

ATLETISMO: DAS MODALIDADES ATLETICAS AO RENDIMENTO

Eder Ferrari ⁽¹⁾, Bianca Suyane Mello Hahn ⁽²⁾

Resumo Expandido

⁽¹⁾ Professor e Coordenador do Ensino Médio Integrado em Informática no Instituto Federal de Santa Catarina - Campus Chapecó, eder.ferrari@ifsc.edu.br

⁽²⁾ Estudante do Ensino Médio Integrado em Informática no Instituto Federal de Santa Catarina - Campus Chapecó, bia.idance@hotmail.com

RESUMO: : O presente estudo visa apresentar resultados acerca do projeto Atletismo: das modalidades atléticas ao rendimento, no Instituto Federal de Santa Catarina – Campus Chapecó. O atletismo é um esporte pouco difundido no Brasil, através deste estudo, pretendeu-se estimular o desenvolvimento dessa modalidade. O projeto tem como objetivo, fomentar a prática esportiva e a inclusão social através do esporte educacional e de lazer em bairros de Chapecó/SC, utilizando de atividades pedagógicas que tiveram subsidio nos estudos de BOMPA (2002), palestras motivadoras e de recursos para execução do projeto. A partir disso, foi observado o desempenho dos alunos nas aulas e ficou evidenciado que, se for fomentado a prática do atletismo, é possível desenvolver o esporte e também formar atletas preparados para participar de competições.

Palavra Chave: Esporte, Educação, Inclusão.

INTRODUÇÃO

O presente estudo visa apresentar resultados acerca do projeto Atletismo: das modalidades atléticas ao rendimento, no Instituto Federal de Santa Catarina – Campus Chapecó.

Este projeto tem como objetivo fomentar a prática esportiva e a inclusão social através do esporte educacional e de lazer em bairros de Chapecó/SC, utilizando o Lúdico como pressuposto teórico/prático.

E como objetivos específicos proporcionar ao público alvo mais uma oportunidade de esporte e lazer; Promover a socialização, inclusão e a cooperação de alunos, servidores e comunidade externa por meio da prática esportiva; Contribuir para conscientização sobre a importância de hábitos saudáveis como forma de melhora da qualidade de vida e bem estar; Desenvolver um blog para divulgação, informações e andamento do projeto; Realizar produções científicas acerca da prática pedagógica e possibilidades de ensino do Atletismo; Promover os ideais do Olimpismo: educação por intermédio do esporte, a promoção do espírito coletivo, o intercambio cultural; Formar equipe para participar do Jogos Escolares de Santa Catarina (JESC) de 15 a 17 anos e dos Jogos do Instituto Federal de Santa Catarina (JIFSC) até 21 anos.

A prática esportiva é comprovadamente, se não exagerada, benéfica e prazerosa. Seus benefícios são vistos nas relações sociais, na coordenação motora, na condição física, na composição corporal, entre outros.

O esporte é um fenômeno cultural, construído socialmente, considerado a principal manifestação da cultura corporal de movimento no mundo atual. O que vemos hoje nos espaços públicos e nas escolas é a prática de apenas um esporte, limitando as possibilidades do se movimentar e a cultura corporal de movimento.

O atletismo é um esporte pouco difundido no Brasil. Através do projeto “atletismo: das modalidades atléticas ao rendimento”, pretendeu-se estimular o desenvolvimento dessa modalidade esportiva que segundo Matthiesen (2004) “é bom, bonito e barato”! de fácil acesso e utilização.

O Projeto se justifica na medida em que o esporte Atletismo é pouco trilhado nas escolas e escolinhas da região Oeste de Santa Catarina, em especial Chapecó. Este esporte é “considerado como um dos conteúdos clássicos da Educação Física (Matthiesen 2007).

Porém, sua aparição na mídia se dá em maior parte próximo aos jogos olímpicos e sua prática é pouco disseminada nas escolas devido a vários motivos que vão da falta de materiais ao espaço adequado.

Neste sentido, foi optado pelo esporte Atletismo como sendo mais uma forma de lazer, interação, saúde e sociabilidade no IF-SC campus Chapecó e a comunidade externa que a cerca. Este esporte possibilita um gasto energético grande, desenvolve boa coordenação motora e condicionamento físico, servindo de base para todas as outras modalidades esportivas e cotidianas.

METODOLOGIA

DAs aulas do projeto foram compostas por momentos de explanações de cunho teórico reflexivo, bem como de vivências da prática do atletismo e a importância das atividades físicas para ganhos a saúde.

A equipe executora foi composta pelo professor coordenador Eder Ferrari que foi responsável pela organização geral do projeto, ministrando aulas teóricas e práticas; professor Alencar Migliavacca, que auxiliou nas viagens para competições da equipe e na divulgação do projeto; professor Gerson Witte colaborou na divulgação do projeto, na confecção de cartazes e nas matérias para noticiar o projeto e resultados de competições; bolsista extensionista Bianca S. M. Hahn que ficou responsável pelo blog/perfil do facebook, auxiliou nas aulas práticas, levantou dados para construção de produções científicas e acompanhamento da compra de materiais específicos para a execução do projeto.

As atividades aconteceram nas Terças-Feiras e Sábados e ao final do projeto foi realizada uma competição e uma confraternização.

Para que os alunos pudessem desenvolver melhor suas habilidades físicas, a parte prática do projeto foi dividida e classificada em quatro etapas, tendo como subsídio os estudos de Bompá (2002).

As quatro etapas foram às seguintes: Iniciação, Modalidades atléticas, Atletismo como Esporte e Rendimento. Ficando as três últimas etapas com maior ênfase de trabalho.

Na etapa das modalidades atléticas foi apresentada uma visão global do atletismo, através de corridas rasas e com barreiras, saltos em altura, em distância, e triplo, além dos lançamentos e arremessos. .

Na Etapa do atletismo como esporte, conhecimentos técnicos tiveram maior ênfase e mais correções foram efetuadas. Nessa fase os alunos tiveram contato com a maioria das provas do atletismo.

Na etapa de rendimento os alunos integrantes do projeto participaram de eventos como Festivais e Torneios municipais, Campeonatos Estaduais e sul brasileiro nas suas devidas categorias.

A idade cronológica não determinava em qual etapa o aluno se encontrava, tentou-se respeitar a individualidade biológica, bem como seu desenvolvimento cognitivo e motor, o que leva os alunos mudarem as etapas são os testes aplicados, e o “feeling” do professor.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para qualquer pessoa, é de suma importância a combinação da prática de exercícios físicos e de hábitos saudáveis aplicados no seu cotidiano, e segundo (Marani, 2006, p. 64) “Hábitos saudáveis quando desenvolvidos desde a infância aumentam a probabilidade de serem mantidos durante toda vida”.

Portanto, a partir dessa necessidade de incentivar os alunos à praticarem hábitos mais saudáveis, os participantes do projeto foram conscientizados sobre a importância da qualidade de vida e do bem estar a partir de conversas motivadoras e de palestras.

Levando em consideração que o atletismo é o esporte base para as demais modalidades esportivas, e de fácil acessibilidade e praticidade, foi fomentado à prática do mesmo, pois é um esporte pouco difundido no Brasil e necessita de um amparo maior para a sua expansão.

Para auxiliar nesse incentivo, foi criada uma página no facebook para regar de informações relevantes sobre o projeto e o atletismo de modo geral, englobando as provas, regras e curiosidades.

As redes sociais vêm crescendo consideravelmente ao passar do tempo, conseguindo milhões de adeptos que se vão se tornando dependentes dessas mídias, tornando-as ótimas ferramentas que auxiliam para a divulgação do projeto.

“As redes sociais, como Orkut, Twitter, Facebook, Youtube, entre outras, são acessadas por um número cada vez maior de pessoas em diferentes partes do planeta; é uma forma rápida e prática de comunicação e hoje em dia vêm se tornando uma forte ferramenta do marketing na divulgação de novas ideias, propaganda, etc” (SILVA, 2011, p. 25)

O projeto tinha também como objetivo formar equipes para disputar determinadas competições que variavam entre as esferas municipais e estaduais.

A equipe formada para disputar os Jogos Escolares de 15 à 17 anos obteve o 1º lugar na esfera municipal no gênero feminino e 2º lugar no gênero masculino, classificando vários alunos para a competição estadual.

A equipe formada para representar o campus Chapecó no estadual entre os câmpus do IFSC conquistou várias medalhas e classificou alguns integrantes para uma competição sul brasileira, da qual, 4 alunos conseguiram classificação para o brasileiro dos IFs.

A participação nas competições descritas anteriormente superou as expectativas e mostraram

que, com incentivo e oportunidade, os resultados aparecem e o atletismo é praticado.

O projeto contou com atividades pedagógicas para o aperfeiçoamento e aplicação de técnicas da modalidade nos alunos. Nessas atividades foram utilizados métodos que deram ênfase na superação e no trabalho em equipe.

CONCLUSÕES

O atletismo é um esporte acessível, pois apresenta praticidade e grande viabilidade econômica. No Brasil, historicamente, o atletismo não conta com muitos investimentos públicos, o que dificulta a expansão do esporte.

Com este projeto, ficou evidente a importância de mais iniciativas do gênero, pois com a divulgação da existência deste espaço para a prática do atletismo, a comunidade demonstrou interesse. Com metodologia que foi desde atividades pedagógicas até a aplicação e aperfeiçoamento de técnicas, confirmou-se que é possível difundir o atletismo como prática esportiva cotidiana, bem como formar atletas preparados para participar de competições. Desta forma, foi possível alcançar os objetivos iniciais do projeto.

Ainda, como as ações do projeto possibilitaram o acesso da comunidade a prática de atividade física orientada, percebeu-se uma mudança positiva na postura dos participantes referente à atividade física e hábitos alimentares, fatores estes que refletem diretamente no bem estar dos indivíduos.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à Pró-Reitoria de Extensão e Relações Externas do IF-SC, por financiar o projeto de extensão, que propiciou mais uma vivência da prática esportiva para a comunidade e aos alunos do IF-SC.

REFERÊNCIAS

MARANI, F.; OLIVEIRA, A.R.; GUEDES, D.P. **Indicadores comportamentais associados à prática de atividade física e saúde em escolares do ensino médio.** Disponível em: <http://www.gepafisuel.xpg.com.br/publicações/marani_rbcm_2007.pdf>. Acesso 11 jun. 2006.

SILVA, R.C. **Marketing da informação em redes sociais: Facebook.** 1.ed. João Pessoa: UFPB, 2011.

BOMPA, T. O. **Teoria e metodologia do treinamento.** 1.ed. São Paulo: Phorte Editora, 2002.