

Estágio Supervisionado em Educação Física: uma experiência com educação de jovens e adultos

*Alessandro Avance**

*Alex Aziel da Silva**

*Silvana Ventorim***

Resumo Abstract

Este artigo relata uma experiência de ensino da Educação Física junto ao Projeto de Extensão “Alfabetização e Formação na Prática de Educação de Jovens e Adultos” do Centro Pedagógico da Universidade Federal do Espírito Santo (UFES). Essa experiência resultou das atividades desenvolvidas na disciplina Estágio Supervisionado do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Educação Física e Desportos da mesma Universidade, no semestre 98/2.

This article presents the results of a Physical Education teaching experience, developed as a part of an extension project “Literacy and Youth and Adult Education” carried out by the Centro Pedagógico at the Federal University of Espírito Santo (UFES). That teaching experience took place in the semester 98/2, as a traineeship activity offered by UFES Physical Education undergraduate course.

* Acadêmicos do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Educação Física da Universidade Federal do Espírito Santo (CEFD/UFES).

** Professora do Departamento de Didática e Prática de Ensino do Centro Pedagógico da UFES.

Este artigo relata uma experiência de ensino da Educação Física junto ao Projeto de Extensão “Alfabetização e Formação na Prática de Educação de Jovens e Adultos” do Centro Pedagógico da Universidade Federal do Espírito Santo (CP/UFES). Essa experiência resultou das atividades desenvolvidas na disciplina Estágio Supervisionado do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro de Educação Física e Desportos da mesma Universidade, no semestre 98/2.

Tendo como eixos orientadores a análise e problematização da realidade educacional e a elaboração/execução de propostas de intervenção didático-pedagógica, a disciplina Estágio Supervisionado visa concretizar o objetivo de vivenciar experiências teórico-metodológicas de ensino-aprendizagem, de modo a buscar a reinterpretação, inovação e transformação dessas vivências, tendo por referência uma teoria educacional progressista. Nesta direção, temos trabalhado o Estágio Supervisionado envolvendo a organização do trabalho pedagógico e o desenvolvimento de aulas de Educação Física num constante processo de reflexão-ação. Este processo tem apresentado significativas experiências didático-pedagó-

gicas desenvolvidas nos ensino médio e fundamental e que estão registradas em relatórios de um projeto de pesquisa vinculado à referida disciplina.

Com base na perspectiva de ampliarmos os campos de atuação do Estágio Supervisionado e na necessidade em atender o compromisso político-social de contribuir com o conhecimento da Educação Física como parte do todo curricular para o processo de formação de jovens e adultos, é que decidimos, no semestre 98/2, nos inserir no Projeto de Extensão “Alfabetização e Formação na Prática de Educação de Jovens e Adultos”. Além da inserção nesse projeto de extensão, em semestres anteriores, também desenvolvemos o estágio em outros projetos como o de Educação Especial do CP/UFES. Ressaltamos que a intervenção didático-pedagógica do Estágio Supervisionado ocorre, essencialmente, nos ensinos fundamental e médio. No entanto, acreditamos que devemos trabalhar na construção de pólos de atuação de estágios diversificados, desde que estes estejam comprometidos com o processo de formação humana.

Esse Projeto de Extensão, que tem por base três linhas de ação –

o atendimento de demandas da educação básica de funcionários à universidade, a formação do educador de jovens e adultos na prática e o assessoramento na formação de educadores às redes públicas de ensino e entidades comunitárias – objetiva “promover, na educação de jovens e adultos, a consciência do exercício do direito à educação e à formação (...), de modo a proporcionar-lhes a oportunidade de desenvolverem, a partir de suas experiências anteriores, as habilidades básicas de leitura, escrita e matemática, necessárias ao domínio dos demais conhecimentos acerca da realidade social, de forma crítica e participativa” (Oliveira, 1996, p. 2). Dessa forma, o projeto tem revelado, essencialmente, o compromisso com a busca de superação do processo de marginalização de jovens e adultos que não tiveram acesso à escolarização.

Em função de dificuldades de ordem político-econômica, no ano de 1998, o atendimento das classes foi reduzido para uma turma. Especialmente no semestre 98/2, essa turma foi composta por dezoito alunos de diferentes faixas etárias (entre 21 e 67 anos), de ambos os sexos. Os alunos

atendidos pelo projeto são residentes nos municípios da Grande Vitória, e suas experiências de escolarização nos permitem agrupá-los como “...um pequeno grupo de alunos que não teve acesso à escola; um outro grupo com escolarização de 2ª a 4ª séries do ensino fundamental; e um terceiro grupo com experiência de escolarização de 5ª a 8ª séries” (Oliveira, 1999, p. 3).

Os princípios teórico-metodológicos da prática pedagógica desenvolvida pela Educação Física se baseiam nas formulações teóricas de Freire (1980, 1992, 1995 e 1996), Oliveira (1996 e 1999), Kunz (1991), Grupo de Trabalho Pedagógico UFPe e UFSM (1991) e Venterim (1997). Em linhas gerais, assim os apresentamos:

- conceber o ser humano como ser da práxis, que se auto-realiza nas suas diversas formas de se manifestar, de existir, criando e recriando, produzindo e reproduzindo a vida. O ser humano como ser inconcluso com e na realidade;
- garantir a educação como instituição especializada à formação do ser humano para as intervenções na vida sócio-política. A educação se carac-

- teriza por ser uma atividade sistemática, intencional e organizada do ponto de vista dos conteúdos e em relação aos seus métodos de apropriação e produção de saberes. Tem como objetivo a elevação do nível de compreensão da realidade por parte do educando, que deve ultrapassar a percepção do senso-comum em direção à formulações mais elaboradas;
- assumir a aula como espaço de resistência, contestação, confronto e produção de saberes para a instrumentalização científica, ética e política. Defende-se o rompimento com a forma de organização autoritária, fragmentada e descontextualizada do trabalho pedagógico, tendo em vista uma estruturação baseada na solidariedade, participação coletiva e crítica dos sujeitos;
 - buscar a formação da consciência crítica, ou seja, a compreensão da realidade cultural, social e política, a fim de formar a capacidade crítica e qualificada para participar no processo de construção da sociedade. A educação é um ato político;
 - defender que o ensino dos conteúdos não pode estar dissociado da leitura crítica da realidade. Por isso nega-se a passividade e abstratividade dos métodos de transferência, pois o conhecimento é dinâmico, cria-se e recria-se constantemente na história da evolução humana. O processo de conhecimento conscientizador da realidade que oprime e descaracteriza o ser humano em sua existência, concretiza-se no movimento dialético da reflexão-ação de um sujeito cognoscente e um objeto cognoscível. Ele envolve e parte das experiências pessoais dos seres humanos para, coletivamente, perceber as contradições e relações dos fenômenos sociais;
 - trabalhar na direção da construção da postura dialógico-problematizadora frente ao conhecimento, no sentido de possibilitar a reflexão e compreensão crítica bem como as possibilidades de atuar. A curiosidade epistemo-lógica, atitude que busca compreender a razão de ser dos fatos e as suas relações, se dá com a postura investigadora e questionadora frente ao objeto de conheci-

- mento. O diálogo, como interação, pronúncia, encontro e ruptura, pressupõe a denúncia ética, séria e competente dos problemas da práxis humana e, acima de tudo, responsabilidade, diretividade, determinação, disciplina e rigorosidade;
- apontar a problematização como caminho metodológico para desvelar a realidade. Problematizar significa desafiar os alunos a ultrapassarem o puro ato de memorizar os conteúdos, como também os professores, o puro ato de transferir conhecimento. Busca-se estabelecer a mobilização para o conhecimento, objetivando uma ampliação e um aprofundamento constante na situação problemática, selando o compromisso dos sujeitos com seus processos de aprendizagem. Isto significa o penetrar crítico e criativo no mundo do conhecimento;
 - resignificar as relações entre professores e alunos, já que essas são mediadas pelo objeto a ser conhecido, no sentido de superar a dicotomia entre ensinar e aprender. Ambos são sujeitos e, portanto, diferentes em suas tarefas;
 - argumentar que o educador precisa “cuidar” e recuperar a curiosidade que se inquieta, indaga e é criativa de nossos alunos, a fim de qualificar a práxis humana. As qualidades do educador são: competência técnica, consciência crítica, compromisso político com as transformações, ter visão crítica de seu papel e assumir-se com coerência, ética, humildade e tolerância.
- Na perspectiva de nos aproximarmos deste princípios, iniciamos o processo de intervenção didático-pedagógica junto à turma de jovens e adultos. Anteriormente a esse momento, nos reunimos com o grupo responsável pelo Projeto, a fim de conhecê-lo e discutirmos as ações a serem desenvolvidas por nós, especialmente por ser esta a primeira inserção da Educação Física pela via do Estágio Supervisionado.
- No semestre 98/2, as aulas de Educação Física aconteceram às terças-feiras, no horário de 14:30 às 16:00 horas, em uma sala de aproximadamente 300 m² do CEFD/UFES. Eventualmente utilizamos a piscina deste mesmo Centro.

Durante nossa prática pedagógica, procuramos desenvolver as atividades a partir do conhecimento que os alunos já traziam, fazendo a discussão e procurando a ampliação do conhecimento, a fim de promovermos a leitura e a compreensão da realidade.

Nossa primeira intervenção junto à turma teve como objetivo iniciar o processo de conhecimento entre alunos e professores-estagiários e realizar uma investigação sobre os interesses, necessidades dos alunos e suas concepções em relação à Educação Física, para que pudessemos trabalhar na construção da proposta de ensino. Sobretudo, realizamos o levantamento de conteúdos e temas para serem tratados pedagogicamente nas aulas. Tomando por referência Freire (1980), podemos caracterizar este momento na Educação Física, como a pesquisa do universo de movimento dos alunos. Evidenciamos que este momento não se configurou em um simples levantamento de conteúdos, como muitos têm interpretado esse princípio freireano, mas sim, representou o espaço de participação dos sujeitos no processo de decisão sobre as suas necessidades de aprendizagem. Além disso, ele se constitui como fomentador das ações posteriores, à medida que alunos e

professores-estagiários se “entregam”, expondo suas concepções, dúvidas, sentimentos e expectativas para serem problematizadas nas situações de ensino-aprendizagem.

Desse encontro visualizamos que a maioria dos alunos tiveram uma pequena vivência com a disciplina Educação Física na escola. Entretanto, foram apontadas diversas brincadeiras e jogos que realizaram quando crianças, como a queimada, o pular corda, futebol, piques, dentre outros. Um número menor de alunos (os mais jovens) diziam que jogavam futebol regularmente. Para as nossas aulas os alunos apontaram o interesse em fazer ginástica, musculação, hidroginástica, natação, futebol e outras atividades, para fins de promoção da saúde e de estética. Alguns alunos haviam recebido aconselhamento médico para que fizessem uma atividade física regular.

Frente a essas expectativas, procuramos desmistificar algumas considerações dos alunos, de modo a indicar que nossas aulas buscaríamos instrumentalizá-los com os conhecimentos da Educação Física para que pudessem compreender, interpretar e explicar os fenômenos da prática social.

Apontamos e discutimos as diversas formas de utilização desses conhecimentos e as suas diferentes finalidades, ressaltando que a saúde e a estética são apenas algumas delas. Primordialmente, enfatizamos a necessidade de nos apropriarmos, de forma teórico-prática, dos conhecimentos da Educação Física no processo de escolarização, já que estes se configuram como produção da práxis humana. Aliado a isso, reafirmamos (já que esta é a linha metodológica do projeto) a necessidade do processo de problematização dos conteúdos e situações de ensino, a fim de garantirmos um tratamento contínuo e rigoroso do conhecimento, considerando as questões sociais e culturais.

Nesse contexto, definimos inicialmente, por “percorrer” as indicações dos temas/conteúdos de ensino efetuados pelos alunos, para que, gradativamente, as retomássemos os mesmos para um tratamento pedagógico mais aprofundado e contínuo. A idéia foi a de apresentar/retomar os temas/conteúdos de ensino apontados pelos alunos. Assim, a nossa opção foi a de partir do conteúdo ginástica com o propósito de exercitar, conhecer/reconhecer as possibili-

lidade de ação, experimentar a criação de movimento e seqüências de movimentos, interpretar temas/ações corporais, compreender os efeitos, fisiológicos e biomecânicos, as relações sociais e culturais da prática da ginástica e o significado da prática vivenciada. Com esses mesmos propósitos utilizamo-nos da hidroginástica, salvaguardando as especificidades do ambiente aquático. Em função do tempo, os outros temas serão problematizados no próximo semestre.

Na aula seguinte, pedimos que os alunos andassem livremente pela sala, procurando explorar o local e fazer o seu reconhecimento. Foi interessante observar que eles começaram a andar em círculos pela sala, que tinha cerca de 300m², e, aparentemente, não prestavam muita atenção no ambiente e nas possíveis maneiras de caminhar. A turma foi chamada ao centro da sala e sugerimos que observassem suas possibilidades de locomoção naquela ambiente, indicando que a caminhada poderia ser feita em vários sentidos. A partir daí, uns caminharam lentamente outros, mais depressa e, até mesmo, corriam em vários sentidos.

Fizemos a observação das várias formas de caminhar e a sua relação

com os diversos sentimentos, ou seja, o andar pode revelar aspectos de nossa personalidade. Assim podemos ter um caminhar triste, alegre, tenso, apressado etc. Nessa atividade, procuramos relacionar essas considerações com as situações cotidianas dos nossos alunos.

Dessas diferentes formas de movimentos, entendíamos que poderia ser criada uma seqüência coreográfica para montarmos uma aula de ginástica aeróbica. Para levantarmos os movimentos que serviriam de elementos constitutivos da coreografia, promovemos a brincadeira do “chep-chep” que, através de uma pequena melodia ritmada com palmas, permitia aos alunos criarem, de frente a um colega, a sua própria dança. Esta dinâmica ocorreu em um círculo que formamos com os alunos. Destacamos que todos deveriam criar o seu próprio movimento.

Os alunos se mostraram bem tímidos, e os quatorze alunos presentes conseguiram criar cinco movimentos diferentes. Quando chegava o momento de cada um apresentar, eles copiavam/repetiam os movimentos já demonstrados pelo colega anterior. Mesmo assim, colocamos uma fita com músicas

que apresentaram o mesmo ritmo das palmas da brincadeira do “chep-chep”. Primeiro, cada batida da música correspondia a uma palma, em seguida, os ritmos regiam a velocidade da marcha estacionária. Após algum tempo, a maioria conseguiu sentir o ritmo e acompanhá-lo. Alguns tinham dificuldades, porém, não se desmotivaram.

Dos cinco movimentos criados pelos alunos durante a dança/brincadeira do “chep-chep”, montamos um bloco coreográfico. E, ainda, criamos um outro, formado por movimentos resultantes de manifestações que ocorreram durante a própria coreografia. Em relação a isso, foi observado por um aluno, a semelhança de um dos movimentos com o forró e com dança de discoteca. Essas observações foram garantidas na coreografia aeróbica construída na aula.

Após cerca de 20 minutos, fizemos o alongamento com o auxílio de um atlas-pôster do corpo humano, apontando qual musculatura estava sendo alongada. Ainda fizemos breves explicações sobre o alongamento, pois ele seria tratado em sua especificidade posteriormente.

Em outra oportunidade, trouxemos para a aula uma coreografia pronta, que retratava uma estória criada pelos alunos-estagiários. A estória apresentava o dia-a-dia de um casal de trabalhadores rurais. À medida que descrevíamos a rotina diária, íamos colocando os movimentos, em forma de mímica, para as atividades como plantação, colheita, comercialização e lucro. A turma demonstrou apreciação pela aula e se motivou bastante. Dançavam com os movimentos da coreografia e pareciam bem à vontade.

Após este momento, discutimos sobre as alterações que ocorriam no organismo durante o exercício físico, comparando as suas reações e sensações anteriores e posteriores às atividades. Os alunos descreveram essas alterações e nós confrontávamos suas considerações com o conhecimento da fisiologia do exercício, buscando, assim, a ampliação do conhecimento.

Também discutimos, a partir da estória sobre a vida no campo, a exploração sofrida pela classe trabalhadora, que não têm participação, ganhando um salário incompatível com as necessidades básicas humanas, como moradia, alimentação, transporte, educação, saúde etc.

Sobre os conceitos aeróbico e anaeróbico, tivemos uma aula específica para explicar e discutir o significado de cada um. A problematização desse conteúdo ocorreu a partir da leitura e discussão do texto denominado "Mecanismos Aeróbicos e Anaeróbicos", escrito por um dos alunos-estagiários. Iniciamos com a leitura do texto, tentando adaptá-la às capacidades cognitivas dos alunos. A turma envolveu-se com a aula, mesmo ela tendo uma parte de leitura do texto. Procuramos durante a leitura dar exemplos práticos do dia-a-dia, para uma melhor identificação dos alunos. Utilizamos, também, a exercitação de atividades para compreendermos a definição desses conceitos e, basicamente, a sua diferenciação e os seus benefícios. As situações de trabalho de nossos alunos foram tratadas de forma a compreender a realidade e a sua relação com os conhecimentos que a Educação Física pode proporcionar.

Como atividade complementar, dividimos a turma em pequenos grupos e solicitamos para que eles desenvolvessem, criando ou lembrando, três exercícios, e os classificassem como aeróbico ou anaeróbico. Esta tarefa foi

cumprida com muita competência pelos alunos. Percebemos a valorização que os alunos atribuem ao ato de aprender, quando este parte da e retorna a sua prática social. Nesse sentido a participação dos alunos como sujeitos do processo crescia, assim como nós também nos envolvíamos com a prática em processo.

Nas aulas sobre conscientização corporal e alongamentos, procuramos trabalhar a importância do exercitar o corpo de maneira a descobrirmos as possibilidades de movimento e os limites articulares. Através da proposição do desafio de descobrir as possíveis formas de se movimentar e, sobretudo, identificando verbalmente as ações realizadas, percebemos que os alunos responderam positivamente ao desafio perguntando, demonstrando movimentos e a musculatura contraída, relaxada, alongada, comparando com os dos colegas, enfim, estávamos num processo de descoberta/redescoberta do corpo. Regularmente solicitávamos aos alunos que tentassem perceber os músculos que estavam contraindo durante cada movimento, e ainda, o músculo alongado em cada exercício de alongamento.

Em um dos momentos de finalização desse tema, promove-

mos um relaxamento utilizando bolinhas de silicone, no qual os alunos eram separados em duplas, de forma que um dos colegas deitava-se em decúbito ventral enquanto o outro fazia a massagem, utilizando-se da bolinha. Essa atividade foi avaliada positivamente pelos alunos, mas causou uma série de comentários e acontecimentos extra-classe, já que ela exigia um contato corporal muito próximo entre os alunos.

O próximo tema abordado foi o alongamento propriamente dito. Buscamos avançar para além da visão tradicional (professor executa, aluno repete) que os alunos conheciam para as aulas de ginástica e alongamento. A forma de trabalho adotada foi em círculo e todos deveriam participar. Primeiramente tentamos identificar o que eles conheciam sobre os exercícios de alongamento, quando devemos fazê-los, sua importância como alongar-se corretamente e quais alongamentos são indicados para determinadas atividades (futebol, caminhada, etc). Feito isso, passamos para a execução das atividades que foram divididas por segmentos corporais e grupos musculares. Após algumas atividades, havia uma pausa em que ocorriam questionamentos sobre

qual músculo havia sido trabalhado e qual atividade ele poderia ajudar. Dessa forma, passamos por, praticamente, todos os grupos musculares. Nesse momento, pudemos diagnosticar alguns problemas de esquema corporal e identificamos que alguns alunos ainda não tinham consciência do corpo. Esses problemas foram incluídos na seqüência de nosso planejamento. O processo de reflexão-ação foi colocado como uma meta que gradativamente alcançamos.

Durante essa aula, foram surgindo novas dúvidas como, por exemplo, o que é distensão muscular e contratura? O exercício e o alongamento devem ser feitos antes do trabalho? Esses foram temas que procuramos debater, pois pretendíamos valorizar o conhecimento e as dúvidas que os alunos traziam para a aula. Procuramos explicar o que caracterizava uma contratura muscular e o que era uma distensão ou estiramento muscular. Um assunto que também foi bastante desenvolvido foi o da ginástica na empresa. Ela estaria preocupada com o bem-estar do trabalhador ou com o seu rendimento na produção?

Nas atividades aquáticas, que aconteceram em apenas uma aula, afastamo-nos um pouco da maneira como vínhamos trabalhando. Apenas lembramos alguns cuidados que deveriam ser tomados ao entrarem na piscina. Inicialmente, fizemos um aquecimento através de exercícios com deslocamentos na água, como corridas de formas variadas com mudanças de direção, de costas e com bastante descontração. Em seguida, trabalhamos com os pressupostos da adaptação ao meio líquido, como descontração facial, deslize, visão subaquática, apnéia, propulsão, impulso e respiração. Finalizamos essa aula com alguns minutos de alongamento e atividades recreativas. Os alunos estavam bastante motivados e empolgados com a piscina, onde transparecia o caráter lúdico e de brincadeira. Assim como nas demais aulas, procuramos garantir a dimensão lúdica das atividades. Devido ao início do período de recesso das atividades com os alunos do Projeto e o término da semestre 98/2, nossas aulas foram interrompidas.

Como atividade final, promovemos um momento mais sistemático para analisar as ações desenvolvidas, já que a avaliação foi assumida como guia do processo, ou seja, como instrumento de acompanhamento, orientação e

revisão das ações didático-pedagógicas. Por meio de uma aula dialogada, retomamos sinteticamente os conteúdos desenvolvidos e procuramos problematizar a nossa própria prática, visando analisar, especialmente, se o conhecimento tratado nas aulas de Educação Física estava sendo “utilizado” na vida cotidiana dos nossos alunos. Dessa forma, procuramos ouvir todos que participaram do projeto, para que falassem e/ou demonstrassem o que haviam aprendido. Nós também nos colocamos para avaliar o processo.

Os relatos demonstraram a compreensão dos alunos em relação a alguns temas tratados, quando, indicaram, por exemplo, que estavam fazendo alongamento no trabalho e que passaram a se conhecer melhor. Neste sentido, a avaliação das ações pôde apontar mudanças importantes na vida dos alunos e dos alunos-estagiários envolvidos no Projeto.

Em síntese, a partir dessas considerações, cabe-nos apontar alguns aspectos para efeito de finalização desse relato de experiência:

- a necessidade da continuidade da presença da Educação Física como parte do todo curricular, no Projeto de

Extensão “Alfabetização e Formação na Prática de Educação de Jovens e Adultos” do CP/UFES;

- a efetivação de práticas de intervenção que articulem ensino, pesquisa e extensão;
- a possibilidade de construção de uma prática pedagógica da Educação Física com base nas formulações de uma teoria crítica da educação, em especial a Pedagogia de Paulo Freire;
- a concretização de um projeto político-pedagógico interdisciplinar que expresse o compromisso com a superação do processo de marginalização social e cultural de homens e mulheres, jovens e adultos, excluídos do processo de escolarização.

Referências bibliográficas

FREIRE, Paulo. *Pedagogia do oprimido*. 8. ed., 1980.

_____. *Pedagogia da esperança: um reencontro com a pedagogia do oprimido*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1992.

_____. *À sombra desta mangueira*. São Paulo: Olho D'Água, 1995.

_____. *Pedagogia da autonomia : saberes necessários à prática educativa*. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1996.

KUNZ, Elenor. *Educação física: ensino e mudanças*. Ijuí: UNIJUÍ, 1991.

OLIVEIRA, Edna Castro de. *Projeto de extensão "alfabetização e formação na prática de educação de jovens e adultos"*. Universidade Federal do Espírito Santo, 1996.

_____. *Relatório: projeto de extensão "alfabetização e formação na prática de educação de jovens e adultos"*. Universidade Federal do Espírito Santo, 1999.

VENTORIM, Silvana. *Implicações da teoria pedagógica de Paulo Freire para a práxis da educação física no ensino de 1ª grau*. 1997, 300p. Dissertação (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal do Espírito Santo.

_____. GRUPO DE TRABALHO PEDAGÓGICO UFPe-UFESM. *Visão didática da educação física: análises críticas e exemplos práticos de aulas*. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1991.

Endereço para correspondência:

Silvana Ventorim

*Rua Aldomário Soares Pinto,
nº 135, Ed Gabriela apto. 203,
Jabour, Vitória, ES,
Cep. 29072-90.*
