



ATLETISMO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESOLAR

CARVALHO, Sheila Rodrigues¹

CEZAR, Marcelo Diarcadia Mariano²

¹Acadêmico do curso de Graduação em Educação Física da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva

²Docente do curso de Graduação em Educação Física da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva

RESUMO

O objetivo do presente trabalho é ampliar os conhecimentos acerca do atletismo na educação física escolar, observando sua prática como benefício ao movimento, e nesta perspectiva, considerar que a escola é via para transmissão dos valores proporcionados pela prática do atletismo. Este trabalho contou com revisão de texto através de levantamento bibliográfico, utilizando como base de dados monográficos, Google acadêmico e acervo de livros da biblioteca da faculdade. Observamos neste estudo as possibilidades para que os alunos se apropriem e apreciem elementos do atletismo como manifestações dos movimentos através das adequações propostas pelo professor.

Palavras-Chave: Atletismo, Educação Física, Escolar.

ABSTRACT

The aim of this study is to increase knowledge about athletics in school physical education, noting his practice as a benefit to the movement, and in this perspective, consider that the school is pathway for transmission of values provided by the practice of athletics. This work was proofing through literature, using as the basis of monographic data, Google Scholar and collection of college library books. We observed in this study the possibilities for students to appropriate and enjoy athletics elements as manifestations of motions through the adjustments proposed by the teacher.

Key words: Athletics, Physical Education, School.



1. INTRODUÇÃO

O atletismo é o esporte base que surge através dos movimentos naturais dos seres humanos, tais como as corridas, saltos e lançamentos. Sua origem é da Grécia em torno do ano 1225 a. c. como prática esportiva ocorrendo uma competição com cinco provas sendo: corrida, luta, salto em distância e arremessos de dardo e disco (CBAT, 2015).

Essa modalidade é importante para a formação do ser humano, sua prática lida com os direitos e deveres para convivência em cidadania, dando aos alunos uma ampla visão para reflexões acerca da prática na escola. O atletismo é propagador na melhoria das capacidades físicas e, conseqüentemente, no cumprimento de tarefas cotidianas auxiliando no desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo social dos alunos. (OLIVEIRA, 2006).

A prática do atletismo melhora a capacidade física, ajuda nas tarefas do dia a dia, melhora a circulação, sistema nervoso força velocidade resistência, flexibilidade e agilidade. (OLIVEIRA, 2006).

De acordo com a Confederação Brasileira de Atletismo (CBAT, 2015) o mini atletismo surgiu com o intuito de desenvolver a modalidade de acordo com a faixa etária dos alunos. Foi criado pela Associação Internacional das Federações de Atletismo (IAAF) que, por sua vez, teve como objetivos a contribuição para saúde, interação, motivação, educação e auto satisfação do aluno.

Diante disto, o objetivo do presente trabalho é ampliar os conhecimentos acerca do atletismo na educação física escolar, observando sua prática como benefício ao movimento, e nesta perspectiva, considerar que a escola é via para transmissão dos valores proporcionados pela prática do atletismo Nesse estudo foi realizado levantamento bibliográfico, com utilização das bases de dados: monográficos, Google acadêmico e acervo de livros da biblioteca da faculdade, fazendo um apanhado geral das possibilidades do atletismo nas aulas de educação física escolar.



2. O ATLETISMO NO BRASIL E SUAS MODALIDADES OFICIAIS

No Brasil o atletismo foi praticado em São Paulo iniciando pelo jornal O Estado de São Paulo com suas competições de espécie de decatlo, mas somente contendo 12 provas. Devido à 1ª Guerra Mundial teve que ser paralisado reiniciando em 1918 onde o jornal Estadinho promove uma corrida de 24 km em volt da cidade, em 1921 se constrói o 1º estádio atlético denominado de Paulistano. E logo essa modalidade já se espalha para o Rio de Janeiro onde desde 1920 fazem-se as competições amistosas (OLIVEIRA, 2006).

Nesse esporte foi que nosso país alcançou inúmeras medalhas nos Jogos Olímpicos e Pan Americanos, podendo citar: no salto triplo os nomes de Adhemar Ferreira da Silva, Néelson Prudêncio e João Carlos de Oliveira; nos 800 metros: Joaquim da Cruz; na maratona: Vanderlei Cordeiro de Lima; nas provas individuais e de revezamentos temos: Robson Caetano da Silva, Arnaldo de Oliveira, André Domingos da Silva, Edson Luciano Ribeiro, Vicente Lenilson de Lima e Claudinei Quirino da Silva. Esses são apenas alguns dos nomes (MATHIESEN, 2006).

Segundo a (CBAT) Confederação Brasileira de Atletismo (2015) o atletismo é um esporte que contém varias modalidades como provas de pista que são as corridas em geral, provas de campo que são os saltos, arremessos e lançamentos, o pedestrianismo que são as corridas de ruas, as maratonas e marcha atlética (são passos com progressões de modo que o atleta não pode tirar o pé do chão), *cross country* (que é a corrida de campo e corridas em montanhas) e provas combinadas como decatlo e heptatlo. As provas oficiais são divididas em masculino e feminino onde as masculinas são: Corridas rasas de velocidade (100m, 200m e 400m); Corridas de Meio fundo (800m e 1.500m); Corridas de Fundo (5.000m e 10.000m); Corridas de Revezamento (4x100m e 4x400m); Corridas com obstáculos (3000m); Corridas com barreira (10m e 400m); Maratona (42km e 195km); Marcha atlética (20.000m e 50.000m); Saltos (distância, triplo, altura e com vara); Arremesso (peso); Lançamentos (dardo, disco e martelo) e o decatlo que é composto por dez provas realizadas em dois dias sendo que o 1º dia (100m rasos, salto em distancia,



arremesso de peso, salto em altura e 400m rasos) e no 2º dia (110m com barreiras, lançamento de disco, salto com vara, lançamento de dardo e 1,500m rasos). E as femininas contêm: Corridas rasas de velocidade (100m, 200m e 400m); Corridas de Meio fundo (800m e 1.500m rasos); Corridas de Fundo (5.000m e 10.000m rasos); corridas com Barreiras (100m e 400m); Corridas de Obstáculos (3.000m); Corridas de Revezamento (4x100m e 4x400m); Maratona (42,195km); Marcha Atlética (20.000m); Saltos (distancia, triplo, altura e com vara); Arremesso (peso); Lançamento (dardo, disco e martelo) e o heptatlo que são sete provas realizadas em dois dias onde o 1º dia (100m com barreiras, salto em altura arremesso de peso e 200m rasos) e no 2º dia (salto em distância, lançamento de dardo e 800m rasos).

3. O ATLETISMO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Existem diversas possibilidades de trabalhar o atletismo como conteúdo nas aulas de educação física escolar, mesmo sendo um esporte individual, pode ser aplicado em atividades coletivas, adequando-o as necessidades do aluno. Com a prática do atletismo, o aluno interagirá uns com os outros, visando que seja cooperativo e autônomo. Ao ensinar a prática do atletismo poderemos ensinar de forma lúdica e clara para facilitar a compreensão dos alunos através dos jogos e das brincadeiras que sempre deve ser adaptada e adequada para sua faixa etária podendo ajudar nos seus desenvolvimentos (MARIANO, 2012).

No âmbito escolar não devemos esperar do aluno um atleta, temos que trabalhar de forma lúdica nas nossas aulas de Educação Física para os alunos desenvolverem suas habilidades, para que o aluno não perca o interesse pela modalidade. Pode-se trabalhar com os alunos em grupos para se socializarem e lhe proporcionarem a vivenciar a vitória e a derrota (MARIANO, 2012).

As crianças entre sete e dez anos, por estarem em desenvolvimento de suas habilidades motoras, que estão fortes e podem ser aliadas com a prática do atletismo, através das atividades recreativas passando pelo conhecimento da modalidade e aproximando a prática do atletismo podendo explorar alguns fatores como a corrida, o salto, o lançamento e o arremesso (MATHIESEN, 2014).



Nas aulas de educação física a prática de ensinar ou expor o atletismo para os alunos em desenvolvimento exploram suas descobertas e estimulam a resolução de problemas, levando a autonomia. Com as contribuições dos alunos deveremos estimular a confeccionar seus próprios materiais e fazer suas próprias regras em relação à modalidade (OLIVEIRA, 2006).

Por falta de materiais nas escolas (essa é alegação dos professores) o atletismo é excluído das aulas de educação física escolar; os professores esquecem que se trabalhar em parceria com os pais e com a comunidade, podem confeccionar seus próprios materiais, sendo esse, um modo alternativo e apropriado para que sejam utilizados nas aulas, podendo contar com materiais do ambiente escolar e de casa. Essa parceria torna o desenvolvimento da aula mais lúdico, dinâmico e recreativo. (MARIANO, 2012).

O atletismo deve ser praticado nas escolas, pois em uma linguagem coloquial, é um esporte simples, bom e barato. Com certeza dificuldades existirão, os alunos preferem jogos de bola e tem certa resistência ao atletismo, mas cabe ao profissional ensinar de forma objetiva e clara sem se prender aos obstáculos que o ambiente pode lhe oferecer, deve ter-se comprometimento e fazer o seu melhor para tornar a pratica do atletismo nas aulas de educação física lúdica e aceita pelos alunos (MATHIESEN, 2014).

A Confederação Brasileira de Atletismo (CBAT, 2015) acrescenta por ser um esporte base do ser humano a Associação Internacional das Federações de Atletismo (IAAF) por meio de pesquisas resolveu criar o mini atletismo onde as atividades desenvolvidas deveriam ser apropriadas para as crianças de varias idades sendo que a modalidade teria que ser oferecida de maneira atraente, instrutiva e acessível para que o atletismo for o esporte individual mais praticado tanto nas escolas quanto fora dela e preparar as crianças para o atletismo de modo mais eficiente. O mini atletismo é carregado de objetivos como despertar e descobrir de forma lúdica as atividades básicas dos alunos (velocidade, corrida de resistência saltos, arremessos e lançamentos), a promoção da saúde, interação social e caráter de aventura que é a motivação ao aluno.



4. ASPECTOS POSITIVOS DO ATLETISMO NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

O atletismo na sua prática esportiva auxilia o amadurecimento social e emocional envolvendo os aspectos cognitivos, afetivos e sociais; por ser um esporte base a corrida, o salto, os arremessos e os lançamentos ajudam o desenvolvimento das crianças podendo transformar em um adulto ágil e habilidoso. O atletismo coopera na boa forma do aluno evitando o sobre peso e a obesidade por liberar energia ajuda também no funcionamento do cérebro e melhora o raciocínio, o desenvolvimento muscular e na flexibilidade. Na infância onde deve se iniciar hábitos saudáveis onde os jovens aceitam as aprendizagens e com auxílio do professor de educação física e de forma adequada ensinar a prática dessa modalidade aos alunos (GOMES, 2008 apud FERREIRA, 2012).

Para Mariano (2012) ao adaptar os materiais, modificar as regras e trabalhar o atletismo de forma lúdica ele poderá ser incluindo em diversas faixas etárias iniciando nas primeiras series e evoluindo, o aluno pode brincar de atletismo onde através dessa brincadeira ele conseguirá dominar o corpo, ampliar seus movimentos, conquistar o espaço, superar limitações e auxilia nos desafios motores, cognitivos, sociais e afetivos.

De acordo com Oliveira (2006) o atletismo escolar nas práticas das suas modalidades deve se proporcionar alegria para os alunos, estímulos, desafios para os mesmo apreciarem o esporte e começar a gostar da prática dele e com isso começar praticar exercícios físicos para ter discernimento de superar os erros e acertos tornando claros os interesses dos alunos, auxiliando a serem críticos e capazes de decidir e agir perante a sociedade como cidadãos.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através deste estudo, foi possível analisar as possibilidades do atletismo como conteúdo na educação física escolar e suas aplicações levando a benefícios no sentido cognitivo, motor, social e emocional, devendo ser ensinado por um



profissional capacitado, priorizando a individualidade dos alunos e suas fases de desenvolvimento.

Por fim, sabemos que a escola é o caminho para o pleno desenvolvimento da cultura humana e dentro desta perspectiva, fica claro que o atletismo deve ser introduzido nas aulas de educação física.

6. REFERÊNCIAS

CBAT. **Programa atletismo escolar da CABT**. São Paulo: CBAT, 2015. Disponível em: <http://www.cbat.org.br/atletismo_escolar/default.asp>. Acesso em: 24 set. 2015.

FERREIRA, Fábio Luis. **O ensino do atletismo nas escolas publica de Capão Bonito SP**. 2012. Monografia - (Graduação em Educação Física) - Sociedade Cultural Educacional de Itapeva Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva, Itapeva, 2012.

MATTHIESEN, Sara Quenzer. **Atletismo: se aprende na escola**. Jundiaí, SP: Editora Fontoura, 2004.

_____. **Atletismo: teoria e pratica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

OLIVEIRA, Maria Cecília Mariano de. **Atletismo escolar: uma proposta de ensino na educação infantil**. Rio de Janeiro: Sprint, 2006.