

Seminário

Desporto e Ciência 2024

**14 e 15 de
Março de 2024**

**Colégio dos Jesuítas,
Universidade da Madeira**

Seminário Internacional Desporto e Ciência 2024

Comissão Organizadora

Rui Trindade, Helder Lopes, Élvio Gouveia, Catarina Fernando, Ana Luísa Correia, Ricardo Alves, Hélio Antunes

Comissão Científica

Élvio Gouveia, Helder Lopes, Rui Ornelas, Duarte Freitas, Catarina Fernando, Jorge Soares, Ana Rodrigues, Ricardo Alves & Hélio Antunes

Ficha Técnica

Livro de Atas Seminário Internacional Desporto e Ciência 2024

ISBN: 978-989-8805-98-0

Coordenação da Edição: Hélio Antunes, Helder Lopes, Rui Ornelas, Catarina Fernando, Cíntia França, João Martins, Francisco Santos & Élvio Gouveia

Editor: Universidade da Madeira
2024 – Funchal, Portugal

Suporte: Eletrónico

Formato: PDF/PDF/A

Proposta Metodológica para a Lecionação do Atletismo

1-João Olim; 2-Adérito Nóbrega; 1-Ricardo Alves

¹Universidade da Madeira (UMa) - Departamento de Educação Física e Desporto

²Escola Básica e Secundária Dr. Ângelo Augusto da Silva

Email: jafonso.olim@gmail.com

Resumo

O Atletismo é uma das matérias que os professores menos abordam nas aulas de Educação Física. Os docentes alegam como razões a falta de infraestruturas, de materiais específicos e a pouca motivação dos alunos (Vieira, 2023). Ainda assim, Pereira e Soares (2018), concluíram que o Atletismo é relevante para o desenvolvimento físico e cognitivo do aluno, ensinando valores que ficam para a vida. Posto isto, este artigo tem como objetivos verificar a perceção dos alunos relativamente à lecionação do Atletismo nas aulas de Educação Física e desenvolver uma proposta metodológica para a lecionação do Atletismo. Para verificar a perceção dos alunos, foi utilizado um questionário no Google Forms, sendo que para análise dos dados foram utilizados gráficos com intuito de verificar as percentagens de respostas. Verificou-se que os alunos preferem maioritariamente numa aula abordar um tipo de salto, um tipo de lançamento e um tipo de corrida, preferem que os conteúdos estejam organizados por estações e preferem a existência de competição, desenvolvida em equipas. Conclui-se então que tanto os alunos, como a literatura vêm dar um peso relevante a uma proposta metodológica da lecionação do Atletismo assente em estações com carácter competitivo, onde estão representadas as diferentes disciplinas técnicas.

Palavras-Chaves: Educação Física, Proposta Metodológica, Lecionação, Atletismo.

Introdução

O atletismo é uma das modalidades mais antigas do mundo, que é vista por muitos como a base dos vários desportos, pois contempla os movimentos básicos do Ser Humano, o correr, o saltar e o lançar (Góes et al., 2014). Por esta razão, Sedorko (2021), afirma que o Atletismo se apresenta como uma mais-valia para os alunos, pois permite aumentar o seu reportório motor, bem como desenvolvê-lo.

Contudo, os professores de Educação Física (EF), olham para o Atletismo agregado ao rendimento, levando a que estes olhem de forma complexa para o ensino desta modalidade pois não conseguem se afastar da vertente da performance (Santos, 2022). Para além disso, os professores, alegam dificuldades ao nível da falta de instalações e de materiais específicos para a lecionação do Atletismo nas escolas, acabando desta feita por deixarem esta matéria de parte e priorizarem outras (Jacinto et al., 2012).

Devido a esta perspetiva que os professores possuem, e apesar de o Atletismo ser uma matéria nuclear ao longo de todos os anos de ensino, Souza et al. (2015), observou no seu estudo que a lecionação do Atletismo nas escolas é mínima, apesar dos professores reconhecerem a sua importância enquanto conteúdo.

Ao nível do material Matthiesen et al. (2018), verificaram que a utilização de materiais alternativos e recicláveis ao nível da iniciação do Atletismo é uma possibilidade adequada. Assim verifica-se que apesar das dificuldades manifestadas e da pouca presença do Atletismo nas aulas de EF, são várias as alternativas que podem ser utilizadas para a lecionação desta matéria de ensino. Adicionalmente Rosado (1989), refere que uma unidade didática de Atletismo deverá contemplar 8 especialidades técnicas da modalidade, sendo que para cada uma dessas especialidades devem ser destinadas 3 a 4 sessões. Adicionalmente este afirma que deverá existir um leque representativo das diversas modalidades, destacando as corridas de velocidade e barreiras, o salto em altura, o salto em comprimento, o triplo salto e o lançamento do peso.

Quanto à organização dos exercícios, do ponto de vista de Rosado (1989), estes devem ser maioritariamente distribuídos por estações, pois este tipo de organização, seja em circuito, estações ou percursos, permitem aumentar o tempo de empenhamento motor dos alunos. Para além disso, este defende situações que contemplem diferentes níveis de dificuldade de modo que os alunos consigam ter condições de prática com sucesso.

A lecionação do Atletismo tendo por base a montagem de estações é também corroborada por Silva et al. (2016), que afirma que estas podem ser realizadas de forma a todos os alunos realizarem o mesmo exercício ao mesmo tempo, podem ser estações com situações diferentes, sendo que os alunos passam por todas tendo o mesmo tempo de experientiação em cada estação, pode-se optar por variar o tempo na estação de cada aluno de acordo com as suas necessidades, pode ser realizada uma competição direta em que um dos elementos pode colocar handicaps ao mais forte [por exemplo: realizar 10 lançamentos com condicionalismos (pés juntos, braço livre atrás das costas etc...)]. Estes consideram ainda que a mensuração é essencial neste tipo de situações, de modo que os alunos possuam dados suficientes que permitam melhorar o seu autoconhecimento e comparar-se com outros elementos.

Outra alternativa é a realização de diferentes competições no decorrer de algumas aulas ou efetuar essa competição alterando as equipas e apontando o resultado num quadro. Pode-se ainda optar por criar mesmo competições individuais, pois alguns alunos podem preferir expressar os seus resultados a título individual e não coletivo, para isso, pode-se por exemplo nas corridas com diferentes partidas, com obstáculos, com a participação simultânea dos colegas ou alternada registar os tempos (Silva et al., 2016).

Uma abordagem válida aquando da lecionação do Atletismo assenta também na abordagem do Kids Athletics, que foi posta em prática por Vieira (2023), verificando que

as situações de competição por equipas, onde os alunos também passam pelo papel de juiz, fizeram com que estes passassem a assumir competências ao nível de execução, mas também ao nível das regras.

Ainda, Parente e Moura (2019), afirmam que as aulas de Atletismo deverão se distanciar dos modelos tradicionais, optando assim por métodos que não reproduzam inteiramente o desporto de rendimento. Estes ainda afirmam que a concretização de métodos para as aulas de Atletismo que têm por base a perceção e a aprendizagem dos alunos apresenta-se como uma mais-valia.

Objetivos

Este artigo tem como objetivos verificar a perceção dos alunos relativamente à lecionação do Atletismo nas aulas de EF e desenvolver uma proposta metodológica para a lecionação do Atletismo tendo por base a literatura e as preferências manifestadas pelos alunos.

Metodologia

Amostra

A amostra foi composta por 61 alunos, sendo que 41 são do terceiro ciclo e 20 do ensino secundário, o que corresponde a 3 turmas de uma escola básica e secundária da Região Autónoma da Madeira. Destes 30 são do sexo masculino (49,2%) e 31 do sexo feminino (50,8%), com idades compreendidas entre os 13 e os 17 anos.

Instrumento de recolha de dados

Com o intuito de verificar a perceção dos alunos relativamente às preferências que têm em relação às aulas de Atletismo, foi criado um questionário através do Google Forms. De realçar que este foi aplicado a três turmas que tiveram por base a mesma abordagem metodológica das aulas de Atletismo.

Tratamento dos resultados

Como todas as perguntas do questionário foram construídas com opções de resposta, para o tratamento dos dados foram utilizados os gráficos construídos pelo Google Forms de forma a verificar as percentagens de cada uma das opções.

Apresentação e discussão dos Resultados

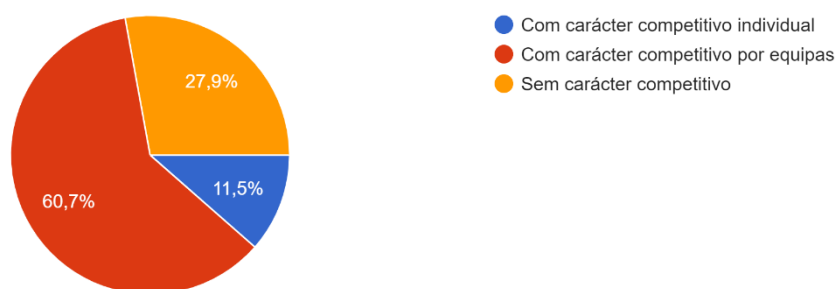


Gráfico 5 - "Preferes executar os exercícios de Atletismo como?"

Relativamente à questão "Preferes executar os exercícios de Atletismo como?", verifica-se que 11,5% dos alunos preferem que estes sejam desenvolvidos com carácter competitivo individual, 60,7% (maioria dos alunos) prefere que seja com carácter competitivo por equipas e 27,9% prefere que seja sem carácter competitivo.

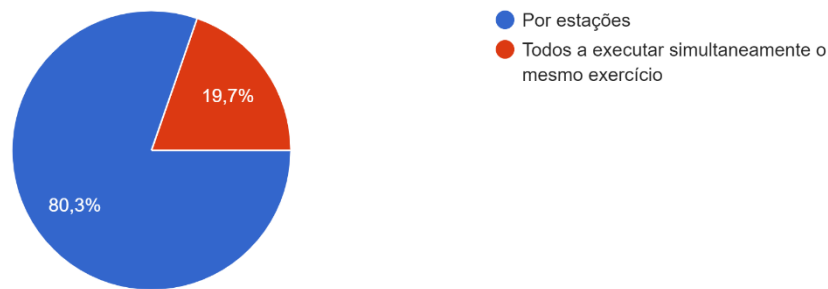


Gráfico 6 - "Como é que preferes que estejam organizadas as aulas de Atletismo?"

Passando para a questão "Como é que preferes que estejam organizadas as aulas de Atletismo?" constatou-se que 80,3% dos alunos, preferem aulas com estações e 19,7% preferem que estejam todos os colegas da turma a executar simultaneamente o exercício.

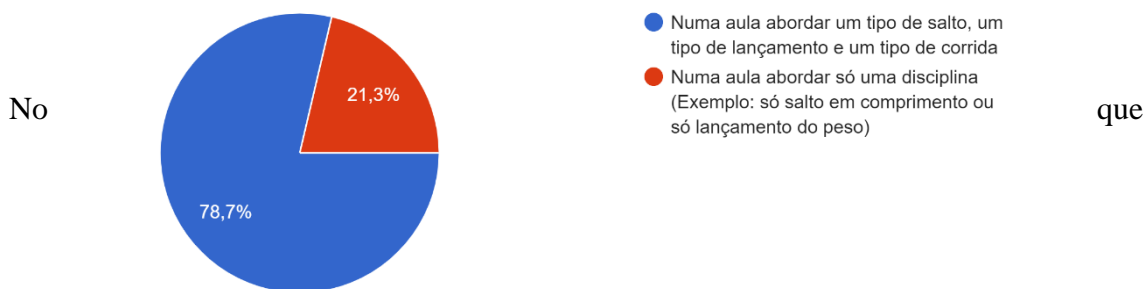


Gráfico 7 - "Como é que preferes que os conteúdos do Atletismo estejam organizados?"

concerne à pergunta "Como é que preferes que os conteúdos do Atletismo estejam organizados?", 78,7% dos alunos preferem numa aula abordar um tipo de salto, um tipo de lançamento e um tipo de corrida e 21,3% dos alunos preferem numa aula abordar só uma disciplina (Exemplo: só salto em comprimento ou só lançamento do peso).

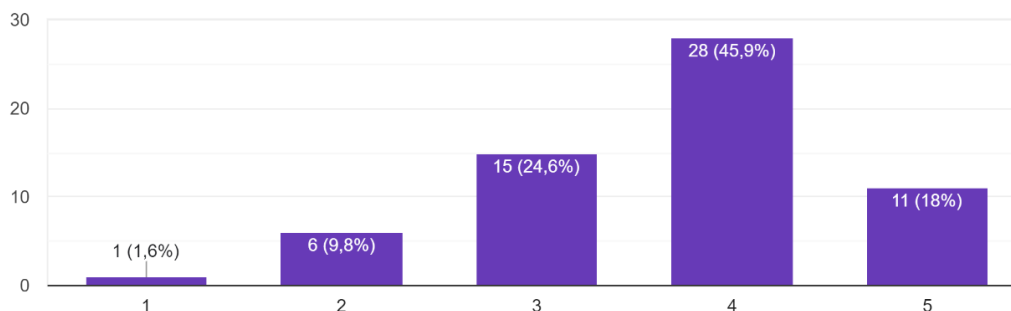


Gráfico 8 - "O quão gostaste das aulas de Atletismo do presente ano letivo?"

Por fim os alunos quando questionados “O quão gostaste das aulas de Atletismo do presente ano letivo?” verificamos que a grande maioria dos alunos gostou ou gostou bastante, o que corresponde a 63,9% dos alunos que situaram a sua resposta entre o nível 4 e 5. De destacar que estes alunos possuíam aulas por estações, com competição individual e de grupo, onde em cada aula havia uma estação dedicada aos saltos, outra aos lançamentos e outra às corridas.

Proposta Metodológica para a lecionação do Atletismo

Tendo então em consideração os resultados obtidos e a literatura existente, torna-se válida a abordagem das aulas de Atletismo tendo por base no mínimo a existência de 3 estações (uma de saltos, uma de corridas e outra de lançamentos). Esta distribuição das várias disciplinas, segundo Rosado (1989), para além de tornar a aula mais diversificada, o que diminui o potencial desinteresse do aluno, permite camuflar os problemas relacionados com a falta de material e o contacto com cada uma das especialidades por períodos maiores.

Ao nível da competição, e embora a amostra auscultada seja reduzida, percebe-se a preferência por parte dos alunos em competição por equipas, contudo considero que a presença de uma competição mista poderá ser a que satisfaça o maior número de alunos. Por exemplo, pode-se ter ao nível individual uma competição aproximada ao heptatlo (apenas com as especialidades exequíveis em contexto escolar), enquanto se desenvolve uma competição coletiva. Assim, em cada uma das “provas” faz-se a medição ou a cronometragem do desempenho de cada um dos alunos, sendo que se a turma tiver 23 alunos, o melhor resultado corresponderá a 23 pontos, o segundo melhor resultado corresponderá a 22 pontos e assim sucessivamente. Assim teremos acesso ao vencedor de cada uma das “provas” e se somarmos os pontos de cada aluno em sete “provas” teremos o resultado do heptatlo.

Ao nível da pontuação da equipa mantém-se a lógica, mas soma-se em cada uma das especialidades as pontuações de todos os membros que constituem a equipa. Verifica-se ainda em alguns estudos, como é o caso do de Faria e Sousa (2019), que a competição como conteúdo da Educação Física indicam resultados positivos ao nível da motivação dos alunos para a aula. Ainda assim, considero que a competição não deverá ser uma réplica do desporto formal, onde existe o “vale tudo” para vencer, devendo ser sim um meio para formar o aluno de forma integral.

De destacar que esta abordagem metodológica foi tida em linha de conta nas 3 turmas inquiridas e verificou-se resultados positivos ao nível do gosto da prática do Atletismo. Este resultado vem dar ainda mais importância a esta abordagem, ainda para mais, porque como é sabido os alunos normalmente não possuem motivação para as aulas de Atletismo.

Considerações Finais

Verifica-se que é importante olhar para novas abordagens inovadoras do Atletismo nas aulas de Educação Física, com intuito de superar as barreiras que são alegadas pelos docentes, relativamente à falta de recursos e ao desinteresse dos alunos. Após a análise das preferências dos alunos e de alguma literatura, destaca-se o valor por atividades organizadas em estações, com elementos competitivos, que abrangem as várias especialidades técnicas do Atletismo. Esta abordagem mais dinâmica e interativa, bem desenvolvida poderá apresentar benefícios multifacetados ao nível do desenvolvimento físico, cognitivo e social.

Para além disso, a proposta de introduzir estações de trabalho nas aulas, dedicadas aos saltos, aos lançamentos e às corridas, sugerem um caminho promissor para o reavivar do

interesse dos alunos pelo Atletismo, concomitantemente com a atenuação das limitações relativas à falta de recursos. Esta abordagem parece não só potencializar a motivação dos alunos, como também promove a prática desportiva numa estrutura que favorece a inclusão bem como a excelência individual e coletiva.

Em suma, a abordagem de estratégias práticas, mais flexíveis, criativas e adaptadas às realidades/restrições existentes e às preferências dos alunos, podem transformar as aulas de Atletismo em momentos de aprendizagem ativa, prazerosa e inclusiva, que não só atendem aos objetivos educacionais, como também fomentam o desenvolvimento integral dos alunos.

Referências

- Faria, D., & Sousa, F. (2019). Competições escolares como conteúdo da Educação Física. Góes, F., Júnior, P., & Oliveira, P. (2014). Algumas reflexões sobre a inserção e o ensino do atletismo na educação física escolar. *Revista mackenzie de educação física e esporte*, 13(1), 96-108.
- Jacinto, J., Gaspar, A., Oliveira, R. & Gouveia, E. (2012). *O Atletismo na aula de Educação Física. Seminário Desporto e Ciência*. Universidade da Madeira.
- Matthiesen, S., Faganello-Gemente, F., Ginciene, G., Mota, E., da Silva, T., & Guimarães, V. (2018). Sobre materiais alternativos para o ensino do atletismo. *Cadernos de Formação RBCE*, 8(2), 45-58.
- Parente, M., & Moura, D. (2019). Ensino do atletismo na Educação Física escolar: uma revisão sistemática qualitativa na produção brasileira e internacional. *Arquivos em Movimento*, 15(1), 256-271.
- Pereira, J., & Soares, W. (2018). A importância do atletismo na educação física escolar. *Revista Multitexto*, 6(1), 70-74.
- Rosado, A. (1989). *O Ensino do Atletismo na escola e no clube*. Faculdade de Motricidade Humana.
- Santos, H. (2022). *A utilização do atletismo como conteúdo na educação física escolar: uma revisão narrativa*. [Master's thesis, Universidade Federal do Rio Grande do Norte]. Repositório Institucional UFRN.
- Sedorko, C. (2021). *Pedagogia do atletismo* (1st ed.). Appris
- Silva, L. C., Simões, J., Silva, D., Nóbrega, M., & Lopes, H. (2016). Abordagem lúdica e competitiva do Atletismo. *Problemáticas da educação física II*, 182-192.
- Souza, D., De Souza, N., Ribeiro, M., & De Carvalho, A. (2015). Investigação do atletismo na educação física escolar do município de Taubaté/SP. *Coleção Pesquisa em Educação Física*, 14(4), 95-104
- Vieira, J. (2023). *Relatório de estágio pedagógico em educação física na Escola Secundária Arco Íris* [Master's thesis, Universidade Lusófona] Repositório Científico Lusófona.