

PROGRAMA SEGUNDO TEMPO - PROJETO QUERO-QUERO: CONTRIBUIÇÕES DA EDUCAÇÃO FÍSICA

Coordenador: NADIA CRISTINA VALENTINI

Autor: MÔNIA TAINÁ CAMBRUZZI COUTINHO

A aquisição das habilidades motoras fundamentais (HMF) e esportivas é de extrema importância para o desenvolvimento da criança e do adolescente, pois possibilita a eles maior interação social, proporciona a exploração e o domínio de diversos ambientes e as torna mais independentes e autônomas. O não desenvolvimento das habilidades motoras fundamentais acaba por diminuir a participação de crianças e adolescentes em atividades físicas, esportivas e de lazer no futuro, o que pode influenciar suas vidas de maneira negativa. Segundo Gallahue e Ozmun (2002), as capacidades de coordenação motora são a base de uma boa capacidade de aprendizagem sensório-motora. Quanto mais elevado for o nível de desenvolvimento, mais rápido e mais seguramente poderão ser aprendidos movimentos novos ou difíceis, com uma economia de esforço, propiciando melhor orientação e precisão (PEREIRA, 2002). A aquisição de habilidades motoras depende da biologia do indivíduo, bem como de fatores sociais e culturais. Quanto maiores e mais variadas as vivências motoras oferecidas a criança e ao adolescente, maior a possibilidade destes atingirem nível maduro nas HMF, e maior o engajamento em atividades esportivas. Neste contexto, a Educação Física visa desenvolver, no Projeto Quero-Quero, um ambiente propício ao aprendizado das habilidades motoras fundamentais e especializadas através de atividades esportivas. As turmas, compostas por vinte e cinco alunos cada, são formadas de acordo com a idade dos participantes, assim busca-se agrupar crianças e adolescentes com habilidades e características (físicas e psicológicas) semelhantes. Desta forma, os alunos são distribuídos nas turmas infantil (6 e 7 anos), infante (8 e 9 anos), juvenil (10 a 12 anos) e júnior (13 a 16 anos). São oferecidos para as turmas esportes coletivos - basquete, futsal, handebol - e esportes individuais - ginástica artística, atletismo, natação e tênis. Os esportes são desenvolvidos ao longo de cada semestre, sendo que as aulas específicas por modalidade ocorrem duas vezes por semana com uma hora de duração. Com a finalidade de otimizar o aprendizado, as aulas são planejadas e desenvolvidas seguindo uma estrutura organizada com 4 fases: a fase inicial (atividades que envolvam domínio corporal e esforço físico), fase preparatória (aprendizagem das HMF), fase principal (atividades mais complexas, estruturadas e sequenciais), e fase final (atividade de relaxamento, alongamento e reflexão sobre a aula).

Busca-se implementar uma metodologia motivacional adequada, em um ambiente onde se possa maximizar o tempo de prática e engajamento dos alunos, através da utilização de estratégias como dicas verbais, feedback, explicações com a demonstração do gesto motor, atividades desenvolvidas em pequenos e grandes grupos e a elaboração em conjunto de diversas atividades. Desta forma pretende-se possibilitar aos participantes as mais variadas atividades para que eles possam se engajar de forma prazerosa e consistente.