



UFAM

UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA

**Importância e Contribuição do Estágio Supervisionado na
Minha Formação Profissional**

ITACOATIARA/AM

2013

IRIMAR RODRIGUES NEVES

**Importância e Contribuição do Estágio Supervisionado na
Minha Formação Profissional**

Trabalho de Conclusão de Curso do Curso de Licenciatura em Educação Física a Distância da Universidade Federal do Amazonas como requisito para a obtenção de nota na disciplina TCC.

ITACOATIARA – AM

2013

PROFESSOR EXAMINADOR

Prof. Pós-doc. Thomaz Décio Abdalla Siqueira

Itacoatiara, 16 de fevereiro de 2013.

“Não tenha medo, pois eu estou com você. Não precisa olhar com desconfiança, pois eu sou o seu Deus. Eu fortaleço você eu ajudo e o sustento com minha direita vitoriosa”.

ISAIAS: 41-10

Dedicatória

A Deus, que em sua infinita sabedoria guia meus caminhos me proporcionando saúde, serenidade e disposição para enfrentar todas as etapas desta árdua caminhada.

A minha família que com seu amor infinito e apoio incondicional são responsáveis por minha base pessoal e educacional.

A todos meus colegas que no convívio tornaram suportáveis as horas mais difíceis e mais felizes os momentos de vitória.

AGRADECIMENTOS

Ao meu orientador Thomaz Décio Abdalla Siqueira pela atenção, compreensão e sabedoria dispensadas a mim durante o período de elaboração deste trabalho.

Importância e Contribuição do Estágio Supervisionado na Minha Formação Profissional

RESUMO

O assunto abordado por este trabalho fundamenta-se em uma necessidade que todos os cursistas apresentam durante a longa jornada do curso que trata-se do Estágio Supervisionado e a contribuição que este traz ao longo para a prática e com relação à Licenciatura em Educação Física, a prática pedagógica. Consideramos de suma importância a participação dos profissionais da educação física para que os mesmos possam exercer de forma valorosa sua profissão, objetivando a formação de cidadãos críticos. Este estudo aborda a esta temática procurando descrever de forma sucinta a forma como o Estágio supervisionado foi realizado pelos acadêmicos do Curso de Licenciatura em Educação Física pela UFAM. Ele traz também os resultados dessa etapa do curso, onde o se mostra como acontece as aulas desta disciplina nas escolas Municipal José Vieira da Rocha e Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco, mostrando que a primeira apresenta falta de estrutura física para se trabalhar a mesma, enquanto a outra tem espaço para seus alunos desfrutarem das atividades físicas. Foi relatada nesse trabalho a necessidade do profissional de Educação Física de um maior conhecimento acerca dos Parâmetros Curriculares Nacionais, para que este tenha um maior domínio da mesma, e possa com isso oferecer a sua clientela um educação de melhor qualidade, preparando-os para a realidade. Com ênfase nessa temática o professor educa para a compreensão, reconhece limites e possibilidades valoriza o aluno como cidadão, para que torne o mundo mais recíproco e solidário. A pesquisa de campo foi realizada através de observação participante que ocorreu durante a realização do estágio e contribuíram para a construção deste trabalho.

Palavras-Chave: Estágio Supervisionado; Educação Física; Atividade Física; Saúde;

SUMÁRIO

I. INTRODUÇÃO	08
II. OBJETIVOS	10
II.1. Objetivos Gerais	10
II.2. Objetivos Específicos	10
III. REVISÃO DE LITERATURA	11
IV. MATERIAL E MÉTODOS	18
V. RESULTADOS E DISCUSSÃO	27
VI. CONCLUSÕES	29
VII. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	30
ANEXOS.....	31

I. INTRODUÇÃO

A disciplina Estágio Supervisionado oferece aos alunos da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFF, do curso de Licenciatura em Educação Física, oferecido pela Universidade do Estado do Amazonas – UFAM, o qual deu oportunidade de conhecer a realidade e a forma como são trabalhados os conteúdos de Educação Física nos níveis de Ensino: Educação Infantil, Ensino Fundamental I e II e Ensino Médio.

O estágio é uma fase da vida acadêmica do aluno de Educação Física onde aplicará os conhecimentos adquiridos em sala de aula. Esta etapa foi realizada em instituições educacionais, pré-determinados onde o acadêmico vivenciou a profissão de docente. O estágio é um período de exercício pré-profissional, onde o acadêmico, regularmente matriculado, desenvolve atividades profissionais ou comunitárias, sob a forma de programas ou projetos, sob a supervisão e avaliação de um professor da área da Educação Física. O estágio faz parte do Curso de Educação Física e é conteúdo obrigatório para integralização do currículo deste Curso.

Principais benefícios proporcionados pelo Estágio Supervisionado:

- Possibilita a aplicação prática dos conhecimentos obtidos no curso;
- Acelera e dinamiza a formação profissional;
- Facilita e antecipa a definição da futura profissão;
- Ameniza o impacto da passagem da vida estudantil para a profissional;
- Possibilita perceber as próprias deficiências e buscar o aprimoramento;
- Permite o conhecimento da filosofia, diretrizes, organização e o funcionamento de Escolas e instituições em geral;
- Incentiva a observação, a participação e a comunicação das ideias e experiências adquiridas, por intermédio de relatórios periódicos.

Os trabalhos de Estágio na Educação Infantil foram realizados na Escola Municipal José Vieira da Rocha, pois é a única na sede do município que oferece esse nível de ensino, portanto as etapas de observação, participação e regência neste nível foi realizado com turmas na faixa etária de 5 anos, no turno vespertino.

O momento direcionado ao Ensino Fundamental I, II e do Ensino Médio foi realizado na Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco no município de Silves.

Como essa disciplina é de caráter obrigatório com 105 horas para cada segmento da Educação Básica, este trabalho apresenta os requisitos exigidos por essa disciplina demonstrando como foi realizado o estágio neste nível de ensino.

A realização deste justifica-se pela necessidade de exigência do curso, o que ainda proporcionou aos cursistas um maior contato com a teoria e a prática que foi ensinada ao longo do curso.

Ressaltamos ainda que os objetivos propostos para esse trabalho foram alcançados, além do que proporcionou momentos de aprendizagem e interação com os demais colegas e alunos que participaram deste trabalho.

I. OBJETIVOS

II.1. Objetivos Gerais

Possibilitar a experiência de observação de profissionais que atuam a área de educação física nos diversos níveis de ensino, com uma perspectiva unitária e de conjunto, considerando o conhecimento teórico e prático do fenômeno educacional e suas relações com o contexto social, econômico e político.

II.2. Objetivos Específicos

- Possibilitar o contato com a realidade da sala de aula e da escola, principalmente no contexto escolar.
- Entender a dinâmica do trabalho pedagógico.
- Estabelecer relações entre a dinâmica da ação de ensino e de aprendizagem e as questões sociais, econômicas e políticas que interferem nesse processo.
- Oportunizar a formação prática em contato com profissionais experientes.
- Participar das práticas pedagógicas escolares.

II. REVISÃO DA LITERATURA

Este debate contribui para a constituição de princípios, diretrizes e parâmetros, para a realização de um trabalho voltado para a prática educacional que insere a disciplina de Educação Física, o qual visa abordar a temática Estágio Supervisionado e suas contribuições para a prática docente, buscando justificar a importância que este tem na formação do profissional.

Para abordarmos esta temática primeiramente iremos realizar uma análise acerca do ensino de educação física buscando base no que diz os Parâmetros Curriculares Nacionais, observando cada nível de ensino, pois este documento diz que:

“A prática da Educação Física na escola poderá favorecer a autonomia dos alunos para monitorar as próprias atividades, regulando o esforço, traçando metas, conhecendo as potencialidades e limitações e sabendo distinguir situações de trabalho corporal que podem ser prejudiciais”. (1997, p. 24).

Com base na afirmação acima concordamos que a prática da Educação Física pode somar sim no que diz respeito ao favorecimento da autonomia dos alunos, uma vez que o profissional desta área consiga perceber a importância da mesma para o processo de ensino aprendizagem.

Para que a Educação Física exerça esse papel importante no processo educacional, é preciso que:

“O lazer e a disponibilidade de espaços para atividades lúdicas e esportivas são necessidades básicas e, por isso, direitos do cidadão. Os alunos podem compreender que os esportes e as demais atividades corporais não devem ser privilégio apenas dos esportistas ou das pessoas em condições de pagar por academias e clubes. Dar valor a essas atividades e reivindicar o acesso a elas para todos é um posicionamento que pode ser adotado a partir dos conhecimentos adquiridos nas aulas de Educação Física” (1997, p. 26).

Como vimos às aulas de Educação Física possibilitam o despertar nos alunos um posicionamento de reivindicação dos direitos que os mesmos têm para a melhoria da sua qualidade de vida.

Essas são algumas diretrizes que os Parâmetros Curriculares trazem para que o professor de Educação Física tenha conhecimento acerca daquilo que ele precisa repassar para seus alunos, que suas aulas não precisam ser jogos que visem somente o lazer, mas que suas atividades devem estar voltadas para a formação dos indivíduos que estão sob sua responsabilidade.

Mas devemos tratar os PCNs com seriedade, pois eles possibilitam um amplo conhecimento acerca dos assuntos que devem ser abordados na Educação Física para que esta possa contribuir para a construção dos conhecimentos do indivíduo. Com relação às séries finais do ensino fundamental os Parâmetros destacam entre outras que:

“trazem nesta direção é a abordagem dos conteúdos escolares em procedimentos, conceitos e atitudes. Apontam para uma valorização dos procedimentos sem restringi-los ao universo das habilidades motoras e dos fundamentos dos esportes, incluindo procedimentos de organização, sistematização de informações, aperfeiçoamento, entre outros. Aos conteúdos conceituais de regras, táticas e alguns dados históricos factuais de modalidades somam-se reflexões sobre os conceitos de ética, estética, desempenho, satisfação, eficiência, entre outros. E, finalmente, os conteúdos de natureza atitudinal são explicitados como objeto de ensino e aprendizagem e propostos como vivências concretas pelo aluno, o que viabiliza a construção de uma postura de responsabilidade perante si e o outro. Essa explicitação minimiza a construção de valores e atitudes, por meio do chamado ‘currículo oculto’”. (1998, p. 46).

Como vimos, os Parâmetros apontam aquilo que deve ser ensinado nas séries finais do ensino fundamental e o professor dessa área deve estar atento ao que diz esse documento que serve de referência para que o ensino dessa disciplina cumpra seu papel na formação de seus alunos.

Ele aponta também a necessidade do professor ter um amplo conhecimento dos alunos que estão sob sua responsabilidade, quanto a isso vemos que:

“É interessante refletir e considerar a qualidade e a quantidade de experiências de aprendizagem oferecidas pela escola, em relação com o meio sociocultural vivido pelo aluno fora dela, no qual é bombardeado pela indústria de massa da cultura e do lazer com falsas necessidades de consumo, carregado de mitos de saúde, desempenho e beleza, de informações pseudocientíficas e falácias. Em suma, uma sociedade que promete para muitos e viabiliza para poucos.” (1998, p. 47).

Agora é importante ressaltar como o PCN retrata a forma como o professor deve ensinar, pois:

“A partir da inclusão, pode-se constituir um ambiente de aprendizagem significativa, que faça sentido para o aluno, no qual ele tenha a possibilidade de fazer escolhas, trocar informações, estabelecer questões e construir hipóteses na tentativa de respondê-las. Na aprendizagem e no ensino da cultura corporal de movimento, trata-se basicamente de acompanhar a experiência prática e reflexiva dos conteúdos na aplicação dentro de contextos significativos”. (1998, p. 46).

Como percebemos, para cada nível de ensino existem parâmetros que norteiam o ensino da Educação Física, por isso, faremos uma análise acerca da mesma no Ensino Médio, buscando referências para a prática da mesma na escola.

“A Educação Física no contexto escolar possui uma particularidade em relação aos demais componentes curriculares. Trata-se de um componente que contribui para a formação do cidadão com instrumentos e conhecimentos diferenciados daqueles chamados tradicionais no mundo escolar. O conhecimento da Educação Física é socializado e apropriado sob manifestação de conjunto de práticas, produzidas historicamente pela humanidade em suas relações sociais. Portanto, trata-se de uma área de conhecimento que exige espaços e tempos diferenciados dos espaços e dos tempos tradicionalmente tratados na escola, uma prática que exige ambiente físico amplo, arejado, protegido do excesso de sol e da chuva, equipado com materiais apropriados, que requer ajustes circunstanciais para o desenvolvimento dos temas específicos. Essa estrutura física vai

além dos muros das escolas, com a disciplina interagindo com a comunidade escolar, podendo explorar espaços para além dos espaços escolares, como ruas, rios, praias, praças públicas, cachoeiras, montanhas, etc.” (ORIENTAÇÕES CURRICULARES PARA O ENSINO MÉDIO. 2006, p. 224)

Com relação ao Estágio Supervisionado vemos a importância que o mesmo tem para a melhoria da prática de todos os profissionais, mas nos reportando aos profissionais da Educação Física, concordamos com Darido (2005) quando declara que:

“as competências a serem construídas pelos professores demandam a capacidade de articulação dos diversos saberes (conceitos, procedimentos, valores) que dão identidade ao universo das disciplinas científicas, como também dos saberes que emergem da realidade prática em busca da elaboração de novos significados e novas aprendizagens. Em última instância, devem ser competências que permitam uma nova maneira de enxergar essa realidade. Configura-se, assim, um processo de constante atualização dos saberes, ora estimulada pelo professor, ora gestada pelos próprios alunos, como um espaço para a manifestação de autonomia.” (p. 32)

As competências apontadas pelo autor podem ser construídas sim durante a prática do Estágio Supervisionado, pois ele fornece subsídios para que o cursista possa absorver aquilo que tem aprendido ao longo do curso, favorece também ao mesmo concluir o que é verdade ou não durante o estágio.

Durante a prática do estágio os cursistas procuram sempre seguir as práticas pedagógicas que a escola adotam, mas muitas vezes deparam com escolas sem propostas concretas, trabalhando sem direcionamento, sem um Projeto Político Pedagógico, por isso devemos analisar a afirmação de Kuenzer quando diz que:

“não há possibilidades de existências de práticas pedagógicas autônomas; apenas contraditórias, cuja direção depende das opções da escola e dos profissionais da educação no processo de materialização do projeto político-pedagógico” (2002, p.94).

Nóvoa (1992, p. 28) afirma que “o desenvolvimento profissional dos professores tem de estar articulado com as escolas e seus projetos”.

Saviani (2004, 49) afirma que “os cursos de preparação de professores devem visar à formação de seres humanos plenamente cultos, profundos conhecedores da história concreta dos homens, em lugar da formação de indivíduos ‘curtos’ (...)” e concordamos que parte dessa preparação por onde passam os professores inclui-se o Estágio Supervisionado.

Pois quanto ao estágio Pimenta e Lima (2004, p. 17) declara que:

“Partindo de pesquisas realizadas em escola de formação de professores, introduz a discussão de práxis, na tentativa de superar a decantada dicotomia entre teoria e prática. Conclui que o estágio ao contrário do que se propugnava, não é atividade prática, mais teórica, instrumentalizadora da práxis docente, entendida esta como atividade de transformação da realidade.”

Cada autor traz diferentes concepções acerca do estágio e da prática de ensino como vemos a seguir:

“Diferentes concepções de prática de ensino e de estágio e a valorização/desvalorização que lhe é atribuída revelam, na verdade, diferentes formas de conceber a organização curricular dos cursos de formação dos profissionais da educação e diferentes formas de conceber a elaboração e a produção de conhecimento e diferentes projetos históricos”. (FREITAS, 1996, p. 31).

Para isso apontamos elementos que contribuam para a reflexão do conceito de reestruturação produtiva e suas consequências para uma concepção de formação profissional.

Atualmente, estamos vivendo sob o impacto da reestruturação produtiva, que se caracteriza pela reorganização da forma como as coisas são produzidas, ou seja, entrada de novos padrões tecnológicos na produção de bens como condição para o aumento da produtividade e lucratividade e a reorganização de nichos de mercado.

“A docência é pensada ou como habilitação rápida para graduados, que precisam entrar rapidamente num mercado de trabalho, do qual serão expulsos em poucos anos, pois se tornam, em pouco tempo, jovens

obsoletos e descartáveis; ou então como correia de transmissão entre pesquisadores e treino para novos pesquisadores. Transmissão e adestramento. Desapareceu, portanto, a marca essencial da docência: a formação”. (CHAUI, 2001, p. 191).

Neste sentido a autora demonstra que ensino superior deveria garantir a produção do conhecimento e a sua socialização para que a população pudesse acessar aquilo que é produzido e acumulado pelo homem. Infelizmente, a maioria dos nossos jovens não se encontram nas Universidades, onde se produz conhecimento.

Para compreendermos a escola e o trabalho pedagógico na sua totalidade é necessário pensar o Estágio supervisionado dentro de um projeto coletivo maior para a formação do educador (FAZENDA, 1991) e não apenas enquanto momentos de materialização da teoria acumulada durante a formação na graduação. O trabalho pedagógico, neste enfoque, é entendido como intervenção e transformação da realidade.

A compreensão de Estágio Supervisionado no currículo de formação de professores deve estar subsidiada num projeto de sociedade, de homem, de educação. Não podemos desvincular estas categorias na discussão e elaboração da reformulação do currículo.

O estágio supervisionado de certa forma está relacionado a uma formação profissional voltada para atender as necessidades do mercado de trabalho, para o desenvolvimento das competências e habilidades. Ao contrário daquilo que defendemos para o Estágio Supervisionado, segundo Freitas (1997):

“Como momento em que, em contato com realidade da escola, os alunos e professores criam possibilidades de vivenciar o processo de trabalho pedagógico, articular teoria-prática, rever a teoria à luz da realidade concreta da escola pública e voltar à prática, produzindo, nesse momento, conhecimento novo sobre a escola e a sala de aula de maneira crítica e criadora”.

Portanto, podemos concluir que o Estágio Supervisionado tem sim sua grande importância nos cursos de formação, para que os cursistas possam sim usufruir de momentos para reflexão, onde colocarão em prática tudo aquilo que aprenderam ao longo do curso, mas devemos ressaltar também que para que o Estágio possa realmente ajudar o cursista a adquirir experiências e colocar em prática tudo o que aprendeu ao longo da sua jornada acadêmica, é

necessário que essa disciplina possa realmente ser bem planejada para que alcance seus objetivos.

III. MATERIAIS E MÉTODOS

O estágio supervisionado foi realizado em duas escolas distintas, pois não havia todos os níveis de ensino em uma só, desta forma ficou assim distribuída: a Educação Infantil foi realizado na Escola Municipal José Vieira da Rocha e na Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco Fundamental I e II e Ensino Médio, todas no município de Silves.

Primeiramente faremos uma análise do processo que ocorreu na Educação Infantil, a forma como foi realizado o estágio na mesma, sendo que serão detalhados os períodos que ocorreram a observação, a participação e a regência deste nível. Sendo de caráter obrigatório 105 horas para cada segmento da educação básica, o presente trabalho apresenta relatos de como foram realizadas as exigências feitas pela disciplina nesse nível de ensino.

Neste nível de ensino tivemos como objetivo geral promover o desenvolvimento integral do educando através das aulas de educação que serão teóricas e práticas, visando assim melhorar a qualidade de vida e como específicos: Exercitar o caminhar, andar, correr, marchar, saltar e carregar em situações diversas; Realizar exercícios com materiais diversos.

As atividades foram realizadas seguindo um cronograma pré-estabelecidos pela coordenação da disciplina, as etapas constituíram-se de observação, participação e regência. A etapa de observação conheceu-se as características e instalações da escola, além de análises do perfil da clientela em estudo.

Na segunda etapa foi reservado a participação do estagiário durante as aulas, como colaborador, auxiliando o professor nas aulas de Educação física sem assumir o domínio da turma, onde foram feitas as análises das aulas através da observação individual.

Na terceira etapa do Estágio Supervisionado caracterizou-se com a regência de classe, ou seja, pelo contato direto com os discentes realizando as ações planejadas e tendo a participação e colaboração dos demais colegas e preceptor de estágio.

Na próxima etapa diz respeito a composição do relatório parcial do que foi desenvolvido no segmento Ensino Infantil.

Primeiramente iremos destacar a etapa do Estágio Supervisionado que é a observação onde a partir da investigação do histórico da escola em estudo verificou-se que a Escola Municipal José Vieira da Rocha foi fundada no ano de 2006, inicialmente atendia somente alunos de Educação Infantil e séries iniciais do Ensino Fundamental só anos mais tarde passou a oferecer as séries finais do ensino fundamental, ela está localizada na Rua Francisco Xavier de Almeida s/n no Bairro do Mucajatuba, a mesma é pública, trabalha nas modalidades de ensino da Educação Básica no nível de Educação Infantil e Ensino

Fundamental na qual estão organizadas em ciclos nas séries iniciais e em anos as séries finais, atende alunos nos turnos matutino e vespertino, tem um anexo a Escola Estadual Dr. Agobar Garcia onde funcionam turmas do 6º ao 9º ano, em seu quadro atual há 57 professores, distribuídos na Educação Infantil e no Ensino Fundamental. Sua atual diretora é formada em Pedagogia e responde também pela SEMED, sua equipe técnica é formada por duas assistentes administrativas, atualmente não há nenhuma pedagoga, possui 10 merendeiras e 25 auxiliares de serviços gerais ocupando as mais diversas funções das quais são: motorista de ônibus e de combis, barqueiros e vigias.

As aulas de educação física nesse nível de ensino muito dos professores que trabalham com essas turmas realizam dentro da sala de aula outros usam a área de um parque dentro da escola são destinadas para educação física dois tempos de uma hora cada, fazendo um total de duas horas aulas por semana, esse horário destina-se das 13h às 17h horas.

No segundo momento mostraremos como o estágio de observação, pois foi realizada nas aulas de Educação Física na Escola Municipal José Vieira da Rocha que é ministrada pelo professor regular, têm 10 turmas de Ensino Infantil sendo cinco no turno matutino e cinco no vespertino, são turmas de alunos na faixa etária de 3, 4 e 5 anos, as mesmas são no mínimo de 26 e no Máximo de 29 alunos. As aulas são de caráter recreativas e são realizadas por alguns professores dentro da própria sala de aula outros usam a área de um parque da escola.

A escola dispõe de bastante material para desenvolver a prática da educação física, além de os professores não terem formação na área ainda são impedidos de realizarem qualquer atividade devido a falta de espaço (área) que a escola não tem para oferecer para serem desenvolvidas essas atividades, seria ideal se a escola tivesse uma quadra poliesportiva.

Quanto ao Estágio de Regência realizado na Escola Municipal José Vieira da Rocha, com turmas do Ensino Infantil, alunos com faixa etária entre 03 a 05 anos de idade. Durante as aulas de educação física os discentes ficaram a vontade, pois estava ansioso, mesmo dentro da sala de aula onde foram desenvolvidas as atividades que mudaram o comportamento dos alunos onde puderam fazer o que mais gostam (correr, pular, saltar), com isso, foi trabalhado todos os movimentos de motricidade da criança, nessas atividades foram priorizadas brincadeiras recreativas e cooperativas, todas as atividades foram de caráter lúdicas, fazendo com que os alunos vissem a educação física não só como aptidão física e sim como um fator essencial para o bem estar físico e social.

Com relação a Educação Infantil o Estagio Supervisionado do curso de Licenciatura em Educação Física, supriu todas as dúvidas adquiridas durante o período da parte teórica do curso, salientando o ocorrido em sala de aula o contato com os alunos durante as etapas do

estágio, observando o ambiente, participando da prática do professor, regendo sala de aula isso fez com que o estágio superasse todas as dificuldades encontradas.

Nesse sentido, o Estágio Curricular, com seu conhecimento e sua práxis, estão sim dentro da realidade escolar, isso faz com que se concretizem as práticas do profissional no repasse de conhecimento.

Com relação ao Ensino Fundamental I que foi realizado na Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco, destacaremos na seguinte sequência: observação, participação e regência.

Nesta etapa o objetivo geral foi conhecer a realidade em que se insere o processo para compreender os aspectos filosóficos, sociais, históricos, econômicos, políticos, culturais que configuram e condicionam a Educação Física escolar, e como específicos: Desenvolver a integração do educando através das aulas de Educação Física, que serão teóricas e práticas, visando assim melhorar a qualidade de vida; Promover a articulação e a integração entre saberes e processo dos diversos campos de conhecimento pedagógico, visando à formação do profissional de Educação Física e a unidade teórico/prática no trabalho pedagógico. Compreender os processos de planejamento pedagógico e atividades que ocorrem nos espaços educativos e as suas condições de desenvolvimento do educandos; Exercitar o caminhar, andar, correr, marchar, saltar e carregar em situações diversas e Realizar exercícios com materiais diversos.

Para a realização dessas atividades seguiu-se um cronograma pré-estabelecidos pela coordenação da disciplina, as etapas constituíram-se de observação, participação e regência no nível Fundamental I. A etapa de observação conheceu-se as características e instalações da escola, além de análises do perfil da clientela em estudo, onde utilizou-se o recurso da observação para conhecer melhor os alunos envolvidos.

Na segunda etapa foi reservado a participação do estagiário durante as aulas, como colaborador, auxiliando o professor nas aulas de Educação Física sem assumir o domínio da turma, onde foram feitas as análises das aulas através da observação individual.

Na terceira etapa do Estágio Supervisionado caracterizou-se com a regência de classe, ou seja, pelo contato direto com os discentes realizando as ações planejadas e tendo a participação e colaboração dos demais colegas e preceptor de estágio. A próxima etapa diz respeito a composição do relatório parcial do que foi desenvolvido no segmento Ensino Fundamental I.

No momento em que ocorreu a observação deu-se a partir da investigação do histórico da escola em estudo verificou-se que a Escola Estadual Humberto de Alencar

Castelo Branco, localiza-se na Av. Eduardo Braga, bairro Panorama, esta foi fundada no ano de 1972, atualmente atende alunos do Ensino Fundamental, EJA, Ensino Médio Regular e Ensino Médio com Mediação Tecnológica, é uma escola pública, o Ensino Fundamental está organizado em ciclos nas séries iniciais e as séries finais em anos. Atende alunos nos três turnos. Ela tem atualmente 50 professores em seu quadro de docentes, seu diretor tem nível superior, possui uma pedagoga, 03 assistentes e 06 auxiliares administrativos, 06 merendeiras, e 10 auxiliares de serviços gerais.

No momento em que ocorreu a participação as aulas de educação física no nível de Fundamental I, muito dos professores que trabalhavam com essas turmas realizavam dentro da sala de aula como atividades de pinturas e criações diversas etc., outros usam a área e a quadra poliesportiva da escola. Enquanto que, prática é desenvolvida na quadra da escola, são destinadas para Educação Física dois tempos de quarenta e cinco minutos cada, fazendo um total de noventa minutos ou duas aulas por semana, esse horário destina-se das 15h às 17h horas. Nessa primeira etapa do estágio foi observado a estrutura e o ambiente onde os discentes fazem a prática da Educação Física.

A aula de Educação Física na Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco, no Fundamental I é ministrada pelo próprio professor da turma acompanhado de um professor com formação na área. As aulas são voltadas para a parte esportiva. Nessa etapa a participação do estagiário foi auxiliando os professores nas atividades desenvolvidas com os discentes, assim como no planejamento das mesmas. Nas atividades práticas, auxiliando o professor na parte esportiva como: organização das equipes, auxiliando na marcação dos jogos, etc.

Com relação a etapa do estágio de regência realizado pelo acadêmico foi elaborado pelo setor pedagógico da Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco um horário específico para que fosse efetivado o referido estágio em turmas de 3º e 5º com relação à prática da Educação Física em dois dias da semana cada uma em horários diferentes.

No decorrer das aulas de Educação Física com a turma já citada, foram trabalhadas as dimensões físicas e sociais dos alunos, onde se utilizou jogos, desafios, danças, brincadeiras de rodas e outras. Essas atividades tiveram como prioridade desenvolver o gosto pela atividade física de forma prazerosa, lúdica e autônoma.

Quando as transformações ou percepções a partir das aulas, percebeu-se que os alunos no início procuravam a “bola” e não as aulas, o que durante o período de regência foi ressignificado a fim de se trabalhar os aspectos biopsicossociais dos alunos.

O material utilizado nessas aulas foi providenciado pelo estagiário. As aulas não foram assistidas pelo professor titular das turmas, sendo realizadas na quadra da escola e sala de aula.

O período referente ao estágio de regência no Ensino Fundamental I foi trabalhado de acordo com o professor regente da turma. O tema deste foi o basquetebol a partir do plano de curso, elaborou-se os planos de aula. As aulas preparadas foram de natureza teórica e prática, realizadas na quadra de esporte da escola.

O Estágio Supervisionado do curso de Licenciatura em Educação Física, supriu todas as dúvidas adquiridas durante o período da parte teórica do curso, salientando o ocorrido em sala de aula o contato com os alunos durante as etapas do estágio, observando o ambiente, participando da prática do professor, regendo sala de aula isso fez com que o estágio superasse todas as dificuldades encontradas.

Nesse sentido, o Estágio Curricular, com seu conhecimento e sua práxis, estão sim dentro da realidade escolar, isso faz com que se concretize a prática do profissional no repasse de conhecimento.

Com relação à etapa em que ocorreu o Estágio com turmas do Ensino Fundamental II, este teve como objetivo geral: Conhecer a realidade em que se insere o processo para compreender os aspectos filosóficos, sociais, históricos, econômicos, políticos, culturais que configuram e condicionam a Educação Física escolar, e como objetivos específicos: Desenvolver a integração do educando através das aulas de Educação Física, que serão teóricas e práticas, visando assim melhorar a qualidade de vida; Promover a articulação e a integração entre saberes e processo dos diversos campos de conhecimento pedagógico, visando à formação do profissional de Educação Física e a unidade teórico/prática no trabalho pedagógico; Compreender os processos de planejamento pedagógico e atividades que ocorrem nos espaços educativos e as suas condições de desenvolvimento do educando; Exercitar o caminhar, andar, correr, marchar, saltar e carregar em situações diversas e Realizar exercícios com materiais diversos.

As atividades foram realizadas seguindo um cronograma pré-estabelecidos pela coordenação da disciplina, as etapas constituíram-se de observação, participação e regência no nível Fundamental II. A etapa de observação conheceu-se as características e instalações da escola, além de análises do perfil da clientela em estudo.

Na segunda etapa foi reservado a participação do estagiário durante as aulas, como colaborador, auxiliando o professor nas aulas de Educação Física sem assumir o domínio da turma, onde foram feitas as análises das aulas através da observação individual.

Na terceira etapa do Estágio Supervisionado caracterizou-se com a regência de classe, ou seja, pelo contato direto com os discentes realizando as ações planejadas e tendo a participação e colaboração dos demais colegas e preceptor de estágio.

A próxima etapa diz respeito a composição do relatório parcial do que foi desenvolvido no segmento Ensino Fundamental II.

Durante o período de observação as aulas de Educação Física a nível de Fundamental II percebeu-se que as atividades físicas são desenvolvidas na quadra da escola, são destinadas para a mesma dois tempos de quarenta e cinco minutos cada, fazendo um total de noventa minutos ou duas aulas por semana, esse horário destina-se das 15h às 17h horas. Nessa primeira etapa do estágio foi observado a estrutura e o ambiente onde os discentes fazem a prática da Educação Física.

Quanto à participação as aulas de Educação Física na Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco, no nível do Ensino Fundamental II é ministrada pelo professor com formação na área e titular do componente curricular. As aulas são voltadas para a parte esportiva. Nessa etapa a participação do estagiário foi auxiliando o professor nas atividades desenvolvidas com os discentes, assim como no planejamento das mesmas, auxiliando o professor na parte esportiva como: organizando as equipes, auxiliando na marcação dos jogos, etc.

O estágio de regência realizado pelo acadêmico foi elaborado pelo setor pedagógico da Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco um horário específico para que fosse efetivado o referido estágio em turmas do Ensino Fundamental II, com relação à prática da Educação Física em dois dias da semana cada uma em horários diferentes.

No decorrer das aulas de Educação Física com o nível já citado, foi trabalhado as dimensões físicas e sociais dos alunos, onde se utilizou jogos, desafios, danças, etc. Essas atividades tiveram prioridade em desenvolver o gosto pela atividade física de forma prazerosa, lúdica e autônoma.

Quando as transformações ou percepções a partir das aulas percebeu-se que os alunos no início procuravam a “bola” e não as aulas, o que durante o período de regência foi ressignificado a fim de se trabalhar os aspectos biopsicossociais dos alunos.

O período referente ao estágio de regência no Ensino Fundamental II foi trabalhado de acordo com o professor titular das turmas. O tema deste foi o basquetebol a partir do plano de curso elaborou-se os planos de aula. As aulas preparadas foram de natureza teórica e prática, realizadas na quadra de esporte da escola. Diante disso, verificou a importância do trabalho de iniciação das modalidades esportivas e atividades físicas com os discentes,

percebeu também que a escola precisa valorizar mais a disciplina Educação Física dando mais espaço para trabalhar a mesma.

Neste período em que ocorreu a prática do Estágio Supervisionado com as turmas do 6º ao 9º ano houveram algumas dificuldades mas, todas resolvidas e essas experiências contribuíram para a melhoria dos trabalhos posteriores a serem realizados.

Com relação ao estágio que foi realizado com turmas de ensino médio os trabalhos contemplaram as três turmas: 1º, 2º e 3º ano, e trouxeram experiências para a prática pedagógica, me tiveram como objetivo geral: Conhecer a realidade em que se insere o processo para compreender os aspectos filosóficos, sociais, históricos, econômicos, políticos, culturais que configuram e condicionam a Educação Física escolar e os específicos foram: Desenvolver a integração do educando através das aulas de Educação Física, que serão teóricas e práticas, visando assim melhorar a qualidade de vida; Promover a articulação e a integração entre saberes e processo dos diversos campos de conhecimento pedagógico, visando à formação do profissional de Educação Física e a unidade teórico/prática no trabalho pedagógico; Compreender os processos de planejamento pedagógico e atividades que ocorrem nos espaços educativos e as suas condições de desenvolvimento do educando; Exercitar o caminhar, andar, correr, marchar, saltar e carregar em situações diversas e Realizar exercícios com materiais diversos.

As atividades foram realizadas seguindo um cronograma pré-estabelecidos pela coordenação da disciplina, as etapas constituíram-se de observação, participação e regência no nível Ensino Médio. A etapa de observação conheceu-se as características e instalações da escola, além de análises do perfil da clientela em estudo, como nos demais níveis de ensino.

Na segunda etapa foi reservada a participação do estagiário durante as aulas, como colaborador, auxiliando o professor nas aulas de Educação Física sem assumir o domínio da turma, onde foram feitas as análises das aulas através da observação individual.

Na terceira etapa do Estágio Supervisionado caracterizou-se com a regência de classe, ou seja, pelo contato direto com os discentes realizando as ações planejadas e tendo a participação e colaboração dos demais colegas e preceptor de estágio.

Com relação às aulas de Educação Física a nível de Ensino Médio as atividades práticas são desenvolvidas na quadra da escola, e as teóricas na sala de aula, com tempo de 50 minutos, sendo que são destinados duas vezes na semana pra essas atividades. Nessa primeira etapa do estágio se observou a estrutura e o ambiente onde os discentes realizam a prática da Educação Física.

No decorrer do período em que foi realizado o estágio de participação, foram concretizadas aulas práticas e teóricas do conteúdo programático referente a Ginástica Aeróbica Esportiva e Localizada. As aulas de Educação Física na Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco são ministradas duas vezes por semana, por um único professor, o qual trabalha com 11(onze) turmas do Ensino Médio, assim distribuídos:

- 4 (três) turmas de 1ª Série (1,2,3,4)
- 4 (três) turmas de 2ª Série (1,2,3,3)
- 3 (três) turmas de 3ª Série (1,2,3)

As turmas são divididas por idade com alunos de ambos os sexos, com um mínimo de 30 e máximo de 40 alunos por turma. As aulas acontecem entre o 1º o 5º tempo, os mesmos tem duração de 50 (cinquenta) minutos, sendo realizadas na quadra esportiva da mesma e em sala de aula.

O período em que foi realizado o estágio de regência trabalhado pelo acadêmico, o qual foi orientado pelo professor regente da sala de aula, teve como tema trabalhado Ginástica Aeróbica Esportiva e Localizada, o qual os planos de aula foram elaborados tendo por base o plano de curso. As aulas ministradas foram teóricas e práticas, o qual se utilizou a sala de aula e a quadra esportiva da escola. Partindo dos objetivos explícitos nas Orientações curriculares do Ensino Médio foram atribuídas às aulas para essa modalidade de ensino as variáveis como o respeito, a importância dos valores sociais e o posicionamento crítico dos alunos.

No decorrer do período em que ocorreu o estágio pode-se perceber que os alunos do Ensino Médio são interessados pelas aulas, o grau de participação motivação estão pautadas no ambiente do jogo, pois já tem a base trabalhada no Ensino Fundamental. As aulas realizadas foram dinâmicas possibilitando com isso maior autonomia dos alunos com relação às atividades trabalhadas nas aulas.

Podemos dizer que as aulas foram realizadas com sucesso, pois os alunos ficaram motivados durante as mesmas.

Assim, concluímos que nesta etapa do Estágio Supervisionado do curso de Licenciatura em Educação Física, contribuíram para solucionar todas as dúvidas adquiridas ao longo do curso, uma vez que promoveu o contato com os alunos no decorrer do estágio, a observação do ambiente escolar em que a educação física é praticada, a participação do professor regente da turma, isso tudo contribui para amenizar as dificuldades que foram encontradas nesse período.

Ressaltamos ainda que os materiais utilizados durante as várias etapas do estágio foram: bolas (futebol, futsal, vôlei e basquete), entre outros de fácil acesso.

Portanto, é correto afirmar que o Estágio Curricular, com seu conhecimento e sua práxis, se encontram inseridas na realidade escolar, fazendo assim com que o profissional concretize a sua prática repassando conhecimentos a sua clientela.

IV. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A temática analisada em questão trata-se de Importância e Contribuição do Estágio Supervisionado na Minha Formação Profissional, a qual ocorreu em duas escolas do município de Silves, a Escola Municipal José Vieira da Rocha e a Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco.

Na primeira foi realizado o estágio com turmas de Educação Infantil e na outra com turmas do Ensino Fundamental I e II e Ensino Médio. Ressaltamos ainda que o estágio realizou-se em escolas diferentes, pois a Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco onde foi realizada a maior parte do mesmo, esta não oferece turmas de Educação Infantil e como são as únicas escolas localizadas na sede do município, foram as contempladas com esse evento acadêmico, nesta pesquisa as investigações foram através da observação participativa e pesquisa qualitativa a qual obtivemos informações a cerca das investigações, do qual discutiremos os resultados.

Primeiramente faremos uma análise acerca dos resultados observados nas turmas de Educação Infantil o qual ocorreu o estágio, no início as crianças e professora titular da turma não estavam muito a vontade, mas no decorrer dos trabalhos ficaram animados com as atividades desenvolvidas.

Durante o período em que ocorreu a fase de observação, pode-se perceber que as atividades de Educação Física geralmente acontecem na sexta-feira, como forma de lazer para os alunos, o planejamento destas acontecem de forma aleatória, e as aulas são realizadas na maioria das vezes na sala de aula e muito raramente no pátio da escola.

Assim, podemos dizer que é imprescindível que a Educação Física seja bem trabalhada desde o Ensino Infantil, pois é através dela que o aluno começa a ter as primeiras noções do seu corpo e também dos movimentos que este pode executar.

Com relação aos resultados do estágio na turma do Ensino Fundamental I podemos dizer que foi muito proveitoso, destacando ainda que como nas turmas de Educação Infantil as turmas deste nível são trabalhadas somente como forma de lazer para os alunos e que o planejamento é realizado de forma aleatória e que os professores não têm muito conhecimento dos Parâmetros Curriculares Nacionais o que dificulta com que esta disciplina não seja bem trabalhada pelos mesmos.

Quanto aos resultados do Ensino Fundamental II e do Ensino Médio, pudemos observar que é realizado de forma mais dinâmica e mais direcionada, os conteúdos trabalhados estão dentro da proposta para cada série, sendo realizado com um cronograma e

horários específicos para cada série, tudo planejado pelos professores juntamente com a pedagoga da escola.

Quanto aos aspectos positivos e negativos podemos destacar primeiramente como positivos a receptividade por parte das duas escolas em receber os professores estagiários, os alunos e professores se envolvendo nas atividades realizadas o que contribuiu imensamente para o êxito do trabalho. De negativo destacamos a falta de espaço para que os alunos de Educação Infantil possam realizar suas atividades físicas, pois na sala de aula fica difícil realizar algumas aulas devido ao espaço ser reduzido.

Desta forma, o estágio contribuiu para mostrar a relevância que tem o conhecimento mais específico acerca da Educação Física, para que essa possa contribuir para a melhoria da educação.

VI. CONCLUSÕES

Podemos salientar que o ensino no Brasil teve avanços significativos ao longo do tempo, grandes instituições foram criadas para oferecer uma boa educação, profissionais foram contratados para cumprir uma boa educação, profissionais foram contratados para cumprir a tarefa no desempenho do ensino e construção do conhecimento. Muitos objetivos foram realizados, mas a educação brasileira, ainda vive momentos de intensa dificuldade, principalmente a pública que diariamente sofre desarticulações políticas e estruturais no que diz respeito ao ensino.

Com base na afirmação acima, destacamos a importância do profissional ter consciência de sua importância no processo de ensino-aprendizagem, da sua função na sociedade, por isso manter-se atualizado deve ser uma obrigação de qualquer profissional, principalmente do professor.

Ter conhecimento do que rege os Parâmetros Curriculares Nacionais é imprescindível para que este desenvolva um trabalho de melhor qualidade, pois através deste estará possibilitando ao educando um maior conhecimento acerca do seu papel na sociedade e no seu contexto social.

Destacamos aqui a necessidade de valorização da prática da Educação Física nas escolas, não uma aula de qualquer jeito, mas de qualidade proporcionando no educando não só o lazer, mas formando cidadãos críticos.

A falta de estrutura nas escolas dificulta o trabalho do professor de Educação Física, pois a maioria delas não possui uma quadra para as aulas, não possui materiais disponíveis, ou seja, tudo isso contribui para que o trabalho nessa área não tenha valorizado.

Portanto, concluímos que o Estágio Supervisionado contribuiu muito para conhecermos as dificuldades que os professores enfrentam durante suas práticas docentes, principalmente no que diz respeito à Educação Física, além também de fornecer subsídios para os professores estagiários ampliarem seus conhecimentos.

VII. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Secretaria de Educação Básica: **Orientações curriculares para o Ensino médio** vol I/ Linguagens, códigos e suas tecnologias. Brasília : Ministério da Educação, vol. 1, 2006.

_____. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física/1ª a 4ª séries**, Brasília: MEC/SEEFF, 1997.

_____. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física/5ª a 8ª séries**. Brasília: MEC/SEEFF, 1998.

CHAUÍ, Marilena. **Escritos sobre a universidade**. São Paulo: editora UNESP, 2001.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. **A educação física na escola: implicações para a prática pedagógica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

FAZENDA, Ivani C. A. O papel do Estágio nos cursos de formação de professores. In: PICONEZ, Stela C. Bertholo (coord.) **A prática de Ensino e o Estágio supervisionado**. Campinas: Papirus, 1991.

FREITAS, Helena C. de. **O trabalho como princípio articulador na prática de ensino e nos estágios**. Campinas, SP: Papirus, 1996.

_____. Trabalho, relação teoria-prática e o curso de pedagogia. In: BRZEZINSKI, Iria (Org.) **Formação de professores: um desafio**. Goiânia: ABEU, 1997.

KUENZER, Acácia Z. Exclusão e inclusão excludente: A nova forma de dualidade estrutural que objetiva as novas relações entre educação e trabalho In: LOMBARDI, José Claudinei; SAVIANI, Dermeval; SANFELICE, José Luis (Orgs.). **Capitalismo, trabalho educação**. Campinas, SP: Autores Associados, 2002.

NÓVOA, Antonio. **Profissão professor**. Lisboa: Porto Editora, 1992.

PIMENTA, Selma Garrido; LIMA, Maria Socorro Lucena. **Estágio e docência**. São Paulo: Cortez, 2004.

SAVIANI, Dermeval. Perspectiva marxiana do problema subjetividade-intersubjetividade. In: DUARTE, N. (org.) **Crítica ao fetichismo da individualidade**. Campinas, S P, 2004: Autores Associados.

ANEXOS

PLANOS DE AULA DA EDUCAÇÃO INFANTIL

PLANO DE AULA

CURSO: 2º Período **DISCIPLINA:** Educação Física **TURNO:** Vespertino

FAIXA ETÁRIA: 03 A 05 anos **HORÁRIO:** 15 às 17 horas

LOCAL: Escola Municipal José Vieira da Rocha

PROFESSORA TITULAR: Maria Auxiliadora Viana de Almeida

PROFESSOR ESTAGIÁRIO: Irimar Rodrigues Neves

ENSINO INFANTIL: Movimentos básicos e naturais

TEMA DA AULA: Conhecimento Corporal

OBJETIVO:

- Conhecer e identificar os segmentos corporais principais conhecendo assim todas as suas possibilidades de movimentos.

CONTEÚDO:

- Dá a bola

ESTRATÉGIA:

- Cada jogador, com uma bola, tem de jogá-la em si mesmo com a parte do corpo indicada pelo professor: cabeça, ombro, mão, pé etc.

RECURSOS:

- Bolas e qualquer espaço livre que permita desenvolver as atividades com segurança.

AVALIAÇÃO:

- Será observado a sua coordenação nas atividades desenvolvidas;
- Interesse pela atividade e
- Participação.

PLANO DE AULA

CURSO: 2º Período DISCIPLINA: Educação Física TURNO: Vespertino

FAIXA ETÁRIA: 03 A 05 anos HORÁRIO: 15 às 17 horas

LOCAL: Escola Municipal José Vieira da Rocha

PROFESSORA TITULAR: Maria Auxiliadora Viana de Almeida

PROFESSOR ESTAGIÁRIO; Irimar Rodrigues Neves

TEMA DA AULA: Orientação Tempo Espacial

OBJETIVO:

- Conhecer e identificar os principais segmentos corporais, cabeça, tronco e extremidades.

CONTEÚDO:

- Cola;

ESTRATÉGIA:

- Todos os alunos ficam dispersos ao redor dos diferentes arcos que estão no solo; o professor grita: “cabeça com cabeça” e os alunos buscam rapidamente um parceiro para ficar dentro dos arcos unidos pela parte do corpo indicada pelo professor. Posteriormente, o jogo continua com o professor indicando partes do corpo diferentes.

RECURSOS:

- Arcos
- Quadra ou área que ofereça segurança aos educandos.

AVALIAÇÃO:

- Será observado a sua coordenação nas atividades desenvolvidas;
- Interesse pela atividade e
- Participação.

PLANO DE AULA DO ENSINO FUNDAMENTAL I

PLANO DE AULA

ESCOLA ESTADUAL HUMBERTO DE ALENCAR CASTELO BRANCO

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 5º ano

Conteúdo: Conhecimento do corpo/ habilidades motoras

Jogos Cooperativos

Recursos : Bambolês

Objetivo : Dar asas a imaginação, e a criatividade ,estimulando a imaginação e a cooperação

Alongamento/ Aquecimento

Fazer uma explanação de como será realizado o trabalho.

Desmontar vários bambolês e de três formar um bambolê. Ao formar uns quatro bambolês.

Dividir em quatro equipes e pedir para que as equipes desenvolvam o maior numero de brincadeiras possíveis. Por exemplo: Passar por dentro do bambolê em movimento, passar de duas pessoas ao mesmo tempo por dentro do bambolê ao mesmo tempo em movimento. Cada equipe terá que desenvolver sua brincadeira

Em outro momento os alunos montarão os bambolês em grupos de cinco participantes. Cada equipe deve estar de volta de um, bambolê, passando os braços sobre os ombros do colega,devendo estar próximo,a ponto de os bambolês estarem em cima dos pés.Ao sinal do professor eles terão que levantar os bambolês sem toca-los com a mão, ate chegar a cabeça e enfiarem a cabeça dentro do bambolê.

Avaliação:

Observar se os alunos participaram de maneira cooperativa para que os demais alunos pudessem participar.

PLANO DE AULA

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 5º ano

Conteúdo: Esporte

Esporte Educativo - Handebol

Recursos: Bolas variadas

Objetivo: Estimular o desenvolvimento de habilidades motoras gerais. Integração social e descontração entre os alunos.

Alongamento / Aquecimento

Rápida exposição sobre a aula

Dividir duas equipes iguais, um grupo no meio da quadra e outro na marca dos sete metros.

a) Os da linha do meio com bolas e os que tiverem na linha dos sete sem.

b) Os alunos que estiverem na linha do meio vão arremessar e os da linha de sete metros vão tentar impedir de a bola chegue a trave.

Jogo-Handebol só com a mão esquerda dentro da grande área ,quando for fazer o gol pode usar a mão direita.

Jogo- Dividir a turma em três equipes iguais. Colocar um grupo na linha de frente, outro na grande área e outra no ataque. Sempre revezando as equipes de lugar.

Avaliação: Observar se os alunos tiveram uma boa integração com os demais alunos, mesmo com aqueles que não desempenham bem as atividades.

PLANO DE AULA DO ENSINO FUNDAMENTAL II

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 6º ano

Conteúdo: Elementos básicos das dança e variações rítmicas

Objetivo: Compreender a dança como atividade física e ampliar as possibilidades de criação nessa área.

Atividade: Os alunos juntamente com o professor vão levar material que estão relacionados com a dança para identificar elementos relacionados a expressão corporal já trabalhados nas aulas ,procurar saber se entre os alunos alguém se relaciona bem com a dança e aqueles que estão relacionados com a dança irão demonstrar para que outros possam também praticar os movimentos praticados pelo iniciante.

Avaliação:

Analisar as relações estabelecidas pelos alunos entre os movimentos praticados na aula e as aulas dadas de Educação Física e avaliar o interesse deles segundo a participação na atividade de dança.

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 6º ano

Conteúdo: *voleibol,*Origem e Evolução da Modalidade,*Regras e Fundamentos do voleibol.

Objetivos:*Conhecer os principais fundamentos e regras do voleibol

*Praticar atividades relacionadas a esta modalidade esportiva

Materiais necessários: Bolas de iniciação esportiva/ ou de vôlei, rede corda elástica.

Desenvolvimento: Conversar com os alunos sobre a aula a ser desenvolvida, em uma roda de conversa e posteriormente dando inicio ao aquecimento e a divisão das equipes onde cada aluno vai ter que tocar a bola para manter contato com a mesma em roda dando inicio aos toques principais do voleibol,como manchete recepção e etc.Sendo assim levar os mesmos ao

aquecimento e alongamento antes do treino geral , na atividade procurar trabalhar; deslocamentos, as paradas bruscas, os saltos, as agilidades.

Avaliação: Observar a participação dos alunos ao longo das atividades de conversa, alongamento, aquecimento durante a partida e importante que ao final a turma saiba contar mais sobre a história do vôlei, Reconheça as regras da modalidade e saiba executar alguns de seus fundamentos- o saque, manchete, os toques por exemplo.

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 7º ano

Conteúdo: Elementos básicos das dança e variações rítmicas

Objetivo: Compreender a dança como atividade física e ampliar as possibilidades de criação nessa área.

Atividade: Os alunos juntamente com o professor vão levar material que estão relacionados com a dança para identificar elementos relacionados a expressão corporal já trabalhados nas aulas ,procurar saber se entre os alunos alguém se relaciona bem com a dança e aqueles que estão relacionados com a dança irão demonstrar para que outros possam também praticar os movimentos praticados pelo iniciante.

Avaliação:

Analisar as relações estabelecidas pelos alunos entre os movimentos praticados na aula e as aulas dadas de Educação Física e avaliar o interesse deles segundo a participação na atividade de dança.

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 8º ano

Assunto: Handebol

Objetivo: Ensinar de acordo com as dificuldades dos alunos, as regras e fundamentos do Handebol.

Material: Uma Bola de Handebol

Organização: Dividir os alunos em 4 equipes

Execução: Ministrando o jogo, e parar sempre que existir dúvidas para explicar o que é correto.

Jogar e revezar a cada 5 minutos ou cada 2 gols que uma equipe sofrer.

Avaliação: Conversar as dificuldades da aula e pedir sugestões.

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 8º ano

Conteúdos :

*Futebol: História e Evolução da modalidade

*Regras básicas

*Fundamentos do futebol

*Possibilidades táticas ofensivas e defensivas

Objetivos:

*Conhecer a origem do futebol (em que ano surgiu, em que país, onde e por quem era praticado, quais eram as regras básicas da modalidade);

*Analisar diferentes estratégias de jogo;

*Aprender alguns fundamentos: deslocamento, paradas bruscas, mudanças de direção, velocidade, agilidade, drible, domínio de bola, passe, chute, cabeceio e etc.

Material Necessário: bolas, cone, cordas, campo de futebol e etc.

Desenvolvimento: Dando início a atividade será formada uma roda de conversa para discutir sobre o assunto futebol como seu surgimento e também suas regras, logo em seguida todos devem iniciar o aquecimento, e alongamento e prática dos fundamentos do futebol. A partir daí serão divididas as equipes para a atividade prática do futebol.

Após a aula formar uma roda de conversa com os alunos tirando algumas dúvidas para a próxima aula.

Avaliação: Observar a participação dos alunos durante as atividades e no decorrer das aulas os alunos passem a praticar o futebol tendo conhecimento da sua história e suas reais regras tanto numa prática simples como no profissional.

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Professor Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Serie: 9º ano

Assunto: Handebol

Objetivo: Ensinar de acordo com as dificuldades dos alunos, as regras e fundamentos do Handebol.

Material: Uma Bola de Handebol

Organização: Dividir os alunos em 4 equipes

Execução: Ministrando o jogo, e parar sempre que existir dúvidas para explicar o que é correto.

Jogar e revezar a cada 5 minutos ou cada 2 gols que uma equipe sofrer.

Avaliação: Conversar as dificuldades da aula e pedir sugestões.

PLANO DE AULA DO ENSINO MÉDIO

Plano de Aula de Educação Física

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Disciplina: Educação Física

Professor: Ary José de Souza Assis

Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Ano: 1º Ano **Turmas:** 01 e 02 **Ensino:** Médio

Conteúdo: Ginástica Aeróbica Esportiva e Localizada

Faixa Etária: 15 a 17 anos

Duração das Aulas: 04 (duas) horas/aulas

Data: 23 e 26/11/2012

Objetivos

- Reconhecer a Ginástica Aeróbica como uma manifestação ginástica;
- Conhecer os elementos que caracterizam essa forma de ginástica;
- Vivenciar práticas de ginástica aeróbica.
- Conhecer e realizar exercícios localizados.

AULA 01

Atividades:

Atividade 1

- Iniciar a aula apresentando à turma um vídeo demonstrando a ginástica aeróbica esportiva e outro sobre a ginástica laboral.
- Relembrar com a turma as atividades desenvolvidas na aula “**A Ginástica e suas diferentes manifestações**” e questioná-los se reconhecem a manifestação ginástica apresentadas nos vídeos da aula.

- Destacar então que nesta aula será trabalhada a Ginástica aeróbica esportiva (GAE), uma modalidade onde se executam **padrões de movimentos** complexos, de forma continuada e com alta intensidade usando uma **música** e interpretando-a e outras características, rotinas, regras e movimentos da dança em uma competição, bem como uma pequena história, os 7 passos básicos e os 4 grupos de elementos de dificuldades.

Atividade 2

- Após a explanação inicial sobre a GAE, convidar a turma para experimentar alguns dos movimentos desta modalidade de ginástica.
- Dispostos em círculo, demonstrar alguns movimentos e os alunos poderão acompanhá-lo, sendo estimulados a criar formas de saltitar combinando com movimentos de braços, formas de marchar diferenciadas e etc.

Atenção: Nesta atividade deverão ser escolhidos movimentos de simples execução como polichinelos, saltos, saltitos, marchas e elevações de Joelho.

Atividade 3

- Após a vivência isolada dos movimentos obrigatórios da GAE, será proposto à turma criar uma rotina/coreografia. A dinâmica para esta atividade poderá ser a seguinte:

“Jogo da memória da ginástica”

- Explicar que esta atividade o objetivo é memorizar o que o colega fez e acrescentar mais um movimento. Cada aluno cria um movimento (a partir dos obrigatórios da GAE) repetindo-o 4 vezes; o próximo colega da roda tem que realizar o movimento do colega anterior e mais o seu e assim sucessivamente até que todos da roda tenham participado.

AULA 02, 03 e 04

Atividades

- Introduzir a aula com prática social inicial, explicando que na primavera todos se preparam para praticar atividades visando a chegada do verão e objetivando a perda de peso, através da combinação da ginástica localizada com exercícios aeróbicos, como

caminhada e pedalada. A ginástica localizada é de fácil execução e permite a prática de exercícios cuidadosos e dentro do limite individual.

- Problematizar o tema, apresentando vídeos que demonstram os exercícios a serem realizados na ginástica localizada e perguntar:
 - ✓ Quais os verdadeiros resultados que a prática da ginástica localizadas trazem ao nosso corpo?
 - ✓ Você seria capaz de dedicar-se a esta modalidade para ter uma aparência saudável?
 - ✓ Os vídeos apresentam matérias que exploram os benefícios da ginástica localizada para o corpo e saúde?
 - ✓ Vale a pena se esforçar e dedicar parte do tempo à ginástica localizada?

ATIVIDADE 1

- Pedir para que os alunos realizem pesquisa de campo, conversem com pessoas conhecidas que praticam a ginástica localizada, através das seguintes intervenções:
 - ✓ Como conheceu a ginástica localizada?
 - ✓ No momento do primeiro contato com ela quais foram as sensações e expectativas?
 - ✓ Quais foram os benefícios trazidos após o início da prática da ginástica localizada?
 - ✓ Quantas vezes por semana praticam? Como veem a rotina sem a ginástica localizada?
 - ✓ Após os alunos concluírem a pesquisa e compararem as respostas, o professor poderá pedir para um aluno ir anotando as diferenças e semelhanças entre as respostas e com esses dados tabulados, eles deverão montar um painel comparativo que poderá ser exposto na sala de aula.
 - ✓ Conversar com os alunos sobre as expectativas encontradas em cada praticante da ginástica localizada.
 - ✓ Observar os conceitos coletados pelos alunos e o enriquecimento através da pesquisa realizada.

ATIVIDADE 2

- Convidar um instrutor de ginástica localizada para que possa conversar com os alunos sobre essa prática, como deverá ser a aula inicial (número de repetições, séries, musculatura a ser trabalhada, carga) e demonstrar como se desenvolve a ginástica localizada na teoria.
- Aproveitar este momento para debater sobre a ginástica localizada:
 - ✓ Quais benefícios a prática da ginástica localizada pode trazer para o organismo?
 - ✓ Existem restrições quanto à prática da ginástica localizada?
 - ✓ A ginástica localizada só funciona quando trabalhada com peso?
 - ✓ O que cada um acredita ser a ginástica localizada?
 - ✓ Você sente vontade de praticar a ginástica localizada? Justifique
 - ✓ Quem pode praticar?
 - ✓ Qual a opinião de cada um sobre a ginástica localizada?
- Apresentar um vídeo que exponha a Anatomia do Corpo, voltado para a visão do esporte e enfocando a importância dos músculos para o esporte. Concluir com as seguintes intervenções:
 - ✓ O que seria da ginástica localizada sem os músculos?
 - ✓ Como a ginástica localizada pode interferir em nossa musculatura?
 - ✓ Por que praticar ginástica localizada para fortalecer a musculatura?
 - ✓ O que fazer para ter uma atenção especial com nossos músculos?
- Após conversar sobre o recurso e a importância dos músculos em nosso corpo, pedir que os alunos redijam um texto oferecendo suas opiniões sobre como podemos associar a ginástica localizada para a manutenção muscular. Os textos podem ser catalogados e disponibilizados na biblioteca da escola.

Atividade Final

- Explicar a importância da ginástica localizada, por ser uma das mais tradicionais formas de fazer exercícios físicos é a ginástica localizada. Ela é feita com os exercícios priorizando séries para cada segmento muscular ou pelos segmentos articulares, em especial para atendimento do grupo adulto, que desejam melhorar o tônus muscular nas regiões abdominais, parte posterior de membros superiores e

também coxas e glúteos. Consiste basicamente em sessões estruturadas de séries de exercícios com número elevado de repetições para grupos musculares distintos.

- Realizar com toda a turma uma aula de ginástica localizada e contar com ajuda dos alunos ao pedir que cada um dê um exemplo de exercício para determinada parte do corpo.

Materiais: Aparelho reproduzidor de DVD, Datashow, Caixa Amplificada, Caderno, Caneta Esferográfica,

Espaço Físico: Sala de Aula, Área Livre ou Quadra Poliesportiva.

Avaliação:

Aula 1: Fazer um desenho sobre o tipo de ginástica que foi ensinada na primeira aula e explicar o que foi esclarecido sobre essa modalidade.

Aulas 2, 3 e 4: Participação e formação de conceitos nos momentos de discussão; através do conteúdo coletado para pesquisa; pela responsabilidade e interesse apresentados na realização das atividades propostas; através do conteúdo usado para a produção do texto, observando o que conseguiu assimilar até o momento e mostrando o que tem a oferecer com o que aprendeu e pela participação e realização da atividade prática proposta.

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Disciplina: Educação Física

Professor: Ary José de Souza Assis

Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Ano: 1º Ano

Turmas: 01 e 02

Ensino: Médio

Conteúdo: Promoção da Saúde

Faixa Etária: 15 a 17 anos

Duração das Aulas: 02 (duas) horas/aula

Data: 10 e 14/12/2012

Objetivos:

- Compreender que, independente da ideologia veiculada na mídia, para termos um corpo perfeito o importante é estarmos com saúde.

Atividades

- Realização a prática social inicial do conteúdo, problematização e instrumentalização.

Atividade 1

- Analisando imagens apresentadas e dizer que o corpo dos personagens podem ser considerados sedentários.
- Discutir com alunos as seguintes questões:
 - ✓ Por que a maioria das imagens veiculadas pelas mídias apresentam somente pessoas consideradas bonitas pela classe dominante, geralmente magros e com um padrão de beleza de modelos?
 - ✓ Qual sua opinião sobre o que é ter saúde?
 - ✓ Você tem saúde? Pedir que os alunos justifiquem suas respostas.
 - ✓ Já ouviram alguma notícia sobre a expectativa de vida há 30 anos e como está hoje?
 - ✓ Quais eram as principais causas de morte e quais são atualmente?
 - ✓ No seu município, existem maneiras diversificadas de práticas esportivas oferecidas pelas políticas públicas? Práticas estas que atendam a população como um todo (crianças, adolescentes, jovens, adultos e idosos)?
 - ✓ Para o senso comum, atividade física, esporte e exercícios físicos são sinônimos de saúde?
 - ✓ Mas, você sabe de onde vem essa associação?
- Informar que a associação entre prática regular de atividade física e a saúde vem desde a Antiguidade e há uma frase grega que exemplifica essa afirmação: "*Mens sana in corpore sano*", que significa "*Mente sã em corpo sã*".

ATIVIDADE 2

- Convidar os alunos para a realização de um debate com nossos alunos, podendo dar ênfase as seguintes colocações:
 - Somente atividade física pode promover a saúde?
 - Se esporte é saúde, como devemos tratar o uso do doping, as lesões esportivas e os casos de morte súbita de atletas?
 - Ser magro é ser saudável? Devemos fazer dietas e sacrificar nosso corpo em busca de um corpo "perfeito"? O que é um corpo perfeito para você?
 - Qual sua opinião sobre os atletas de final de semana? Esse tipo de atividade traz algum benefício? Por quê?

ATIVIDADE 3

- Assistir um vídeo que aborde o esporte como uma maneira para fugir do estresse. Informar que os benefícios do esporte afastam as neuroses, alivia as tensões e melhora a sociabilidade, traz equilíbrio, saúde, harmonia e alegria.
- Apresenta entrevista com o ator Marcos Frota que relata sua carreira no circo e fala sobre os benefícios da atividade física. O vídeo propõe a atividade da serpente que trabalha o domínio do corpo (saída rápida, parada brusca, mudança de direção, deslocamentos laterais); afetividade e cooperação entre integrantes do grupo que toma decisões coletivas; habilidades (tempo de reação, raciocínio rápido, visão periférica).
- Após conversar com os alunos sobre o que viram de interessante no vídeo, construir um tambor para dar o ritmo da atividade proposta, caso não tenham em mãos um tambor o ritmo poderá ser improvisado com palmas.

Para a confecção do tambor será preciso: 1 lata, Barbante, Papel colorido, 1 pedaço de madeira (baqueta), Retalhos.

Serpente

- Separar os alunos em grupos de 5 ou 6 integrantes, quanto mais gente tiver nos grupos melhor será brincar.
- O objetivo da brincadeira é a de aumentar o número de integrantes da sua serpente.

- Os alunos que estão na cabeça de cada serpente devem tentar pegar os últimos integrantes das outras.
- O tambor dá o ritmo, quando a batida é rápida eles aceleram a corrida e quando é mais lenta andam devagar.
- Cada aluno que é pego passa a ser a cabeça da serpente que capturou.
- Para defender sua cauda as serpentes devem andar, correr e executar diversos tipos de movimentos.
- Quando o tempo acabar ganha a serpente que tiver o maior número de crianças.

Atividade 4

Organizar a sua turma de alunos para realizar as seguintes atividades:

- Em dupla, montar um painel, com recortes de revistas com receitas milagrosas para ficar em forma.
- Após observar e analisar todos os painéis, anotar no caderno uma crítica a um dos produtos exposto.
- Em equipe, selecionar ídolos esportivos, analisar e responder às questões:
 - a) Por que essas pessoas se tornaram ídolos?
 - b) Elas aparecem em propagandas divulgando produtos para a "promoção" da saúde?
 - c) Vocês acreditam que os produtos oferecidos atingem o objetivo proposto em todas as pessoas da maneira como é divulgado? Por quê?
 - d) As celebridades que fazem propagandas de produtos para promover a saúde usam, realmente, o que vendem?
 - e) Podemos confiar em um produto, somente por que foi divulgado por um ídolo nosso?
- c) Promover um debate para discutir as conclusões alcançadas.

Materiais: 1 lata, Barbante, Papel colorido, 1 pedaço de madeira (baqueta), Retalhos, Imagens de corpos perfeitos, Aparelho reprodutor de DVD's, Datashow, CD's, Microfone, Caixa amplificadora e recortes de revistas.

Avaliação: Esta avaliação será realizada através das respostas dadas pelos alunos aos questionamentos feitos pelo professor através dos conceitos formados pelos alunos. Poderá ser utilizada, também como forma de avaliação, *a participação na atividade prática e a construção de painel demonstrativo.*

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Disciplina: Educação Física

Professor: Ary José de Souza Assis

Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Ano: 2º Ano **Turmas:** 01 e 02 **Ensino:** Médio

Conteúdo: A Ginástica Artística como movimento corporal, aparelhos e características de qualidades físicas.

Faixa Etária: 16 a 17 anos

Duração das Aulas: 02 (duas) horas aulas

Data: 27 e 28/11/2012

Objetivos:

- Ampliar o conhecimento dos movimentos da GA e a possibilidade de transferência para os diferentes aparelhos;
- Apresentar as sequências de movimentos e seu objetivo para a elaboração das séries;
- Discutir e vivenciar a GA enquanto possibilidade corporal de movimento;
- Identificar os aparelhos que mais necessitam de força e os que mais necessitam de flexibilidade;

- Realizar pesquisas sobre as qualidades físicas desenvolvidas na GA e as diferenças dos aparelhos masculinos e femininos.

Atividades

Comentário: As qualidades físicas são fundamentais para o desenvolvimento dos sujeitos e de qualquer atleta. Na Ginástica Artística se destacam algumas delas como: flexibilidade, força e velocidade. Cada aparelho possui uma especificidade e desta forma exige-se qualidades físicas diferentes. Estas aulas auxiliarão os alunos a adquirirem conhecimento sobre as diferentes qualidades físicas desenvolvidas na ginástica artística e nos aparelhos trabalhados neste esporte.

Atividade 1 – Ginástica Artística e Qualidades Físicas

Momento 1

- Os alunos deverão realizar pesquisas sobre as qualidades físicas de maneira geral, utilizando-se de textos previamente selecionados, internet, revistas e jornais.

Momento 2

- Solicitar aos alunos que listem os aparelhos masculinos e femininos.
- Posteriormente, utilizando-se de vídeos, previamente selecionados, dos diferentes aparelhos, iniciar uma reflexão com os alunos, a fim de verificar as qualidades físicas mais marcantes nos diferentes aparelhos.

Para cada momento de vídeo, incentivar as reflexões:

- Observando a série executada, quais qualidades físicas podem ser observadas?
- Explicar que cada série é composta por sequências de movimentos que devem ser contínuas, sem quebra de ritmo, solicitando aos alunos que observem as sequências.
- Pedir a um dos alunos (redator) que registre as respostas que ao final das apresentações deverão ser retomadas.
- Orientar sobre a pesquisa: o que são qualidades físicas e quais são as qualidades físicas?

Momento 3

- Verificar com o aluno redator quais qualidades físicas foram registradas para cada aparelho e refletir sobre elas com os alunos. Fazer a relação com os textos e pesquisas realizadas anteriormente.
- Resgatar conhecimentos já aprendidos em outras disciplinas como biologia, reforçando quais músculos foram mais utilizados.

Atividade 2 – Ginástica Artística

Momento 1

- A partir dos conhecimentos adquiridos na Atividade 1, explicar aos alunos como são elaboradas as séries nos diferentes aparelhos;
- Explicar que cada série é composta por sequências de movimentos, e que devem ser contínuas, sem quebra de ritmo. Pedir aos alunos que observem as sequências nas séries do vídeo de solo feminino e do solo masculino.

Momento 2

- No solo, vivenciar o rolamento à frente.
- Vivenciar o rolamento de frente sobre o banco sueco ou trave.
- Vivenciar o rolo frontal sobre a barra.

Momento 3

- Solicitar aos alunos que reflitam sobre a vivência de um mesmo movimento em 3 aparelhos diferentes. Tratar as seguintes questões:
 - ✓ O exercício é o mesmo?
 - ✓ Existem diferenças quando realizamos os exercícios em aparelhos diferentes?
 - ✓ A execução muda? E as qualidades exigidas, são as mesmas?

Materiais: Sala de vídeo ou sala de aula com recurso de vídeo, sala ou quadra com banco sueco, colchões e barra.

Avaliação

A avaliação será processual. Observar-se-á o envolvimento do aluno nas tarefas propostas, individualmente e em grupo. Eles deverão reconhecer - tendo como parâmetro o

conhecimento adquirido em outras disciplinas como, por exemplo, a biologia - quais grupos musculares são mais utilizados em cada aparelho.

Durante a atividade prática pedir aos alunos que descrevam as diferenças entre os movimentos executados nos diferentes aparelhos; a partir disto observar-se-á os pontos percebidos pelos alunos e o que poderiam ser mais bem explorado.

Ao final das atividades, solicitar que os alunos registrem, por escrito, as reflexões, observações e discussões, neste momento também poderá ser utilizada a auto avaliação deles.

Também será possível observar a maturidade dos alunos durante as aulas.

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Disciplina: Educação Física

Professor: Ary José de Souza Assis

Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Ano: 2º Ano

Turmas: 01 e 02

Ensino: Médio

Conteúdo: Exercícios Físicos x Colesterol

Faixa Etária: 16 a 17 anos

Duração das Aulas: 02 (duas) horas/aulas

Data: 28/11 e 04/12/2012

Objetivos:

- Identificar a estrutura do colesterol e a sua forma de transporte pelo organismo.
- Refletir sobre a influência do exercício físico no controle do colesterol.
- Analisar os riscos da má alimentação.

Atividades

AULA 01

- Apresentar imagem de representação tridimensional de uma molécula de colesterol extraída da internet, o qual é insolúvel em água e, conseqüentemente, insolúvel no sangue.
- No laboratório de informática, apresentar a estrutura da molécula de colesterol e como ocorre seu transporte pelos vasos sanguíneos, identificando-se a estrutura do colesterol e a sua forma de transporte pelo organismo, acessando o simulador “Colesterol”.
- No segundo simulador identificar os males que o excesso de LDL causa nas paredes das artérias, mostrando a formação de placa de gordura, que descreve todo o processo de formação, o ateroma, a inflamação e o rompimento do vaso sanguíneo.

Atividade 1

- Solicitar registro no caderno sobre ambos os infográficos, explicando desde:
 - ✓ O transporte do colesterol pelos vasos sanguíneos;
 - ✓ De que forma acumulam-se LDL nos vasos sanguíneos e os males vem como consequência;
 - ✓ Como ocorre o rompimento de um vaso sanguíneo.

Para responder os questionamentos acima, explicar sobre alimentação e sua influência nas atividades físicas, salientando que o colesterol está presente nos alimentos de origem animal. Assim, todas as carnes e seus derivados, os frutos do mar, os miúdos, a gema do ovo, o leite e seus derivados (manteiga, iogurte, coalhada, queijos, creme de leite, chantilly) contêm colesterol. Comentar ainda sobre os males oferecidos pelo sedentarismo, aliado ao avanço tecnológico, que fazem com que as crianças, jovens, adolescentes e até adultos não precisem se esforçar fisicamente a nada e hoje em dia, ao contrário de alguns anos atrás, as crianças devido à violência urbana a pedido de seus pais, ficam dentro de casa com atividades que não as estimulam fazer atividades físicas como correr, jogar bola, brincar de pique etc., levando-as a passarem horas paradas em frente a uma tevê ou outro equipamento eletrônico e quase sempre com um pacote de biscoito ou um sanduíche regado a refrigerantes. Isto é um fator preocupante para o desenvolvimento da obesidade.

Atividade 2

- Preparar mural (cartazes informativos) com as informações debatidas na atividade anterior, precedida de formação de grupos na sala de aula para pesquisarem e construir esse mural conforme o roteiro abaixo:

Roteiro para o Mural:

- Grupo 1: cartaz sobre "Gorduras Saturadas"
- Grupo 2: cartaz sobre "Sedentarismo"
- Grupo 3: cartaz sobre "Doenças relacionadas ao Colesterol (LDL)"
- Grupo 4: cartaz sobre "Alimentos Saudáveis"

Observação: Nos cartazes poderá conter recortes de imagens, textos, mensagens, dicas, outros.

Aula 2

- Realizar pesquisa, obedecendo ao seguinte roteiro:
 - ✓ Identificar nas figuras a serem apresentadas o HDL sendo o bom e o LDL o mau colesterol;
 - ✓ Pesquisar ambos para comprovar esses adjetivos agregados à eles justificando-os.
 - ✓ Após realizar a pesquisa, construir tabela apresentando os valores para adultos, contendo o nome do colesterol, os valores desejáveis, os limítrofes e indesejáveis (aumentados).

Atividade 4:

- De acordo com a tabela apresentada pelos alunos poderemos saber quais os níveis considerados desejáveis, limítrofes e aumentados.
- Responder as seguintes perguntas e registrá-las no caderno:
 - ✓ Quais são as causas do aumento do nível de colesterol?
 - ✓ Quais os alimentos que produzem aumento de colesterol?
 - ✓ Como posso controlar o meu colesterol?

Espaços: Laboratório de Informática.

Materiais: Internet, simuladores de LDL e HDL, imagens de LDL e HDL, cadernos, canetas esferográficas, papel madeira, tesoura, cola branca, piloto e computador.

Avaliação:

Avaliação deve ser diagnóstica em todos os momentos da aula, culminando na apresentação do trabalho final (individual ou em grupos na elaboração de um roteiro ou trabalho podendo ser na forma de um mural, cartazes, varal, manuscrito ou outros).

Através desse trabalho final, diagnosticar e acompanhar se foram atingidos os objetivos propostos, ao analisar se o aluno entendeu a diferenças do LDL e do HDL, como controlar o LDL, quais os alimentos mais saudáveis, qual a importância de se praticar exercícios físicos regularmente, os males que o mau colesterol causa na saúde, entre outros.

PLANO DE AULA

Escola Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Disciplina: Educação Física

Professor: Ary José de Souza Assis

Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Ano: 3º Ano **Turmas:** 01 e 02 **Ensino:** Médio

Conteúdo: Corpo e Sociedade: o adolescente e seu “novo corpo”

Faixa Etária: 17 anos em diante

Duração das Aulas: 02 (duas) horas/aulas

Data: 29/11/2012

Objetivos:

- Identificar as principais mudanças no corpo relacionadas à entrada na puberdade e o início da adolescência.

- Identificar no grupo de pares características corporais ou nas vestimentas que afirmem traços identitários.

Atividades

Atividade 1

- Iniciar a aula com uma questão problematizadora: o que é identidade?
- Estimular os alunos a apresentarem livremente suas impressões sobre a palavra. Uma definição do termo certamente será complicada, por isso pedir para os alunos apresentarem exemplos que auxiliem a compreender o conceito de identidade.
- Após a primeira rodada de respostas, propor um jogo. Os alunos deverão circular pela sala de aula ou algum outro espaço que permita que eles caminhem livremente. Ao sinal, cada aluno deverá se aproximar de colegas que se vestem parecido com ele.
- À medida que os alunos caminham e se integram a diferentes grupos, pedir para que eles observem seus colegas e suas movimentações. É importante que esse jogo seja realizado em silêncio. O debate será realizado no momento posterior.

Atividade 2

- Ao final do jogo, iniciar um debate sobre a formação dos grupos, pedindo para os alunos identificarem os grupos de alunos que se formaram. É provável que os jovens rotulem seus colegas.
- Não permitir a construção de estereótipos ofensivos. Os alunos devem debater respeitando as diferenças identificadas em cada grupo. Poderá ter diferentes grupos: 1- skatistas, 2- grunge; 3- funkeiro; 4- esportistas; 5- “patricinhas”; etc.
- Todos os grupos certamente apresentam características distintas, porém a forma de identificação/diferenciação foi a mesma e isto ocorreu a partir do corpo dos jovens: tipos físicos, cabelos, roupas e outros ornamentos.

Algumas perguntas para o debate:

- 1- Como a turma conseguiu formar grupos tão bem identificados em silêncio (a brincadeira anterior deveria ser executada em absoluto silêncio)?

2- O que significa fazer parte do seu grupo? Aponte pontos positivos e negativos?

3- Você já fez parte de outros grupos? Pedir para os jovens partilharem suas experiências anteriores.

- Incentivar os alunos a dividirem experiências pessoais com seus colegas, porém, não obrigar todos a relatarem suas experiências, pois a adesão deve ser voluntária.

Comentário: O debate deverá destacar a importância do corpo na construção da identidade dos adolescentes. O corpo na atualidade se tornou local da busca da perfeição (própria de cada época) e da saúde eterna. A beleza deve ser conquistada e, portanto, o corpo se torna local de intervenções constantes. Nessa faixa etária (adolescência), o corpo passa por profundas mudanças, que nem sempre são facilmente assimiladas pelos jovens. São esses aspectos que serão debatidos na última atividade da aula.

Atividade 3

- Pedir para os alunos lerem dois textos: “O cérebro em transformação” de Suzana Herculano-Houzel, e “Os adolescentes e o corpo”, ambos extraídos da Internet.
- Ao término da leitura, mediar um debate com os alunos sobre o tema do corpo dos adolescentes e as grandes mudanças vivenciadas nesse período.
- Ressaltar as mudanças físicas (inclusive do cérebro) que tornam esse um período singular na vida de homens e mulheres, com base no que foi trabalhado na Atividade 2.
- Solicitar que os alunos produzam um texto individual que destaque:
 - 1- As principais características físicas que marcam a entrada na adolescência.
 - 2- As mudanças na estrutura cerebral que ocorrem no período da adolescência. Quais suas consequências para o “comportamento típico” dos jovens?
 - 3- Um relato individual que ilustre as mudanças físicas ou psíquicas citadas nos textos. Em outras palavras, os jovens podem citar situações engraçadas que já viveram que exemplifiquem as mudanças descritas nos dois textos base.
- Finalizando, incentivar os alunos a lerem suas produções para a turma. Como o trabalho demanda a descrição de experiências pessoais não obrigar todos os jovens a

dividirem seus textos. A participação nesse momento deve ser incentivada, porém não obrigatória.

Espaços: Sala de aula.

Materiais: Máquina fotocopadora, papel A4, grampeador com grampo, caderno e caneta esferográfica.

Avaliação: Ao final da aula mediar um debate sobre os temas observados na aula.

1) Podemos afirmar que na atualidade nosso corpo é espaço para expressão de nova individualidade? Dê exemplos observados na aula.

2) Relembrem os grupos construídos na atividade 2 da aula. O que os diferencia?

3) Ao longo da aula lemos textos que destacam mudanças importantes em nossos corpos no período da adolescência. Destaque duas mudanças e comente possíveis implicações para a vida cotidiana dos jovens.

PLANO DE AULA

Estadual Humberto de Alencar Castelo Branco

Disciplina: Educação Física

Professor: Ary José de Souza Assis

Estagiário: Irimar Rodrigues Neves

Ano: 3º Ano

Turmas: 01 e 02

Ensino: Médio

Conteúdo: Corpo e Sociedade: os perigos da vigorexia

Faixa Etária: 17 anos em diante.

Duração das Aulas: 02 (duas) horas/aulas.

Data: 06/12/2012

Objetivos:

- ✓ Identificar os principais sintomas do transtorno conhecido como vigorexia;
- ✓ Identificar os principais riscos para a saúde, decorrentes da prática excessiva de atividade física;
- ✓ Identificar formas saudáveis de exercitar o corpo, evitando riscos decorrentes do treinamento excessivo.

Atividades**Atividade 1**

- Iniciar a aula com a seguinte provocação para a turma.
 - ✓ Praticar exercícios traz benefícios para a saúde. Falso ou verdadeiro?
 - ✓ É possível que a maioria da turma afirme que “sim”, a prática de atividades físicas está relacionada com a manutenção ou a melhoria da saúde do indivíduo.
- Estimular os alunos a apontarem opiniões contrastantes sobre o tema e peça que apresentem exemplos que sustentem suas afirmações.

Comentário: Há inúmeros exemplos veiculados em diversos meios de comunicação, que apontam uma relação causal entre a prática de atividade física e a manutenção ou melhoria da saúde geral do sujeito. Ao longo da aula, problematizar esse tema relativizando algumas afirmações ou imagens cristalizadas na mídia. O tema da vigorexia servirá como meio para a condução do debate.

- Para um maior aprofundamento nos debates sobre a relação entre atividade e física e saúde indicar a leitura de outras propostas que abordem essa questão com maior ênfase.

Atividade 2

- Provocar a turma com dois exemplos extremos. O primeiro, de um indivíduo que não realiza nenhum tipo de atividade física regular – seja orientada ou não – conhecido como indivíduo sedentário. O segundo exemplo, um famoso atleta de alto rendimento, que deverá ser escolhido um esporte que agrade seus alunos, por exemplo, o futebol

ou vôlei, tomando como exemplo Neymar, do Santos, e Jaqueline, da Seleção Brasileira de Vôlei.

- Destacar rapidamente as características contrastantes de ambos os indivíduos:

Sedentário: trabalha sentado, a maior parte do dia; vai para o trabalho de carro; não realiza atividades físicas – sejam elas em academias ou ao ar livre; alimentação pouco equilibrada com excesso de carboidratos e gorduras.

Atleta: realiza em média entre 4 e 6 horas de atividade física, 6 dias por semana; compete em alto rendimento 2 vezes por semana; realiza atividades aeróbicas e exercícios de força em grande intensidade; possui alimentação equilibrada com grande aporte calórico para suprir os gastos diários.

- Após a apresentação da descrição dos 2 personagens fazer uma nova provocação:
 - ✓ Na opinião de vocês, ambos os indivíduos possuem hábitos saudáveis? Sim ou não?

Atenção: É possível que muitos alunos associem o sedentarismo com doenças cardiovasculares, hipertensão, diabetes, entre outros fatores de risco. Já no caso do atleta de alto rendimento provavelmente teremos opiniões contrastantes. Alguns podem associar a imagem do atleta com saúde; outros podem citar problemas relacionados à prática excessiva de atividade física em alta intensidade. Vale lembrar, as inúmeras contusões e cirurgias realizadas por esportistas profissionais ao longo de suas carreiras em diferentes modalidades.

- Mediar um debate levantando aspectos positivos e negativos relacionados à prática de atividade física. É importante desconstruir a mensagem propagada na mídia, que afirma que há uma relação causal entre a prática de atividade física e o conceito de saúde.

Atividade 3

A última atividade deverá aproximar o cotidiano dos jovens estudantes do debate realizado anteriormente com atletas de alto rendimento. Sabe-se que muitos indivíduos comuns (não atletas) realizam atividade física orientada com motivações diversas: estética, saúde, lazer e etc. Dessa forma, os alunos irão realizar uma pesquisa sobre os riscos da prática excessiva de atividade física nas academias de ginástica. Tal comportamento em casos extremos é

conhecido como um transtorno chamado vigorexia, que em geral acomete homens em idade jovem.

- Fazer uma rápida enquete na turma:
 - 1- Quais alunos realizam atividade física fora da escola?
 - 2- Qual a frequência?
 - 3- Quantas horas semanais dedicadas à prática física?
- Após obter as respostas, comparar os dados dos alunos com informações sobre indivíduos que apresentem o transtorno conhecido como vigorexia. É importante que os alunos compreendam que há um traço de obsessão nesse transtorno, que pode levar a inúmeros problemas físicos e psicológicos. Além do número de horas excessivas de atividade física diária há um eterno descontentamento com a aparência física.
- A atividade de pesquisa deverá ser realizada no Laboratório de Informática, após a turma ser dividida em grupos de 4 alunos, onde cada grupo deverá responder os seguintes pontos:
 - 1- Definição do conceito vigorexia;
 - 2- Os principais sintomas desse transtorno;
 - 3- Os riscos que oferece para a saúde do indivíduo;
 - 4- Principais formas de tratamento.
- Cada grupo deverá preparar uma apresentação com duração de 10 minutos que responda os quatro itens indicados acima.

Espaços: Laboratório de Informática e Salas de Aula

Materiais: Computadores conectados a Internet e imagens de atletas e pessoas que não praticam atividade física.

Avaliação: Ao final da aula, reunir a turma para revisar os principais pontos debatidos na aula, tais como:

- 1- Quais os riscos para a saúde da prática excessiva de atividade física?
- 2- Quais os riscos para a saúde do sedentarismo?

- 3- A rotina de treinamento dos atletas de alto rendimento é sinônimo de saúde?
- 4- Descreva os principais sintomas da vigorexia.