

FUNDAÇÃO EDUCACIONAL REGIONAL DE AVARE

FACULDADE REGIONAL INTEGRADAS DE AVARE

A IMPORTÂNCIA DOS MOVIMENTOS BÁSICOS DE LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Luciano Napolitano Junior

Alex Sandro Pinto Da Silva

Orientador: Hélio Hiray

Resumo

A maior parte dos Professores relata que a escola não tem condições físicas, entende-se que o conteúdo de lutas vem sendo trabalhado de forma inadequada e muitas nem é colocado em prática. Não é necessário ser um especialista em Artes Marciais ou até mesmo um praticante para iniciar seus alunos de uma forma mais objetiva, onde pode ser auxiliados pelo PCN (Parâmetros Curriculares Nacionais) e CBC (Conteúdo Básico Comuns) reforçando o ensino das lutas na Educação Física Escolar.

Palavra-Chaves: Lutas Lúdicas, Educação Física Escolar e Ensino.

1. INTRODUÇÃO

A ludicidade por meio das brincadeiras pode ser excelente meio de incentivar e auxiliar a aprendizagem de diferentes áreas atuando assim de forma multidisciplinar, mas, no entanto a luta para Pais, Gestores, Professores, Alunos, atuar com lutas e Artes Marciais dentro da

Escola como parte do currículo, pode em um primeiro momento assustar, visto como um tempo pouco abordado e confundido muitas vezes com violência, pode-se dizer que as lutas são disputas em que os oponentes devem ser subjugados, com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, na combinação de ações de ataque e defesa usando o lúdico.

Caracterizam-se por uma regulamentação específica a fim de punir, atitudes de violência e deslealdade. Porém, ser citados como exemplos: rabo de gato e cabo de guerra, até as mais complexas do judô, jiu-jítsu e do karate, onde da para ser trabalhado o lúdico de varias forma.

A prática das lutas lúdicas em sua iniciação esportiva apresenta valores que contribuem para o desenvolvimento da criança, com o respeito, de disciplina, entre outros. Além disso, trabalha a expressão corporal e de fato ajudando na saúde das crianças. Quando falamos em arte milenária, ou das capacidades físicas envolvidas como força, flexibilidade, resistência, agilidade e a velocidade.

2. LUTAS LÚDICAS

Para a metodologia do trabalho pedagógico com as lutas na Educação Física escolar junto aos alunos da Educação Infantil e aproximadamente até o 5º ano do Ensino Fundamental (Ciclo I) é destacado um elemento muito importante que deve estar presente em todos os trabalhos na área: a ludicidade.

É importante procurar organizar os conteúdos das aulas referentes às lutas através de brincadeiras para que as atividades não se tornem tensas para as crianças. Mas será que é possível trabalhar com as lutas na Educação Física de forma lúdica? Este é um desafio para todos os professores das escolas em geral, independentemente dos conteúdos abordados, principalmente nas aulas para os alunos menores.

Já vimos que as lutas têm importância pedagógica tal como qualquer outro elemento da cultura corporal e, inclusive, da cultura humana em geral. Mas como organizar seus conteúdos de

forma lúdica, através de brincadeiras? Vejo como um dos caminhos possíveis para essa empreitada os chamados Jogos de Luta, que vêm ganhando força nos últimos anos no Brasil através de cursos e oficinas ministrados em diferentes encontros de profissionais e algumas poucas publicações. Os Jogos de Luta são atividades recreativas organizadas para a Educação Física escolar que utilizam elementos próprios do conteúdo lutas. Representam a adaptação das lutas em forma de brincadeiras.

Olivier (2000, p. 14-7) analisa que vivemos em uma sociedade de comunicação verbal e audiovisual. E que a escola, reproduzindo esse contexto, tenta banir os contatos físicos. Para ele, a oposição nos Jogos de Luta produz o confronto direto, o contato físico com o outro, e tudo o que isso implica emocionalmente.

Para combater é preciso tocar o colega, pegá-lo, agarrá-lo, dominá-lo com seu peso, aceitar ser jogado no chão e ser enfiado sob o corpo do outro. É preciso controlar as emoções da imobilização, da derrota e da vitória.

Lutar é, antes de tudo, encontrar o outro fisicamente. Este autor, com sua obra bastante fundada nas características do Judô, explica que para essas atividades lúdicas lutar se trata sempre de agarrar o colega, de o derrubar e o manter sobre o solo, e que cada criança pode encontrar inúmeras variações e formas de fazer isso.

Portanto, lutar supõe aplicar ações motoras particulares do modo mais diversificado possível, e procurar encadear os movimentos de ataque e de defesa apropriadas aos fins desejados. E com o objetivo de simplificar a abordagem das atividades e buscar uma seqüência pedagógica que inicie com jogos mais simples até se chegar a jogos mais complexos, Olivier (2000, p. 18-9) divide e classifica os Jogos de Luta em seis grupos.

Nos jogos mais simples, dos primeiros grupos, os papéis das crianças são previamente definidos, ou seja, os jogadores ora só atacam, ora só defendem. Realizar ações inicialmente em seqüência ao invés de simultaneamente tende a esclarecer bem a conscientização das tarefas evitando algumas possíveis dificuldades.

3. EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLA

A Educação Física é a aula mais esperada da semana, embora no ensino médio, os jovens já não tenham mais a mesma empolgação de quando eram crianças, principalmente o público feminino. É também, uma das matérias que mais apresenta aspecto preventivo, sobretudo em relação á saúde e bem-estar (PIAGET ,1978) .

No entanto, a educação física brasileiras, principalmente a respeito do ensino tático e teórico. Será que as escolas e os professores estão tendo dificuldades de alcançar os objetivos propostos pelo ensino da mesma? De fato, há ma lacuna que provoca muitas vezes o desinteresse de muitos alunos por essa disciplina notável.

A Educação Física é uma disciplina muito significativa, porém, por diversas vezes, pouco valorizada na grade curricular. Ela insere, adapta e incorpora o aluno no saber corporal de movimento, sua função é formar o cidadão que segundo Betti (1992) irá produzi-lá, reproduzi-la e transformá-la, qualificando-o para desfrutar os jogos, os esportes, as danças, as lutas, as ginásticas e práticas de aptidão física, em proveito do exercício crítico dos direitos e deveres do cidadão para a benfeitora da qualidade de vida humana.

A Educação física veio para somar e contribuir com a educação intelectual e moral nas escolas, uma das responsabilidades dessa disciplina é de instruir e instigar o aluno a opinar e se posicionar criticamente em relação ás atuais linha de cultura corporal de movimento.

4.ENSINO DA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

O entendimento de conteúdo em Educação Física foi marcado até recentemente (meados da década de 1980) pela ideia de atividade, no caso, de uma atividade física. Enquanto em outras disciplinas escolares o conteúdo sempre foi entendido como um conhecimento de caráter conceitual, na Educação Física, ele era visto como uma atividade. Essa atividade, à qual os alunos deveriam ser submetidos, tinha como principal objetivo melhorar a aptidão física (com

suas implicações para a saúde), além de influir no comportamento, moldando o caráter dos alunos.

A atividade física mobilizada para atingir esses objetivos (os chamados meios da Educação Física) assumiu diferentes formas, como a ginástica, as lutas, os jogos e os esportes.

Assim, nos diferentes níveis de ensino, (particularmente no antigo primeiro grau), o conteúdo da Educação Física, passou a ser composto fundamentalmente pelo esporte, nas suas mais variadas modalidades, distribuídas nas diferentes séries. As modalidades esportivas que mais se fizeram presentes e, de certa forma, ainda persistem, são o futebol/futsal, o voleibol, o basquetebol e o handebol.

A proeminência desses esportes tornou-se tão grande que em alguns contextos são caracterizados como o “quarteto mágico”. Além dessas modalidades, também o atletismo ganhou algum destaque e, em algumas poucas escolas que dispõem de piscina, a natação. Nesse processo, a ginástica passa a ser coadjuvante do esporte (“aquecimento”) ou é ensinada nas suas formas esportivas, como a ginástica olímpica (hoje artística) e a rítmica esportiva.

Os jogos, entendidos basicamente como pré-esportivos, são uma forma de iniciar a familiarização do aluno com o esporte. No planejamento do ensino, muito freqüentemente, os esportes eram distribuídos por bimestres: voleibol no primeiro bimestre, atletismo no segundo, e assim por diante. A obra que melhor reflete essa perspectiva de Educação Física é a coordenada por José Roberto Borsari (1980): Educação física da pré-escola à universidade: planejamento, programas e conteúdos.

Nos anos 1980, no contexto de uma ampla movimentação social e política em prol da democratização da sociedade brasileira, constituiu-se, também no âmbito da comunidade da Educação Física brasileira, um movimento, posteriormente denominado movimento renovador, que se caracterizou por uma forte crítica à função atribuída até então à Educação Física no currículo escolar.

Decorre dessa crítica uma mudança radical do entendimento do conteúdo da disciplina. Para caracterizar essa mudança de forma pontual, podemos dizer que o movimento renovador da Educação Física brasileira promoveu uma “desnaturalização” do seu objeto. Isso quer dizer que o corpo não mais é entendido somente como uma dimensão da natureza (em nós) e sim, principalmente, como uma construção cultural, portanto, simbólica.

O corpo e suas práticas expressam a sociedade na qual estão inseridos, ou seja, são construções históricas, assim como, no extremo, a própria noção de natureza é uma construção histórica. Nesse entendimento, as diferentes práticas corporais (ou atividades físicas, como eram chamadas) foram construídas pelo homem em determinado contexto histórico-cultural e com sentidos próprios.

Promove-se, então, uma “culturalização” do objeto/conteúdo da Educação Física. Assim vão ser cunhadas as expressões cultura corporal, cultura de movimento e cultura corporal de movimento para expressar o objeto/conteúdo de ensino da Educação Física.

5. DESENVOLVIMENTO

A atividade lúdica ou a capacidade de brincar tem um papel fundamental na estruturação do psiquismo da criança. É no brincar que a criança une elementos de fantasia e realidade e começa a distinguir o real do imaginário. Brincando, a criança desenvolve não só a imaginação, mas também fundamenta afetos, elabora conflitos e ansiedades, explora habilidades e, à medida que assume múltiplos papéis, fecunda competências cognitivas e interativas.

Abrir espaço no planejamento para ensinar como atingir, desequilibrar e derrubar um adversário pode parecer uns contra-sensos em tempos de tanta violência gratuita. Mas não é se você souber diferenciar as lutas (que são modalidades esportivas) das brigas (essas sim, manifestações de agressividade desorganizadas, TOLOCKA R. E.; BROLIO).

Tal como os esportes, os jogos e as ginásticas, elas são temas importantes do ensino de Educação Física. Com características próprias - atividades que fazem parte da história e cultura de diversos povos, têm regras e movimentos específicos -, elas podem ser praticadas por todos os alunos, independentemente da força, da altura, do sexo e da aptidão física de cada um.

Para trabalhar com esse assunto, o professor não precisa ser um atleta que saiba lutar judô, por exemplo. O essencial é estudar o assunto - tal como se faz com outros, como futebol

e alongamento - e se dedicar para que as informações apresentadas sejam compreendidas pela turma com clareza. Outro ponto importante que o docente precisa ter claro é que o objetivo não pode ser transformar os alunos em lutadores profissionais (como ocorre no caso da prática de esporte de alto rendimento).

A ideia é fazer com que eles conheçam as características comuns às lutas, as técnicas, o histórico, as vestimentas e os países em que as lutas são praticadas (e também vivenciem movimentos básicos de cada modalidade). TOLOCKA R. E.; BROLIO.

Na prática, isso quer dizer elaborar aulas que explorem habilidades motoras e capacidades físicas que envolvam os seguintes aspectos: força, flexibilidade, equilíbrio e desequilíbrio, agilidade e corrida ou saltos.

Esses são os elementos básicos para qualquer luta. Sendo assim, vale convidar os estudantes para experimentar um desafio de queda de braço ou para uma briga de dedão, em que os oponentes dão as mãos, mantendo os polegares levantados e, com o braço apoiado em uma mesa, tentar abaixar o dedão um do outro, por exemplo.

O importante é levá-los a compreender quão fundamental é, em ambos os casos, empregar a força para vencer ao mesmo tempo em que é fundamental não se descuidar do equilíbrio. Sem se esquecer também de deixar claro que violência e deslealdade são alvos de punição. Há muitas outras atividades que você pode propor aos alunos para trabalhar as habilidades exigidas pelas lutas. É possível, inclusive, inventar algumas e convidar os alunos a fazer o mesmo.

As que privilegiam o equilíbrio são as que têm como desafio manter o corpo estável mesmo diante de quedas e de tentativas de deslocamento do adversário. Práticas que exigem força devem fazer com que a musculatura vença a resistência para realizar algum movimento, como empurrar, elevar, apertar e segurar.

Atividades que envolvem agilidade ou rapidez são as que pedem capacidade de deslocamento, tempo de reação curto entre o estímulo recebido e o movimento realizado. Já as que têm como foco a flexibilidade exigem movimentos amplos que atinjam maior amplitude articular para sustentar algumas posturas, como as de chutes.

Para treinar a força, por exemplo, a turma pode praticar o cabo de guerra e, para o equilíbrio, vivenciar atividades que exijam ficar em uma perna só e ao mesmo tempo derrubar o adversário com algum tipo de golpe.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o professor de Educação Física deve trabalhar a Ludicidade, porque através dela a criança irá evoluir, uma vez que é prazeroso. A criança evolui suas habilidades, na sua troca com o meio, conquistando aos poucos e ampliando sua capacidade de se adaptar. Aos professores de Educação Física cabe lembrar que, devem oferecer brincadeiras criativas sem estabelecer tantas regras, deixando as crianças livres para expressar sua imaginação. A criança evolui suas habilidades motoras, na sua troca com o meio, conquistando aos poucos e ampliando sua capacidade de se adaptar. Le Boulch (1983, p. 65)

O professor de Educação Física tem um grande papel na vida da criança, assumindo uma responsabilidade de direcionar e trabalhar de maneira correta, conseguindo conciliar brincadeira com o aprender, explorando todos esses aspectos citados nesse estudo sem cobrar de uma forma cansativa.

A atuação do professor nas atividades de lutas deverá se pautar pela atenção e antecipação de situações que possam provocar acidentes, considerando que os alunos iniciantes não têm o domínio corporal apurado, sendo isso, portanto, fonte de risco. Alguns alunos poderão se mostrar muito estimulados com as atividades e deverão ser monitorados para evitar lesões aos colegas ou a eles próprios.

Deverão, como indicado no início do texto, ser orientados a retirar qualquer acessório que possam causar perigo e o professor é responsável por verificar se a orientação foi cumprida. O professor deverá checar as características do local em que a aula vai ser ministrada, dando atenção, especialmente, ao estado do solo, à existência de quinas pontiagudas, de superfícies com vidros ou espelhos, escadas e grades de metal. A partir destas primeiras recomendações, acredito que o professor poderá iniciar um razoável trabalho de aproximação com o vasto conteúdo da área das lutas.

Cabe também salientar que não existe conteúdo na Educação Física que seja unânime e que agrade a todos. As lutas têm se demonstrado um conteúdo democrático, pois ao contrário de modalidades que privilegiem somente um tipo físico, aceitam os diferentes. Podemos citar os alunos com sobrepeso, que são discriminados em algumas atividades e encontram em uma luta de contato como o judô ou o sumô uma possibilidade de obter sucesso por meio do seu biótipo. Acreditando que as experiências prazerosas possam criar um hábito saudável para a vida toda, não custa nada ofertar aos alunos algumas simples atividades relacionadas às lutas!

7.REFERÊNCIAS

Le Boulch (1983, p. 65) apud Gonçalves (2001, p.21) A Educação física na escola infantil e sua ludicidade

TOLOCKA R. E.; BROLIO A. L., Educação física e seus movimentos corporais

TIEDT M. M. A.; SCALCO M. M, Educação Lúdica

VIGOTSKY E PIAGET; EDUCAÇÃO NO FUNDAMENTAL 2

OLIVER (2000, p. 18-9) Movimentos básicos da luta na escola.