las e trazê-las para dentro da escola, ampliando os conteúdos das aulas.

O professor enquanto mediador no ensino dessa prática corporal deve se atentar para a criatividade, levando novas experiências para seus alunos, pois as tradicionais falas “eu não trabalho com tal modalidade por que a escola não tem materiais” não se aplicam ao *Parkour*, visto que esse necessita de poucos ou nenhum material. Cabe ao docente buscar novas possibilidades e novas maneiras de inserir diversidade de práticas corporais nas suas aulas de Educação Física. As Práticas Corporais de Aventura oferecem novos e significativos desafios para os alunos, o que os instiga a superar seus limites.

Os alunos carecem de experimentar práticas novas, experimentar o diferente nas aulas de Educação Física. O *Parkour*, segundo Carvalho e Viana (2016), apresenta-se como uma modalidade que além de possibilitar que a criança interaja com o ambiente, auxilia no controle e na coordenação motora da mesma, além de proporcionar o conhecimento do próprio corpo por meio da realização e exploração de diferentes movimentos.

Assim entende-se que a criança no ambiente escolar e nas aulas de Educação Física deve explorar o ambiente através de diferentes estímulos. Mesmo os movimentos básicos do *Parkour* oportunizam múltiplas variações, além de proporcionar prazer, novos desafios, a criatividade e que a criança tenha o seu

desenvolvimento integral respeitado. Essa atividade de aventura no ambiente escolar ainda é consideravelmente nova, fica evidenciada a necessidade de mais pesquisas relacionadas a tal prática.

REFERÊNCIAS

ALVES, C. da S. R.; CORSINO, L. N. O Parkour como possibilidade para a Educação Física Escolar. **Motrivivência**, 2013, 41: 247-257.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**: Educação Infantil e Ensino Fundamental. Brasília: MEC/Secretaria de Educação Básica, 2017.

CARVALHO, W. B. G. R.; VIANA, J. B. dos R. PRÁTICA DO PARKOUR NO ÂMBITO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR. **ACTA Brasileira do Movimento Humano**, 2016, 6.2: 20-33.

LORDÊLLO, A. F., et al. **OFICINA SOBRE PARKOUR: UMA EXPERIÊNCIA NA DISCIPLINA GINÁSTICA ESCOLAR**. In: *IV CONECE*. 2012.

_____, A. F. **A Abordagem Histórico-crítica do parkour, seu processo de expansão e Realidade na cidade de Salvador/BA**. Monografia (Especialização em Metodologia do Ensino e da Pesquisa em Educação física Esporte e Lazer)-Faculdade de Educação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2011.

MOURA, D. L.; HENRIQUES, I. A. D. **SALTANDO NA ESCOLA: UMA PROPOSTA DE UNIDADE DIDÁTICA DE PARKOUR NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**. *Cadernos de Formação RBCE*, 2018, 8.2.

PEREIRA, D. W.; ARMBRUST, I. **Pedagogia da Aventura**: Os esportes radicais, de aventura e de ação na escola. São Paulo: Fontoura, 2010.

_____, D. W. **A escalada chega na escola**. Coleção Pesquisa em Educação Física, v. 2, 2007.

_____, D. W.; HONORATO, T.; AURICCHIO, J. R. Parkour: Do Princípio Filosófico ao Fim Competitivo. **LICERE** - Revista Do Programa De Pós-graduação Interdisciplinar Em Estudos Do Lazer, 23(1), 2020.

SERIKAWA, C. **A força de membros inferiores em estudantes do ensino médio praticantes de Le Parkour**. FEFISA. Santo André: Trabalho de conclusão de curso, 2006.

SILVA T. M. B. da; COSTA, A. M. da; CARVALHO, J. L. F. Resistência ao consumo em circuito urbano de parkour. **Revista de Comunicação, mídia e consumo**. São Paulo, ano 8 vol.8 n.22, 2011. Disponível em: <http://revistacmc.espm.br/index.php/revistacmc/article/view/223/220> Acesso em 13 de dezembro de 2019.

STRAMANDINOLI, A. L. M.; REMONTE, J. G.; MARCHETTI, P. H. Parkour: história e conceitos da modalidade. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 11, n. 2, 2012.

UVINHA, Ricardo Ricci. **Juventude, lazer e esportes radicais**. Editora Manole Ltda, 2001.

VIEIRA, M.; PEREIRA, D. W.; MARCO, M. **Primeiros obstáculos no Parkour escolar**. In: *Congresso paulistano de Educação física escolar. São Paulo. CONPEFE*. 2011.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O ARVORISMO NA ESCOLA

Dannytchely Alves Lemes
Van Damme Muniz Teles Moura
Jairon Alves de Carvalho
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

O Arvorismo surgiu na Costa Rica na década de 80 através de cientistas que pesquisavam a flora e fauna em cima das árvores, e dessa forma para que eles não precisassem subir e descer várias vezes, foi desenvolvida uma maneira de passar da copa de uma árvore para a outra árvore, por meio de cabos de segurança e cadeirinhas. Já na década de 90, a prática do arvorismo passou a ser usada para evitar devastações de florestas na Europa. Em 1995, na região de Hautes Alpes, na França, foi inaugurado o primeiro parque oficial de arvorismo. No mesmo ano a atividade passa a ser reconhecida como um esporte de aventura e começa a se popularizar pelo país. Com a sua popularidade, nos dias atuais na Europa existem mais de 500 parques oficiais de práticas ao arvorismo⁷.

No Brasil a prática do Arvorismo chegou por volta de 2001, quando um grupo de expedições implantou um circuito de Arvorismo na cidade de Brotas em São Paulo, circuito esse que foi montado em cima de árvores de eucalipto. Vale ressaltar que no início o arvorismo não era visto como esporte de aventura, e sim como uma necessidade de locomoção. Em 1995 conquistou o título de esporte de aventura.

No ano de 1930, alguns alpinistas nas montanhas Italianas Dolomitas, estendiam cordas entre os picos das montanhas para atravessar os vales sem ter que descer e escalar novamente. Mais tarde essas cordas seriam substituídas por cabos de aço. Algumas décadas mais tarde, estas práticas se desenvolveram e se multiplicaram, até que alguns franceses que trabalhavam em estações de esqui durante o inverno aproveitaram a chegada do verão, onde não havia neve, para criar desafios entre as árvores das montanhas, criando assim o primeiro circuito de arvorismo não oficial que se tem registro.

O arvorismo é uma prática de aventura, e consiste em atravessar obstáculos que são montados no alto de árvores. Tal esporte é praticado dentro das escolas, nas

⁷ Informações retiradas do site: <http://www.florestaventura.com/a-historia-do-arvorismo/>.

áreas de turismo e é usado também como método de estudar a fauna e a flora. Na atualidade existem 3 modalidades, sendo um deles o arvorismo técnico, que é o de origem, pois essa modalidade lembra o seu surgimento, usado por cientistas para passar de uma árvore para a outra. Essa modalidade de arvorismo é usada por cientistas para pesquisas em copas de árvores, e na maioria das vezes para coletar espécies de animais. Esses pesquisadores geralmente têm seus próprios equipamentos para a prática.

O arvorismo contemplativo, que é uma modalidade mais segura, surgiu do arvorismo técnico depois que foram construídas proteções e passarelas firmes bem estruturadas nas copas das árvores. Essas estruturas diminuem a dificuldade do praticante, não sendo necessário nem mesmo equipamentos de segurança, assim ela se diferencia bastante das outras modalidades, sendo exclusivamente para a contemplação da natureza.

E por último têm o arvorismo acrobático, que é mais voltado para a diversão dos praticantes. Como o arvorismo técnico é o de origem, essa prática foi criada a partir dele, após os percursos serem melhorados e o nível de dificuldade ser elevado. A partir disso surgiu o arvorismo acrobático, modalidade centrada no desafio, tornando o percurso mais complexo, constituindo um ambiente em que os praticantes necessitam de coragem, equilíbrio e uma boa coordenação motora para essa prática.

O USO DO ARVORISMO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

As aulas de Educação Física (EF) são de extrema importância para a construção da autonomia dos alunos, por isso é necessário um olhar especial para as práticas envolvidas nessa área de conhecimento. Carneiro (2012) destaca que as aulas de EF devem proporcionar atividades envoltas aos Esportes Radicais (ER) com objetivos ligados ao desenvolvimento humano, estando estas relacionadas a autonomia plena do aluno praticante. O arvorismo pode ser introduzido nas escolas pois se constitui como uma Prática Corporal de Aventura (PCA) relacionada à natureza e envolve diferentes aspectos, de múltiplas dimensões sociais.

Segundo Tahara e Darido (2018, p. 115), os conteúdos da cultura corporal “cumprem a tarefa de transmitir uma tradição de práticas corporais construída historicamente na área de conhecimento da Educação Física, permitindo também que

os educandos se apropriem e se enriqueçam com eles”. Trabalhando o arvorismo na escola o professor estará oportunizando aos alunos novas vivências, e os desafiando a superarem seus limites e medos, pois no arvorismo o percurso vai aumentando a dificuldade, e dependendo da altura que a plataforma for colocada na escola pode gerar certo medo no aluno ao atravessar. Por trabalhar com a natureza o aluno se tornará mais consciente quanto à problemática do meio ambiente. De acordo com Tahara e Darido (2018):

As práticas que remetem à aventura podem promover aos alunos a possibilidade de experimentação do risco controlado, a novidade e ineditismo, a sensação de vertigem, o desafio de superar-se em práticas não tão habituais em aulas escolares, entre outros aspectos (TAHARA; DARIDO, 2018, p. 979).

O arvorismo se caracteriza enquanto PCA na natureza. Por isso, o professor nas aulas de Educação Física, quando estiver trabalhando com arvorismo, pode buscar um ensino centrado na transdisciplinaridade, encontrando conexões de conhecimento com outras áreas. O docente deve se sentir estimulado a se atualizar sobre as novas tendências educacionais, tais como o arvorismo, buscando capacitação ou especialização para oportunizar novas vivências aos alunos.

As estratégias de ensino do arvorismo na escola começam pela dimensão conceitual, explorando a história do arvorismo com os alunos. Como surgiu, onde e de que forma é praticado, o que o torna ainda mais interessante e mais abrangente, pois pode-se trabalhar tanto com a parte teórica quanto com a parte prática.

Daí parte para a dimensão procedimental, que é ensinar para os alunos a forma de fazer a prática do arvorismo. O docente destaca para os alunos as técnicas de deslocamento na corda de equilíbrio, bem como técnicas de segurança e adaptações do arvorismo para a escola e para a idade das crianças, podendo mostrar para os alunos diversos vídeos e fotografias disponíveis na internet.

Na dimensão atitudinal, que são os valores e formação, é possível destacar a ética contida na prática do arvorismo, o respeito às normas de segurança, as relações com os colegas, à coragem e superação necessárias para as vivências propostas. Ainda na dimensão Procedimental o professor montará com os alunos a plataforma de arvorismo sempre respeitando o espaço que a escola tem e a idade dos alunos.

A atividade “falsa baiana” na escola pode servir para vivenciar a prática do arvorismo na escola. O professor irá amarrar uma corda em pontos fixos, dependendo do espaço que a escola tem, pode ser duas árvores paralelas numa distância considerável para a prática, com cerca de dois metros de distância, mas essa distância também varia de acordo com a idade dos alunos que vão praticar a atividade. O professor colocará uma corda com cerca de 1 metro e 80 do chão, e outra de 20 a 30 centímetros do chão, para que o aluno possa se sustentar.

Depois de montado o trajeto os alunos se deslocarão de um lado para o outro utilizando as mãos e os membros superiores e inferiores para se apoiar na corda para a travessia, um de cada vez. A criança deve ter muita concentração, pois as cordas vão balançar enquanto eles estiverem passando. O professor deve acompanhar de perto o percurso de cada aluno visando a segurança, se preferir pode colocar colchonetes no chão para evitar possíveis quedas. Com essa atividade o professor estará trabalhando o arvorismo na escola e fundamentando os pontos mais importantes. Utilizando essas três dimensões conceituais para o ensino do arvorismo, o professor estará relacionando a teoria com a prática, fazendo com que os alunos entendam a importância das PCA's, vivenciando situações com risco controlado e explorando momentos desafiadores.

O arvorismo se constitui como prática importante para a qualidade de vida dos alunos e também para o lazer, sendo uma atividade prazerosa e desafiante que previne o sedentarismo que atinge grande parte dos adolescentes e jovens na atualidade. Pessoas de todas as idades podem praticar. O essencial para a prática é que a pessoa seja corajosa o suficiente e esteja disposta a superar suas limitações e queira um contato maior com a natureza, já que é isso que o arvorismo proporciona.

Os professores precisam conhecer, explorar e disseminar o arvorismo enquanto uma prática prazerosa e divertida, que desenvolve habilidades psicomotoras, ajudando-os na superação de medos, como o de altura ou de se machucar por se tratar de uma prática de aventura. Porém, para proporcionar todos esses momentos e sensações é necessário que o professor tenha uma formação adequada. Segundo Franco (2010), além do aspecto da formação adequada desde a graduação, caberá ao professor atualizar-se de forma contínua para exercer sua função específica de atuar com aventura em sua escola.

Para que essa prática de aventura seja aplicada nas escolas é essencial que seja feita em segurança, com os equipamentos necessários para manter todos os praticantes bem e livre de quedas bruscas ou graves lesões. Caso a escola não tenha esses equipamentos de segurança e ainda assim queira realizar o arvorismo na escola, podem ser feitas adaptações, como por exemplo o professor pode construir juntamente com seus alunos os Equipamento de Proteção Individual (EPI'S) que garantam segurança dos mesmos. Nas palavras de Severino, Pereira e Santos (2016), as dificuldades que o professor enfrenta na escola, em termos de equipamentos e materiais, podem ser ultrapassadas com criatividade, desde que a segurança dos alunos não seja desprezada.

E para dinamizar a atividade o docente pode criar vários obstáculos, para aumentar o nível de dificuldade durante a realização do percurso, possibilitando ainda mais diversão a seus discentes. Além disso, poderá criar de forma coletiva uma rede de contenção e levar mais cordas para o momento da brincadeira, assim tornará mais seguro o momento em que seus respectivos alunos estiverem no percurso.

A prática do arvorismo pode se tornar indispensável quando levamos em consideração o misto de sensações que ele pode proporcionar aos alunos. No momento em que se está no percurso do arvorismo, o aluno sente alegria, autoconfiança, prazer, e superação, o que conseqüentemente ajudará ele a ser sujeito do seu processo de ensino aprendizagem.

Com relação ao espaço e os materiais, a maioria das escolas tem uma árvore ou colunas de cimento em seus pátios, um espaço para que se possa praticar o arvorismo. Cordas ou cabos de aço podem ser opções para praticar a atividade da falsa baiana, com colchonetes no chão, para segurança dos alunos em possíveis quedas. O arvorismo é uma prática corporal de aventura que se encaixa bem no ambiente escolar, porém segundo a Base Nacional Comum Curricular (2015), o professor deve “Identificar, explorar e avaliar os locais disponíveis na comunidade para a realização de diferentes práticas corporais de aventura”.

O professor tem o papel de possibilitar aos alunos utilizar o que está à disposição de forma gratuita, podendo eles tomar as decisões sobre onde praticar o arvorismo, qual o melhor espaço, criando eles mesmos as regras e levando os discentes a situações que os despertem a curiosidade e a criticidade acerca da prática corporal de aventura do arvorismo.

A descrição dessa prática de aventura consiste em um ponto ligado a duas árvores, então o objetivo do praticante é chegar ao outro lado da ponte após ultrapassar todos os obstáculos presentes ao longo do caminho. Vale ressaltar a importância dessas práticas nas escolas, segundo a Base Nacional Comum Curricular – BNCC, que diz que o profissional de Educação Física deve: “Realizar práticas corporais de aventura na natureza respeitando o patrimônio natural minimizando o impacto da degradação ambiental” (BRASIL, 2015, p. 110).

Sabemos que apenas a graduação não nos oferece conhecimento necessário para lecionarmos em sala de aula, então para trabalharmos práticas de aventura como o arvorismo, precisamos estudar e lermos muitos referenciais teóricos que tratam a respeito do assunto e que estejam baseando-se em conhecimentos científicos, pois sabemos que o professor não pode agir em sala de aula levando em consideração o senso comum. Para Severino, Pereira e Santos,

A formação em aventura, ainda incipiente nos cursos de Educação Física, sugere que os professores devem buscar conhecimentos além daqueles obtidos na graduação e que cabe à Universidade abrir mais espaço para disciplinas que abordem o tema, não deixando o futuro professor fora desta discussão (SEVERINO, PEREIRA E SANTOS, 2016 p. 122)

As universidades que formam o profissional de Educação Física devem estar em constante evolução para que dessa forma atualizem sempre os conteúdos com o passar dos anos.

os cursos de formação precisam atualizar seus conteúdos, para oferecer conhecimentos compatíveis com as necessidades dos futuros professores. Eles também devem oferecer cursos de extensão ou pós-graduação para aqueles que se graduaram e não obtiveram informações a respeito do tema. (SEVERINO, PEREIRA E SANTOS, 2016 p. 117).

Todo conhecimento que o professor adquire é válido e de extrema importância, porque quanto mais ele se apropria do conhecimento, mais ele poderá tornar suas aulas atrativas e dinamizadas, então é necessário que o acadêmico de Educação Física entenda que antes de assumir a responsabilidade de lecionar em uma sala de aula, deve estar aberto a estudar e pesquisar sobre algo que qualifique seu trabalho. Esse é um exercício pensado para além da graduação, isso lhe possibilitará um

conjunto de novas maneiras de ensinar, que contribuirá de forma significativa com o processo de ensino e aprendizagem da criança e em sua autonomia na vida adulta.

Em virtude da gama de opções de conteúdos da área da Educação Física que poderiam ser ministrados no desenvolvimento das aulas na escola, tem-se a clareza de que os alunos deveriam ter o direito em conhecer a cultura corporal de movimento e suas múltiplas possibilidades de abordagem, aumentando desta forma seus entendimentos, novas experiências de leitura de mundo e outras formas de experimentação de práticas para uma futura adesão em sua vida adulta e em momentos de lazer (TAHARA; DARIDO, 2018, p. 120).

Ao estudarmos a respeito podemos perceber que o professor pode e deve sair das atividades tradicionais e aventurar-se em trabalhar outras possibilidades de movimento.

CONSIDERAÇÕES

O arvorismo pode ser trabalhado nas escolas, nas aulas de Educação Física, enquanto uma das práticas corporais de aventura, se constituindo como uma experiência prazerosa e divertida para os alunos. Ainda possibilita o desenvolvimento de habilidades psicomotoras, ajuda na busca por superação de limites e pode ajudar no ganho de autoestima, quando os estudantes desenvolvem a atividade de aventura com destreza. O espaço pode ser adaptado para a estrutura da escola, em árvores ou colunas de cimento. Os materiais geralmente já fazem parte do escopo da escola, podendo ser cordas ou cabos de aço, e colchonetes para prevenir possíveis quedas e decorrentes lesões. A partir dessas colocações, entendemos que o arvorismo é uma prática corporal de aventura que se encaixa bem no ambiente escolar.

Os professores de Educação Física da escola, necessitam ser qualificados para trabalhar o arvorismo, tendo formação na área, transmitindo para os alunos a teoria e a prática da melhor forma possível e proporcionando uma aula com muita segurança para os alunos e equipamentos necessários. O professor tem o papel de possibilitar que os alunos utilizem o que está a disposição de forma gratuita, podendo tomar as decisões sobre onde praticar o arvorismo, qual o melhor espaço, desenvolvendo a criação de regras, proporcionando o desejo dos estudantes para o conhecimento, despertando a curiosidade acerca das práticas corporais de aventura, oportunizando

que os alunos aprendam sobre a história e de quais maneiras vem sendo desenvolvida na contemporaneidade.

Em suma, é necessário que manifestações da cultura corporal do movimento como o arvorismo passem a ser mais conhecidas nas escolas (COLETIVO DE AUTORES, 1992), fazendo com que os professores de Educação Física dessas unidades escolares preconizem coisas diferentes dos já conhecidos jogos tradicionais que geralmente são os mais trabalhados dentro das aulas, como por exemplo: Futebol, Basquetebol, Voleibol, Handebol. A BNCC (Base Nacional Comum Curricular) indica diversas possibilidades para serem desenvolvidos no âmbito da Educação Física, sendo o arvorismo uma alternativa, já que não tem uma forma padrão para ser realizado, podendo ser adaptado mediante a necessidade da escola, considerando que tanto o percurso como os equipamentos de segurança podem ser feitos por alunos e pelo professor. Isso promoverá interação e o docente instigará a curiosidade dos estudantes, e dessa maneira provavelmente crescerá o interesse e a participação dos mesmos.

Tudo o que foi citado acima possivelmente instiga os discentes a questionamentos como: Será que essa brincadeira pode ser feita no solo ou será feita no alto das árvores? Por que é necessário equipamento de segurança? Por que no meio do percurso há obstáculos? Perguntas que serão respondidas a partir das imbricações entre a prática e a teoria. Consideramos válido trazer para as escolas a prática do arvorismo, pois além de construir conhecimento, trará aos alunos autoconfiança e contato com a natureza.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

CARNEIRO, N. P. **Educação e educação escolar**. Publicado 2012. Disponível: <http://meuartigo.brasilecola.com/filosofia/educacao-educacao-escolar.htm>. Acesso Abril 2013

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

FRANCO, L. P. **A adaptação das atividades de aventura na estrutura da escola**. In: PEREIRA, D. W. et al. (Org.) **Entre o urbano e a natureza: a inclusão na aventura**. São Paulo: Lexia, 2010. p. 89-102

SEVERINO, A. J.; PEREIRA, D. W.; SANTOS, V. S. F. dos. Aventura e Educação na Base Nacional Comum. **EccoS - Revista Científica**, n.41, 2016.

TAHARA, A. K.; DARIDO, S. C. **Diagnóstico sobre a abordagem das práticas corporais de aventura:** em aulas de educação física escolar em ilhéus/BA. Porto Alegre, RS: 2018.

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O RAPEL COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES.

Sílvia Gomes Murici
Caio Vinícius de Freitas Alcântara
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

O rapel é uma atividade de aventura, no plano vertical, realizada com o uso de cordas e de equipamentos adequados de segurança para a descida em paredões, vãos livres e edificações. Tais medidas são adotadas visando a segurança do executante, que é responsável pelo controle da própria descida⁸. Alguns *sites* apresentam o rapel como uma prática vinda do Alpinismo. Jean Charlet-Stranton é indicado como um de seus criadores. Por volta de 1879, na França, nomeou a atividade de rapel que tem significado equivalente a “chamar”, já que puxava, “chamava” seus companheiros pela corda para sua proximidade. No sítio eletrônico da confederação do esporte⁹ é exposto que os primeiros relatos das técnicas foram com os espeleólogos¹⁰, que faziam uso da técnica para acessar locais em cavernas que sem a atividade não seria possível a exploração e apenas posteriormente que os alpinistas o difundiram. Além disso, evidencia que a palavra “rapel” se origina do francês e significa trazer, reaver, ou seja, a ação de trazer de volta alguém ou alguma coisa.

Ainda a partir de informações retiradas do sítio da Confederação Brasileira de Rapel, o esporte se constitui a partir de um conjunto de técnicas, desenvolvidas com equipamentos de segurança adequados, utilizando uma corda para fazer a descensão, transpondo obstáculos verticais, independente do grau inclinação, tais como: cascatas, paredes, declives, vãos aéreos, entre outros.

O Rapel é dividido em quatro modalidades: Complementar, Tático, de Resgate e Esportivo. O Rapel Esportivo possui ainda duas sub modalidades de competição, sendo o Rapel *Stopwatch* e o Rapel *Primp*. Pode ainda ser categorizado por positivo, onde há contato dos pés com uma base de apoio, como uma parede, ou negativo,

⁸ Informações retiradas do site: http://www.ecobrasil.eco.br/site_content/25-categoria-atividades/879-raipel.

⁹ <https://rapel.org.br/>.

¹⁰ “É aquele que explora, documenta, estuda e interessa-se pela conservação e preservação das cavernas” Fonte: [https://institutominere.com.br/blog/o-mercado-de-trabalho-para-o-profissional-espeleologo#:~:text=Espeleologia%20\(do%20grego%20Spelaion%20%3D%20Cavernas,conserva%C3%A7%C3%A3o%20e%20preserva%C3%A7%C3%A3o%20das%20cavernas](https://institutominere.com.br/blog/o-mercado-de-trabalho-para-o-profissional-espeleologo#:~:text=Espeleologia%20(do%20grego%20Spelaion%20%3D%20Cavernas,conserva%C3%A7%C3%A3o%20e%20preserva%C3%A7%C3%A3o%20das%20cavernas).

quando é livre de qualquer contato. É permitido que os praticantes realizem manobras como saltos, giros e descidas de ponta cabeça. Geralmente, é praticado em grupo, onde cada integrante deve se preocupar com o companheiro, questionando qualquer situação que possa gerar um incidente e até um acidente. Esta modalidade também é muito usada para salvamento e resgate, constituindo os bombeiros como principais usuários. Os demais praticantes podem ser classificados enquanto esportistas casuais, profissionais com atividade remunerada e ainda, como atletas de competição (MOROZINI, 2014).

O rapel esportivo deixou de ser atividade e tornou-se esporte em meados do século XXI, que logo em seguida exigiu controle e regulação, surgindo assim as confederações. No Brasil temos a Confederação Brasileira de Rapel (CBR), que regula suas atividades e usuários. Em nosso país o esporte chegou complementando outros esportes de montanhas por volta da década de 90 (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RAPEL, S.D.).

Segundo descrito na página da já citada confederação, as modalidades de competição do Rapel Esportivo são divididas em:

O rapel Stopwatch – É uma modalidade de competição, criada por Brasileiros que basicamente cronometra a ancoragem e descensão do Rapel com objetivo de alcançar o menor tempo possível, que para aceitabilidade da manobra é necessária que seja toda realizada com segurança. O tempo total da manobra é dividido em duas partes: Tempo da ancoragem e o tempo de descensão do Rapel, essa divisão se faz para melhor avaliação da manobra. O esporte Rapel Stopwatch possui duas categorias de competição Rapel Stopwatch Free e o Rapel Stopwatch Competitivo.

Rapel Primp – Consiste em manobras ou criar manobras ornamentais, realizadas durante uma descida de Rapel, em uma manobra ornamental avalia-se a perfeição e o grau de dificuldade da realização. O Rapel Primp é uma modalidade que exige maiores técnicas do Rapeleiro, devido a periculosidades das manobras, devida a isso, é uma modalidade praticada pela elite do esporte (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RAPEL, S.D., S.P.).

Quanto aos equipamentos, é de extrema importância o cuidado com cada peça e detalhe, a fim de extinguir qualquer chance de incidente ou mesmo acidentes. Existem equipamentos voltados para a amarração ou ancoragem da corda de descida, como mosquetões, fitas tubulares e as ancoragens *back-ups*. Entre os equipamentos individuais básicos estão arnês, mosquetão, luva, freio e capacete (MOROZINI, 2014).

De acordo com a Confederação Brasileira de Rapel (S.D, S.P), os materiais são divididos em:

- Mosquetões de aço usados na ancoragem da corda em que é feita a descida. Os de aço são os mais recomendados por terem uma resistência e durabilidade maior.
- Mosquetão de Alumínio serve para ligar o equipamento de descensão ao arnês.
- Fitas solteiras são as mais aconselhadas para se fazer ancoragens, por resistirem bastante e serem mais confiáveis.
- Cordas são usadas para fazer a descida e devem ser do tipo que possuem um núcleo trançado independente além da capa (parte externa). De preferência deve ser de material resistente, como o Nylon e o Poliéster.
- As luvas servem para proteger a mão do praticante contra queimaduras ao haver fricção com a corda. Também são utilizadas para dar mais atrito na hora de reduzir a velocidade da descida.
- O capacete é um equipamento de segurança individual indispensável em qualquer atividade radical, protege desde deslizamentos de pedras à queda acidental de um equipamento de um praticante que esteja acima.
- O freio 8 (ou blocante ou descensor "oito") deve ser de aço ou alumínio, usado para torcer a corda, aumentando o atrito e assim, reduzindo a velocidade da descida. É esta peça que dará o controle da descida.
- As *baudriers* (ou cadeirinha ou arnês), uma espécie de "cinta" que envolve as pernas e os quadris dando o aspecto de uma "cadeirinha". Pode ser fabricada (costurada em modelos) ou pode ser feita de cabo solteiro (pedaço de corda do mesmo material usado na corda do rappel, em média de 5m, podendo variar de acordo com as exigências do praticante).

Toda descida deve ter no mínimo três participantes, um para ficar responsável por colocar o praticante na corda, conferir o equipamento e orientar o processo; o executante ou o que realiza a descida e o terceiro ficando responsável pelo suporte e controle da corda caso seja necessário em condições extremas ou de risco realizar o bloqueio da descida e fazer a descensão do praticante caso esteja com qualquer interferência de realização. Assim as possibilidades de fatalidade se extinguem (MOROZINI, 2014).

O USO DO RAPEL NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Uma vez que o esporte tem se desenvolvido e permanece em constância na escola, é crescente a busca pela diversificação e também pela necessidade de renovar e recriar conteúdos pedagógicos. As práticas Corporais de aventura são uma das competências da Educação Física, regimentada pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC), no qual em seu programa reflete a vivência de práticas onde os estudantes devem ser desafiados a refletir sobre elas, buscando compreender e conhecer sobre as potencialidades e os limites do corpo, além de assumir um estilo de vida ativo, em prol de manter a saúde (BRASIL, 2018).

Ao propagar as práticas corporais de aventura (PCA's) os alunos devem estar aptos a recriar possibilidades, aprendendo com as vivências proporcionadas nas aulas de Educação Física. Um dos enfoques que justificam a inserção dos esportes de aventura na escola é o alinhamento entre a Educação Física e as propostas de preservação ambiental. Além disso, essas atividades tornam as aulas mais dinâmicas e interessantes, possibilitando o trabalho relacionados à cultura corporal do movimento (COLETIVO DE AUTORES, 1992), constituindo aprendizados para além do gesto motor, tais como o respeito às diferenças e limites do outro, cooperação e superação dos próprios limites.

Um dos empecilhos à inserção dos PCA's na escola está em adaptar os espaços para prática das atividades, já que dificilmente teremos ambientes apropriados. O que conduz os docentes a procurar outros locais, ou ainda criar espaços adaptados dentro da escola. Uma possibilidade é a criação de dinâmicas com materiais recicláveis. O professor de Educação Física é então convocado a adaptar o esporte de aventura de acordo com sua realidade, de modo a permitir novas vivências corporais a serem discutidas nas aulas, promovendo e incentivando o desenvolvimento das dimensões do conhecimento, conceitual, procedimental e atitudinal. Porém, o rapel é um esporte com poucas possibilidades de adaptação, necessita de vários metros de corda, cadeira e capacete de proteção, equipamentos de segurança que dificilmente encontraremos nas unidades escolares.

Apesar disso, é possível desenvolver dinâmicas que se aproximam da vivenciada pelos praticantes de Rapel. Para Franco (2010), é possível oferecer novas abordagens que agregam conhecimento nas aulas de Educação Física, oferecendo

sensações e experiências que trazem emoções aos alunos, mesmo que a prática desta abordagem de aula venha ser adaptada às estruturas da escola, sendo possível transferir o aprendizado e conhecimento para cada um. Das habilidades motoras e cognitivas a desenvolver com esta atividade, temos: flexionar, equilibrar, atenção, memorização, raciocínio, resistência, espaço temporal, força, limitação, socialização, entre outros. Atributos como estes são aconselháveis ao ensino fundamental, a partir de jogos alternativos e/ou não convencionais. Assim, o esporte de aventura quando levado para a escola, suscita aulas de Educação Física que promovem sentimentos e emoções próprios do esporte de aventura.

Para se iniciar a prática do rapel na escola é interessante que a vivência tome sentido a partir de uma progressão nos equilíbrios e apoios, partindo do solo e desenvolvendo os níveis de altura, permitindo que os alunos conheçam e entendam seus limites. Assim, como de praxe no rapel ter diversidade de altura e de descensão, as possibilidades devem ser adotadas pelo professor, sempre prezando pela segurança e limite de cada aluno (FRANCO, 2010).

CONSIDERAÇÕES

Entende-se que com esta prática, apesar de difícil acesso, há possibilidade de adaptação de sua prática no meio escolar, pois proporcionar esta atividade aos alunos dará novos sentidos à prática corporal de aventura. Os esportes de aventura na Educação Física possibilitam outras formas de didáticas nas aulas, otimizando o ambiente escolar e criando atividades atrativas, que desenvolvem expectativas positivas nos alunos.

O movimento realizado por meio da prática dos esportes de aventura e especialmente pelo rapel, contribui de maneira significativa para ampliar as habilidades e capacidades motoras necessárias ao desenvolvimento motor integral do aluno. Além de representarem atividades diferentes daquelas cotidianas, colaborando para aumentar o interesse e a participação dos alunos. Portanto, enquanto prática pedagógica e esportiva, a inserção do rapel enquanto prática corporal de aventura nas escolas pode enriquecer a Educação Física Escolar.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Curricular comum**. 2018. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br>>. Acesso em 30 de novembro de 2019.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE RAPEL. Disponível em: <https://rapel.org.br/>.

FRANCO, L. C. P. **A adaptação das atividades de aventura na estrutura da escola**. *Anais...* 5º CBAA – Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura. São Paulo: Editora Lexia, 2010. <http://www.efdeportes.com/efd190/atividades-de-aventura-como-conteudo-das-aulas.htm>.

MOROZINI, F. **Rapel técnico**. Clube de Autores, Ed. 1, 2014. ISBN: 978-65-900500-0-7

AS PRÁTICAS CORPORAIS DE AVENTURA: O TREKKING COMO ESPAÇO DE CONSTRUÇÃO DE SABERES

Ana Maria da Conceição Pereira Ramos
Gustavo Santos da Silva
Tiago Teixeira Rodrigues
Caio Vinicius de Freitas Alcântara
Lóry da Silveira Ribeiro
Ruhena Kelber Abrão

De acordo com Araújo (2012), o *trekking* é uma modalidade de caminhada (curta ou longa) por trilhas e montanhas que une a atividade física ao contato com a natureza. Tem sua origem africana e quer dizer seguir, a pé, um ritmo ou percurso. Para tanto, Araújo (2012) ressalta que o verbo *trekken* significa 'migrar', transportando um significado de sofrimento e resistência física, numa época em que a única forma de se deslocar de um ponto para outro era caminhando.

Segundo Araújo (2012), a palavra *trekking* começou a ser utilizada em português, com o significado de marchas, caminhadas e trotes em trilhas naturais buscando lugares atraentes para se conhecer, possibilitando um maior contato com a natureza. Segundo Araújo (2012, p. 34),

o *trekking* também é o nome dado a uma atividade desportiva realizada a pé, na qual normalmente o praticante está munido de uma mochila, equipamentos, vestuário e alimentação para subsistência durante a atividade, realizada normalmente em travessias de longos trechos a pé em ambientes naturais. É também uma das modalidades da corrida de aventura, a qual pode ser cumprida andando, trotando ou correndo.

Gomes (2013) ressalta que os praticantes de *trekking* são aventureiros em busca de grandes emoções, as quais somente eram encontradas em regiões distantes, de difícil acesso e que só poderiam ser atingidas após longas caminhadas em locais com terrenos acidentados. É um esporte de fácil acesso financeiro e seguro para os diferentes níveis de condição física. Atualmente tem crescido bastante, pois, não tem necessidade de equipamentos caros para sua prática e pode ser executado em qualquer parte da natureza.

Sobre o crescimento da modalidade, Araújo (2012, p 33) infere que

O trekking passou a ser uma das atividades esportiva que mais cresce no mundo e, aliada ao prazer da caminhada, possibilita desfrutar paisagens

inéditas, que não estão ao alcance de qualquer um; uma sensação de privilégio de ir a lugares aonde poucos chegam, ou de ver coisas que poucos viram; ou de superioridade, força, autoconfiança e autoconhecimento.

No que tange o aparecimento do *trekking* no Brasil, de acordo com Araújo (2012), surgiu em São Paulo no ano de 1992, conhecido como *trekking* de regularidade ou como enduro a pé. Parte das caminhadas têm trajetos difíceis e em alguns lugares o acesso é precário. Os participantes se encorajam pela emoção, espírito de aventura que tem e pela adrenalina que vivem durante o percurso.

Segundo Gomes (2013), existem diferenças e classificações de *trekking* quanto à sua prática na natureza. O *trekking* de regularidade é uma modalidade esportiva de competição que consegue ser praticada por meio de equipes de três a seis pessoas. É realizada por uma organização, com tempo e local, existem regras e um roteiro a ser cumprido e exige do competidor bom preparo físico. Já o de velocidade é distinguido pela noção de tempo, acontece com a utilização de cartas de navegação e bússola. O de travessia ou *trekking*, de longa distância, tem como característica a expedição entre dois pontos, é realizado em grupo com a finalidade de chegar a um local desejado. O *trekking* é muito utilizado para lazer e diversão dos praticantes.

As pessoas procuram realizar atividades físicas radicais para se sentirem melhor fisicamente, dentre elas as práticas corporais de aventura, que os afastam dos afazeres rotineiros da cidade, oportunizando a sensação de liberdade para os praticantes, ao respirarem ar puro e conhecerem novos ambientes naturais.

Diante do exposto podemos citar alguns benefícios que a prática do *trekking* traz para quem o pratica: Segundo Colberg (2003), a Atividade Física ajuda a ganhar massa muscular e a perder gordura, melhora o humor, reduz o estresse e a ansiedade, aumenta o nível de energia, melhora a imunidade, torna as articulações mais flexíveis e melhora a qualidade de vida. Níveis regulares e adequados de atividade física em adultos podem reduzir o risco de hipertensão, doença coronariana, acidente vascular cerebral, diabetes, câncer de mama e cólon, depressão e risco de quedas, além de melhorar a saúde óssea e funcional.

Na visão de Schwartz (2002), as intensas buscas pela emoção e aventura são importantes elementos potenciais na perspectiva de alterações de atitudes e valores, características fundamentais ligadas ao hábito destas práticas, capazes de interferir na perspectiva de mudanças de estilos almejada no mundo contemporâneo. Segundo

Feixa (1995) e Teruya (2000), existe uma maior presença de sensações e estímulos ao prazer nestas modalidades em contato direto com a natureza, quando se faz a comparação entre as atividades físicas e as práticas corporais de aventura (PCA's) na natureza, pode-se notar que as atividades em locais convencionais para sua execução não trazem tanta experiência quanto às atividades radicais.

O USO DO TREKKING NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Práticas corporais de aventura se constituem como um importante conteúdo a ser trabalhado nas aulas de Educação Física. Sendo consideradas práticas corporais do contexto do lazer, estão aos poucos sendo inseridas dentro do ambiente escolar.

Para Tahara e Filho (2012, p 61),

As vivências constituem um bloco de atividades capaz de proporcionar às crianças e adolescentes variadas situações de relevada importância pedagógica por conta da transmissão eficiente de valores, atitudes e normas; da aprendizagem de conceitos integrados em diferentes âmbitos do conhecimento (processo interdisciplinar) e da realização de diversas experiências motoras de grande impacto emocional, pelas características intrínsecas dessas práticas em contato com o meio natural.

Ao propor aos alunos a vivência do *trekking* na escola ou no entorno dela, às vezes é necessário fazer algumas adaptações. De início, mapear o trajeto a ser percorrido, colocar obstáculos no percurso, estabelecer regras e orientar os estudantes sobre a importância de se manterem unidos e respeitarem as regras da prática segura. Tahara e Filho (2012) inferem que a prática de *trekking* proporciona sensações e emoções que podem ser divididas com o grupo.

Contudo, é importante estimular a prática para que os discentes tenham vontade de conhecer, buscar e praticar modalidades esportivas que não fazem parte do dia a dia deles. Por meio de experiências oportunizadas pelas aulas de Educação Física, eles vão se sentir mais conectados com a natureza, adquirindo novos conhecimentos e aprendizados a partir da vivência com o meio ambiente. E a partir desse contato é possível trazer à tona, de forma contextualizada, questões em torno da preservação do meio ambiente.

Por meio dessas vivências de aventura podemos gerar uma aproximação entre os alunos, levando em conta que é uma prática vivenciada de forma coletiva e

que por isso, precisam trabalhar em equipe na leitura do mapa na travessia dos obstáculos. Todos os alunos podem participar, mesmo aqueles que não são considerados hábeis em outros esportes, pois não é uma atividade de exclusão.

Tahara, Filho (2012, p 62) *apud* Franco

Defende as atividades físicas de aventura dentro da escola, pois acredita que esse conhecimento e suas vivências proporcionem sensações e experiências que atinjam o afetivo, o cognitivo e o aspecto motor de um jovem estudante, mesmo que em muitos casos estas práticas sejam apenas adaptadas às estruturas pobres de várias escolas brasileiras.

As práticas na natureza requerem cuidados para a prevenção contra possíveis acidentes, cautela e prudência no que se refere aos métodos de segurança com os alunos, o docente necessita ter conhecimento do esporte que propõe. Essas práticas de aventura são recentes nos cursos de Educação Física. Acreditamos que essa temática deva ser discutida de forma mais ampla no Brasil, além da necessidade de uma inserção nos currículos de graduação.

Muitas modalidades necessitam de materiais específicos para sua prática e alguns desses equipamentos são caros, fato que acaba dificultando a inclusão no ambiente escolar. Contudo, o *trekking* não exige materiais caros, o que facilita sua prática nas escolas, podendo fazer parte da metodologia do professor a proposta de que os discentes confeccionem os mapas e obstáculos com diferentes objetos, tais como caixa de papelão, pneus entre outros materiais recicláveis. Quando o professor de Educação Física realizar esse procedimento na escola será necessário ressaltar as três dimensões dentro da prática. Para Tahara e Filho (2012 p 63),

Dentro da dimensão Conceitual, pode abordar os aspectos históricos das modalidades, seus principais equipamentos, os atletas famosos, os locais de prática e seu contexto geográfico e histórico, discussões inerentes à preservação ambiental, entre outros. Na dimensão procedimental, ênfase nas técnicas de movimentos e de segurança, adaptações necessárias das modalidades para cada faixa etária, condições da escola para possíveis improvisos que possibilitem a prática, entre outros. Por fim, quando pensa na dimensão atitudinal, valores formativos como respeito às normas de segurança, ética nas modalidades, relações sociais e psicológicas inerentes às práticas (cooperação, coragem, liderança, gestão de conflitos, etc.) nos vem à mente para que os educandos possam receber isto da maneira mais harmônica, reflexiva e natural possível.

O docente pode trabalhar conceitualmente com a história da modalidade, os equipamentos e os locais para praticar. Já procedimentalmente é possível abordar a segurança da atividade, que pode ser realizada dentro da escola ou no seu entorno. Por último, a dimensão atitudinal pode acontecer a partir da ênfase em princípios e valores, como o respeito com o colega, a cooperação para a prática e gestão de conflitos. As aulas necessitam de diálogo, criatividade e ludicidade para despertar o prazer de praticar, sentir diferentes emoções e sentir liberdade corporal.

CONSIDERAÇÕES

Para nos encaminharmos ao final do capítulo, gostaríamos de enfatizarmos alguns pontos positivos da prática do *trekking*, tais como: o bem-estar do indivíduo, o prazer que o esporte proporciona, a aproximação das pessoas, novas amizades, facilidade para a prática, custo financeiro baixo. Além disso, são inúmeros os benefícios corporais quando existe o contato direto com a natureza. Destacamos ainda que o *trekking* pode ser praticado no âmbito do lazer ou como um esporte de competição.

Além do que, a caminhada ajuda a promover a saúde, se constituindo como um esporte indicado para as pessoas que gostam de aventuras. De acordo com Araújo (2012), ainda é possível pontuar as seguintes benesses à saúde: melhoria da resistência cardiovascular; fortalecimento dos ossos, músculos, tendões e ligamentos, sobretudo das pernas; diminuição do estresse por causa do contato direto com a natureza fazendo com que o bom humor seja elevado, atenua a ansiedade, trazendo sensação de bem-estar.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, J. H. R. de. **A formação de profissionais que atuam com esportes e atividades de lazer na natureza no entorno da cidade de Belo Horizonte/MG.** [manuscrito], 2012.

COLBERG, S. R. **Atividade Física e Diabetes.** Barueri, SP: Manole, 2003

FEIXA, C. La aventura imaginaria. Una visión antropológica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. **Apunts: Educación Física y Deportes**, Barcelona, v.41, p.36-44, 1995.

GOMES. K. M. D. Lazer e Esporte na Natureza: uma reflexão sobre a prática da caminhada esportiva mais conhecida como “Trekking”. **URUANA**, 2013.

SCHWARTZ, G. M. **Emoção, aventura e risco**: a dinâmica metafórica dos novos estilos. In: BURGOS, M. S.; PINTO, L. M. S. M. (Org.) Lazer e estilo de vida. Santa Cruz do Sul: EDUNISC, 2002.

TAHARA A. K. FILHO S. C. A presença das atividades de aventura nas aulas de Educação Física. **Arquivo de Ciências do Esporte**, v.1 n.1, 2012.

TERUYA, R. M. **O lazer nas atividades em integração com a natureza**. 2000. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro.

Sobre o organizador

Ruhena Kelber Abrão Ferreira

Graduado em Educação Física (FURG), mestre em Educação Física (UFPel). Doutor em Educação em Ciências e Saúde (UFRGS). Atualmente é Professor Adjunto IV da Universidade Federal do Tocantins (UFT), lecionando nos cursos de Educação Física e Psicologia, além de atuar como Coordenador e Professor Permanente do Mestrado Profissional em Educação Física e do Doutorado em Educação na Amazônia. Coordenador do Centro de Formação, Extensão, Inovação e Pesquisa em Educação, Saúde e Lazer (CEPEL). Coordenou o Programa de Residência Pedagógica em Educação Física (2019-2023). Atuou por 12 anos na Educação Básica em diversas esferas, e desde 2008 está no Ensino Superior. Sua experiência abrange docência e gestão nas áreas de Educação e Saúde, com foco em temas como Infâncias, Formação de Profissionais para a Docência, Estudos do Lazer, Educação Especial, Inclusiva e Adaptada, Gestão, Planejamento, Políticas Públicas em Saúde e Ciclos de Vida.

Sobre as autoras e os autores

Adriane Borges Formiga

Graduada em Educação Física (UFT)

Alderise Pereira da Silva Quixabeira

Graduada em Educação Física (UFT)
Mestre em Ensino em Ciências e Saúde (UFT)

Alice Januário Rodrigues

Graduada em Educação Física (UFT)

Ana Gabriella Coelho Muniz

Graduada em Educação Física (UFT)

Ana Maria da Conceição Pereira Ramos

Graduada em Educação Física (UFT)

Bruno Ferreira Ribeiro

Graduada em Educação Física (UFT)

Caio Vinícius de Freitas Alcântara

Graduado em Educação Física (UEPA)
Mestrando em Educação Física (UFT)

Carlos Leonardo de Jesus dos Santos

Graduado em Educação Física (UFT)

Dannytchely Alves Lemes

Graduada em Educação Física (UFT)

Eduardo Pereira do Nascimento

Graduado em Educação Física (UFT)

Eliamaria Ribeiro Curcino

Graduada em Educação Física (UFT)

Gustavo Santos da Silva

Graduado em Educação Física (UFT)

Hava Dias Varão

Graduada em Educação Física (UFT)

Jairon Alves de Carvalho

Graduado em Educação Física (UFT)

José Luís Moreira Carneiro

Graduado em Educação Física (UFT)

Joana Dark Gomes Noleto

Graduada em Educação Física (UFT)

Lóry da Silveira Ribeiro

Graduada em Educação Física (FURG)
Mestrado em Educação (FURG)

Luan Pereira Lima

Graduado em Educação Física (UFT)
Mestrado em Ensino em Ciências e Saúde (UFT)

Luis Henrique Lima Barbosa

Graduado em Educação Física (UFT)

Lutiély Alves de Assis

Graduada em Educação Física (UFT)

Marcus Vinicius Borges Rocha

Graduado em Educação Física (UFT)

Paulo Iran Pereira de Souza

Graduado em Educação Física (UFT)

Roniel Rodrigues Mendes de Sousa

Graduado em Educação Física (UFT)

Ruan Kaique Santos Costa

Graduado em Educação Física (UFT)

Ruhena Kelber Abrão

Graduado em Educação Física (FURG)
Mestrado em Educação Física (UFPel)
Doutorado em Educação em Ciências, Química da vida e Saúde (UFRGS)

Sílvia Gomes Murici

Graduada em Educação Física (UFT)

Tháynna Soares dos Santos

Graduada em Educação Física (UFT)

Tiago Teixeira Rodrigues

Graduado em Educação Física (UFT)

Thiago Pinheiro Curcino

Graduado em Educação Física (UFT)

Van Damme Muniz Teles Moura

Graduado em Educação Física (UFT)

Vanusa Antonio Gonçalves

Graduada em Educação Física (UFT)

William Gonçalves de Jesus

Graduado em Educação Física (UFT)

Withy Ranny Santana Lopes

Graduado em Educação Física (UFT)

