



FACULDADES MAGSUL

EDUARDO ANTÔNIO ARAÚJO GIMENEZ

**DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES MOTORAS
ATRAVÉS DO ATLETISMO EM UM AMBIENTE ESCOLAR**

PONTA PORÃ - MS
2019

EDUARDO ANTÔNIO ARAÚJO GIMENEZ

**DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES MOTORAS
ATRAVÉS DO ATLETISMO EM UM AMBIENTE ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Examinadora das Faculdades Magsul, como exigência parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.
Orientadora: Prof^a. Me. Wanessa Pucciariello Ramos.
Coorientador: Prof. Ageu de Oliveira Pereira.

PONTA PORÃ - MS
2019

EDUARDO ANTÔNIO ARAÚJO GIMENEZ

**DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES MOTORAS ATRAVÉS DO
ATLETISMO EM UM AMBIENTE ESCOLAR**

Trabalho de Conclusão de Curso - TCC.
Apresentando a Banca Examinadora das
Faculdades Magsul, como exigência
parcial para obtenção do título de
Licenciado em Educação Física.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Ma. Wanessa Pucciariello Ramos
Orientadora
Faculdades Magsul

Prof. Ageu de Oliveira Pereira
Coorientador
Faculdades Magsul

Prof. Leandro Lima Amaro
Examinador
Faculdades Magsul

Ponta Porã, 02 de Dezembro de 2019.

Dedico este trabalho a todos os amigos que lutam por esta modalidade, pois é no ambiente escolar que surgem novos talentos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço Primeiramente a Deus, Nossa Senhora Aparecida e São José.

Agradeço aos meus pais e meus avós por ter me dado educação, e por sempre me apoiar nas horas boas e ruins, sempre me incentivando que nunca é tarde para conquistar seus objetivos.

Agradeço meus irmãos por estarem sempre me ajudando.

Agradeço minha esposa Kauany por sempre estar me apoiando nas horas boas e ruins, pelo companheirismo, e pela dedicação que tem por mim e minha família.

Agradeço meus professores que contribuíram para que este momento fosse possível.

Agradeço minha orientadora, Professora Wanessa, por ter orientado meu trabalho com seu enorme conhecimento.

Agradeço meu coorientador, Professor Ageu por ter sempre me apoiado e ter me orientado com seu enorme conhecimento sobre a modalidade atletismo.

“Sempre há limites. Eu não conheço os meus”. (Usain Bolt).

GIMENEZ, Eduardo Antônio Araújo. **Desenvolvimento das habilidades motoras através do atletismo em um ambiente escolar**. Orientadora: Wanessa Pucciariello Ramos. 2019. Trabalho de Conclusão de Licenciado em Educação Física das Faculdades Magsul, Ponta Porã - MS, 2019.

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo desenvolver nos alunos suas habilidades motoras através das atividades do atletismo. Para tanto apresentaremos uma revisão bibliográfica tendo em vista o conceito de atletismo, assim como seus recordes e suas provas e o atletismo na escola. Para mostrar o Desenvolvimento das Habilidades Motoras através do Atletismo em ambiente escolar, utilizamos o conteúdo atletismo para compreender o desenvolvimento das habilidades motoras. A metodologia aplicada foi de cunho qualitativo e quantitativo, por meio de uma pesquisa-ação, efetuada a partir do Projeto Atletismo na escola. Este projeto foi dividido em três fases: a primeira foi o teste inicial; a segunda foi as atividades do atletismo; e a terceira foi o teste final, para ver se as atividades do atletismo melhorou as habilidades motoras. Foi realizado com oito alunos, sendo quatro meninos e quatro meninas do treinamento de atletismo escolar de uma escola pública estadual situada no município de Ponta Porã-MS. Após a coleta de dados podemos considerar que o Atletismo pode melhorar as habilidades motoras através de suas atividades, na qual dentro da escola os professores observam muitas dificuldades.

Palavras-chave: Atletismo; Habilidades Motoras; Educação Física Escolar;

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

| | |
|-------|--|
| CBA | Confederação Brasileira de Atletismo |
| CBD | Confederação Brasileira de Desporto |
| IAAF | International Association of Athletics Federations |
| PCN's | Parâmetros Curriculares Nacionais |

LISTA DE GRÁFICOS

| | |
|---|----|
| Gráfico 1 - Força Resistência Abdominal Teste Inicial | 17 |
| Gráfico 2 - Força Resistência Abdominal Teste Final | 17 |
| Gráfico 3 - Flexibilidade Teste Inicial | 18 |
| Gráfico 4 - Flexibilidade Teste Final | 18 |
| Gráfico 5 - Arremesso de Medicineball Teste Inicial | 19 |
| Gráfico 6 - Arremesso de Medicineball Teste Final | 19 |
| Gráfico 7 - Salto em Distância Parado Teste Inicial | 20 |
| Gráfico 8 - Salto em Distância Parado Teste Final | 20 |
| Gráfico 9 - Salto em Distância Real Teste Inicial | 21 |
| Gráfico 10 - Salto em Distância Real Teste Final | 21 |
| Gráfico 11 - Velocidade de 25 metros Teste Inicial | 22 |
| Gráfico 12 - Velocidade de 25 metros Teste Final | 23 |
| Gráfico 13 - Resistência Aeróbica de 06 minutos Teste Inicial | 23 |
| Gráfico 14 - Resistência Aeróbica de 06 minutos Teste Final | 24 |

SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| 1 INTRODUÇÃO | 10 |
| 2 REFERENCIAL TEÓRICO | 11 |
| 2.1 Conhecendo o atletismo | 11 |
| 2.2 As provas e seus recordes | 12 |
| 2.3 Atletismo da escola | 13 |
| 3 METODOLOGIA | 16 |
| 3.1 Apresentação de dados | 17 |
| CONSIDERAÇÕES FINAIS | 24 |
| REFERÊNCIAS | 25 |
| APÊNDICES | 26 |
| Apêndice A – Projeto Atletismo na escola | 27 |
| ANEXOS | 28 |
| Anexo 1 - Ofício encaminhado à escola | 29 |
| Anexo 2 - Planilha de Teste | 30 |
| Anexo 3 - Termo de consentimento livre e esclarecido | 31 |

INTRODUÇÃO

Este trabalho tem por objetivo tratar do Atletismo como conteúdo escolar na disciplina de Educação Física, e mostrar o quão importante são os professores trabalharem o desenvolvimento motor de cada criança, proporcionando os alunos ao acesso as demais modalidades esportivas.

A escolha deste trabalho foi por conta das dificuldades que os alunos têm quando se trata de coordenação motora, as que no futuro quando não bem desenvolvidas prejudica dependendo da modalidade a ser realizada pelos mesmos.

A princípio veremos sobre a história do atletismo, objetivando compreender as habilidades motoras através do atletismo no ambiente escolar. Este trabalho foi realizado em uma escola pública estadual localizada no município de Ponta Porã, MS, nas aulas do treinamento de atletismo escolar.

O presente trabalho foi dividido em três partes: a primeira fase foram aplicados testes iniciais, em seguida foram ministradas 15 aulas como conteúdo o atletismo, com a finalidade de melhorar as valências motoras, na terceira fase novamente aplicou-se os testes de forma final, na qual o intuito é buscar os objetivos almejados.

Estamos nos referindo a todo e qualquer conhecimento inicial que o aluno, independente da faixa etária, possa ter, o Atletismo tem sido uma das modalidades esportivas mais completas a serem praticadas devido à extensa quantidade de provas, nas quais a corrida, o arremesso, o lançamento e a marcha, por exemplo, fazem parte de seu programa. Estas são atividades que, por serem atividades do cotidiano, podem ser desenvolvidas e potencializadas nas aulas de Educação Física.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 CONHECENDO O ATLETISMO

Considerando o mais tradicional dos esportes, o atletismo pode ser definido pela expressão em latim *citius, altius, fortius* que em português significa “mais rápido, mais alto e mais forte”. Tais palavras que representam com precisão os objetivos dos três tipos de provas disputadas na modalidade: as corridas, os saltos e os arremessos e lançamentos.

De acordo com Matthiesen (2007) a etimologia de atletismo vem do grego *ethos*, que significa combate. Mariano (2012, p. 19) trata do atletismo nos seguintes termos:

Em termos gerais, chama-se atletismo o conjunto de provas individuais ou coletivas que se baseiam em quatro atividades: marcha, corrida, salto e arremesso de objetos, bem como as provas combinadas que sempre revestem de caráter competitivo. Os resultados são julgados segundo unidade de tempo, medida e distância são desde os mais remotos tempos movimentos elementares e naturais de atividades físicas de todos os povos do mundo e de todas as sociedades humanas (MARIANO, 2012, p. 19).

Vieira e Freitas (2007) dividem o atletismo em provas de pista e provas de campo. Os autores destacam que as provas de rua, como a maratona e a marcha atlética, também fazem parte do atletismo, embora disputadas fora de pista:

O atletismo divide-se, basicamente, em provas de pista (*track*) e de campo (*field*), separando-se as corridas das provas de salto e arremesso. Mas existe uma segunda divisão, mais detalhada, em oito tipos de provas de velocidade (100m, 200m, 400m, 110 metros com barreiras, 400m com barreiras, e revezamentos 4x100m e 4x400m), meio fundo (800m e 1.500m), fundo (3.000m com obstáculos, 5.000m, 10.000m e maratona), marcha atlética (20km e 50km), saltos (em distância, em altura, triplo e com vara), lançamentos (dardo, disco e martelo), arremesso do peso e provas combinadas (decatlo e heptatlo) (VIEIRA; FREITAS, 2007, p. 13-14).

Darido e Souza Junior (2015) confirmam que as referidas provas, com exceção da maratona e marcha atlética, que é disputada na rua, são disputadas em uma pista com extensão de 400 (quatrocentos) metros com duas retas e duas curvas unindo as retas. É dividida em raias variando de acordo com a

disponibilidade do local, totalizando oito raias em provas oficiais regidas e organizadas pela CBA e IAAF com uma largura mínima de 1,22m e 1,25m.

2.2 As Provas e seus recordes.

Iremos tratar das provas oficiais do conteúdo atletismo e seus principais recordes mundiais oficializados pela International Association of Athletics Federations (IAAF). Cada um desses recordes é obtido após o atleta superar um determinado tempo que foi estabelecido por meio de dispositivos eletrônicos. No atletismo todas as provas são distintas para homens e mulheres.

Entre as provas do atletismo temos as provas de pista, pois a mais visível esta as provas de maior intensidade “velocidade” com a prova de 100 metros, considerada a mais importante das provas do atletismo. Os atletas mais rápidos do mundo homem e mulher recebem o título de recordistas mundiais, ou seja, o atleta que estabeleceu o menor tempo entre todos os demais. Hoje em dia os recordistas são o Jamaicano Usain Bolt, que estabeleceu o tempo de 09 segundos e 58 milésimos, que foi obtido no Campeonato Mundial na Alemanha no ano de 2009 e a Americana Florence Griffith Joyner, que estabeleceu o tempo de 10 segundos e 49 milésimos, na cidade de Indianápolis durante uma seletiva para as Olimpíadas de Seul no ano de 1988.

Os 200 metros também é uma prova de muita intensidade, disputada sempre em uma curva e uma reta, pois os primeiros 100 metros são em uma curva acentuada e os outros 100 são terminados em uma reta, ganha o atleta que estabelece o menor tempo dentre os outros. Por mera coincidência os recordistas desta prova também são os da prova de 100 metros o Jamaicano Usain Bolt, com o tempo de 19 segundos e 19 milésimos, obtido no mesmo Campeonato na Alemanha, no ano de 2009, e a Americana Florence Griffith Joyner, com o tempo de 21 segundos e 34 milésimos, obtido nas Olimpíadas de Seul no ano 1988.

A prova de 400 metros é disputada entre toda a extensão da pista de atletismo fazendo duas curvas acentuadas cada uma com cem metros mais as duas retas cada uma com a medida de cem metros totalizando as 400 metros. Neste momento o recorde masculino desta prova é de 43 segundos e 03 milésimos, obtido pelo atleta sul-africano Wayde Van Niekerk nas Olimpíadas do Rio de Janeiro, no

ano de 2016, e o recorde do feminino com o tempo de 47 segundos e 60 milésimos, obtido pela atleta Marita Koch, no ano de 1985, na cidade de Camberra - Austrália.

Em seguida vem a prova de 800 metros, considerada uma das mais difíceis do atletismo devida a alta intensidade das forças aeróbia e anaeróbia nas duas voltas que devem ser percorridas pela pista. O recorde no masculino obtido pelo atleta queniano David Lekuta Rudisha, com o tempo de 01 minuto 40 segundos e 91 milésimos obtido nas Olimpíadas de Londres em 2012, e no feminino a atleta tcheca Jarmila Kratochvilova, com o tempo de 01 minuto 53 segundos e 28 milésimos obtido em Munique na Alemanha.

Conforme o aumento da distância das provas o número de voltas também aumenta. Na prova de 1500 metros, cada atleta para concluir a prova tem que percorrer um total de três voltas e trezentos metros. Atualmente o recorde obtido no masculino teve o tempo de 03 minutos e 26 segundos, pelo atleta marroquino Hicham El Guerrouj, na cidade de Roma, Itália em 1998, e no feminino pela atleta etíope Genzebe Dibaba, que obteve o tempo de 03 minutos 50 segundos e 07 milésimos, conquistado no ano de 2015, em Mônaco, na França.

Nas provas de campo, tem a prova de salto em distância, pois o atleta deve efetuar uma corrida com velocidade seguida de um salto horizontal balizado pela tábua de impulsão. A queda acontece em uma caixa de areia, na qual a última parte de seu corpo que tocar mais próximo a tábua de impulsão determinada a distância que o atleta saltou.

2.3 Atletismo na escola

Segundo Sara Quenzer (2012) Apesar de ser considerado como um dos conteúdos clássicos da Educação Física, o atletismo é ainda muito pouco difundido nas escolas e clubes brasileiros.

Mariano (2012) afirma que o atletismo pode ser oportunizado por meio de jogos e brincadeiras adaptados às suas faixas etárias, que leve a uma compreensão.

Segundo Mariano (2012), o atletismo nas escolas há dos movimentos realizados na modalidade. Podemos experimentá-lo por pequenos jogos, ou seja, Brincar de Atletismo dentro das aulas de Educação Física é a proposta, onde o aluno possa usar essa aprendizagem nos demais segmentos do seu

desenvolvimento, que faça parte da sua cultura dos movimentos do atletismo em outras modalidades.

Quando se considera, a dinâmica corporal variada na construção das ações corporais há que se considerar os processos de significação, ou seja, aquilo que dá sentido a outras ações corporais. Em outros termos o que dá sentido ao movimento humano é o contexto onde ele se realiza. (DAÓLIO,1998)

Mariano (2012) ainda afirma que o professor não precisa usar o esporte de rendimento em sua totalidade, mas sim como ferramenta de auxílio para desenvolver os alunos. Conhecer essa modalidade é ser capaz de se colocar no lugar do aluno e atender que a busca de habilidade nem sempre é seu foco principal; antes, o mais importante é fazer com que a criança ou jovem interaja e divirta-se. Por esse motivo a diversificação das aulas nas diferentes modalidades que o esporte possui é o diferencial para o professor que busca inovar em suas aulas, deixando evidente aos alunos que esse esporte pode oferecer possibilidades de conhecimento físico e intelectual indispensável na formação de pessoas conscientes e críticas.

Para Mariano (2012, p. 30) A proposta do atletismo escolar não é um trabalho “fechado”, concentrado em habilidades técnicas, e nem sequer um ensino “aberto” para atender apenas aos interesses dos alunos. Deverá ser um trabalho que se movimente constantemente em “abrir e fechar”, buscando um equilíbrio no ensino e na aprendizagem.

Sara Quenzer (2014, p.18) afirma em que se tratando de atletismo, tudo nos entusiasma. Mas a delimitação ocorre porque não há como deixar frisar que é nas aulas regulares de Educação Física que tudo começa. Começa o contato com o conhecimento, com a cultura corporal, com os movimentos básicos, com os movimentos específicos do atletismo, responsáveis pelo gosto e pelo desejo, que poderão já estar presentes nas próprias aulas de Educação Física, mas, certamente, é a partir delas que deveriam transbordar os interesses infantis, combatendo uma sexta e última justificativa, entre tantas outras possíveis, para o não-ensino do atletismo. Ou seja:

“Não ensino atletismo porque as crianças não se interessam (...) o que elas querem mesmo é futebol!” Não há dúvida nenhuma, pois, afinal, este é o país do futebol, não é? E o atletismo, o que é o atletismo para uma criança em idade escolar? Simplesmente, não é! Pois ela nunca fez (...) e, exagerando, nunca viu. (Sara Quenzer, 2014, p. 18)

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) (BRASIL, 1997) nos trazem que o processo de ensino-aprendizagem em Educação Física não se restringe ao simples exercício de certas habilidades e destrezas, mas, sim, de capacitar o indivíduo a refletir sobre suas possibilidades corporais e, com autonomia, exercê-las de maneira social e cultural significativa e adequada. Seguindo essa linha de ação é possível aplicar de diversas formas as modalidades de atletismo: como corrida de velocidade, de resistência, com obstáculos, de revezamento; saltos m distância, em altura, triplo, com vara; arremessos de peso, de martelo, de dardo etc.

3. METODOLOGIA

A pesquisa ocorrerá com alunos do treinamento escolar de atletismo com a idade de 12 anos em uma escola pública do município de Ponta Porã- MS, no qual foi aplicada uma bateria de testes envolvendo a avaliação da habilidade motora, direcionados aos mesmos, para ver como funciona a coordenação de cada um, após irei apliquei atividades do atletismo, em conclusão aplicarei novamente os testes para ver se tiveram melhoramento em sua coordenação motora.

Portanto neste trabalho essa pesquisa utilizada é de cunho qualitativo e quantitativo, baseada numa pesquisa ação, com 15 aulas ministradas, focalizando no Atletismo como conteúdo.

Para cumprir com os objetivos os testes foram realizados com oito alunos, somando quatro meninos e quatro meninas, do treinamento de atletismo escolar, todos com 12 anos de idade.

A planilha de testes realizada com os alunos foi disponibilizada por um professor do clube de atletismo do estado de São Paulo, na qual a planilha tem o intuito de descobrir talentos no ambiente escolar.

Testes que foram realizados antes e que serão realizados depois das atividades do atletismo: Força Resistência Abdominal, Flexibilidade, Força de membros superiores Arremesso de Mendicineball 2 kg, Força de membros inferiores salto distância parado, Força de membros inferiores salto distância real, Velocidade 20 metros e Resistência aeróbica 06 minutos.

Netto e Pimentel (2009) fala como deve ser proposta a metodologia:

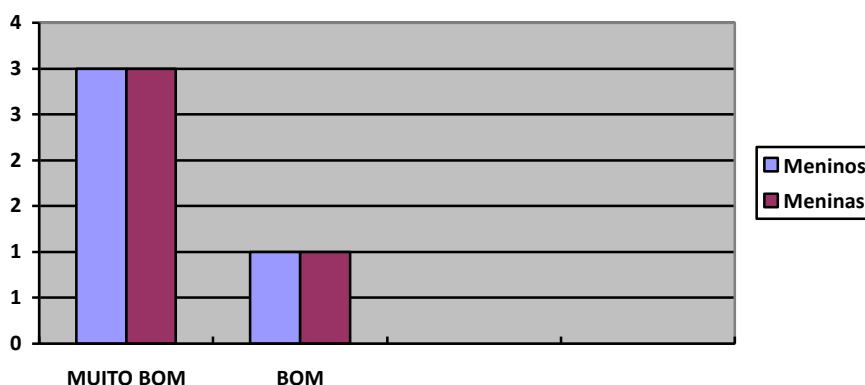
Em forma de jogo, para que promova a aprendizagem, tornando-se, assim, um instrumento pedagógico que pode contribuir para o desenvolvimento do aluno, pois é um ótimo estimulador, uma fonte de prazer e descoberta. O jogo deve ser visto dentro da Educação Física Escolar, em especial no Atletismo, como uma ótima oportunidade e possibilidade de aquisição de conhecimentos, sem excluir os alunos menos habilidosos, sem buscar talentos e que possa trazer benefícios em suas vidas.

3.1 APRESENTAÇÃO DE DADOS

O presente trabalho iniciou-se com os testes no dia 30/08/2019 (sexta-feira) com os alunos do treinamento de atletismo escolar no período matutino, ao decorrer do tempo trabalhamos com atividades do conteúdo atletismo e por fim no dia 13/11/2019 (quarta-feira) foi efetuado o teste final.

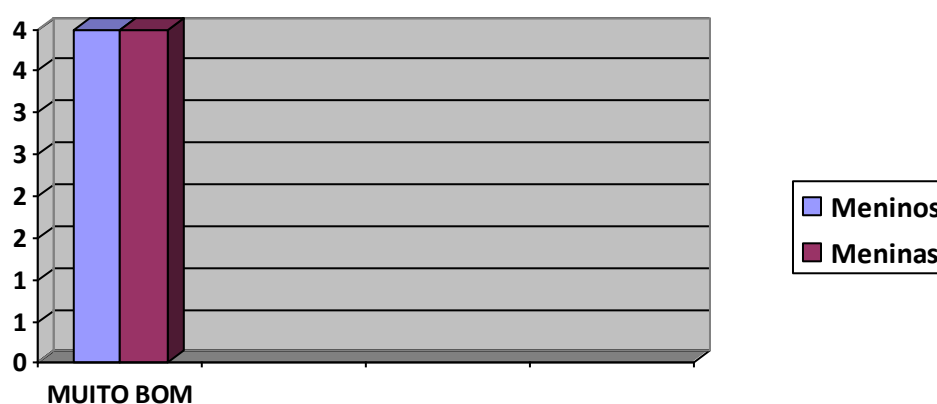
Iniciamos com os testes da planilha verificando a força de resistência abdominal, na qual três meninos teve um porcentual muito bom e um bom, e pela parte das meninas duas tiveram um potencial muito bom e duas bom.

Gráfico 01 - Força Resistência Abdominal Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

Gráfico 02 - Força Resistência Abdominal Teste Final



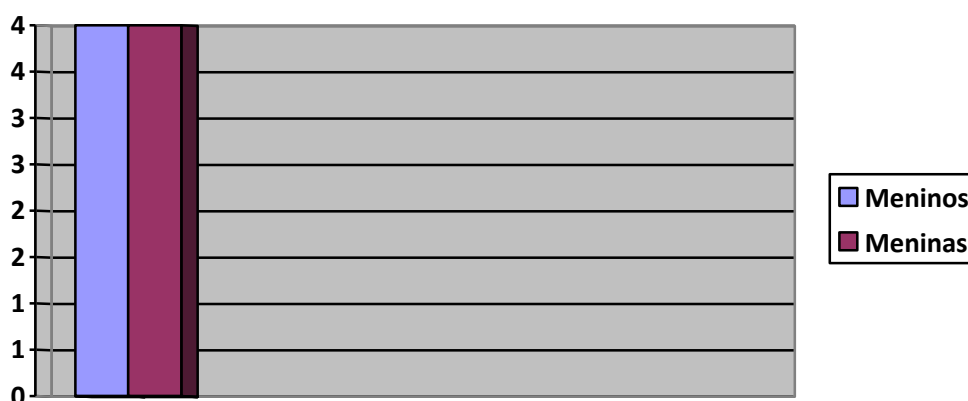
Fonte: o próprio autor

Já no Teste Final notei uma diferença, conforme a tabela todos foram muito bons.

Ladeira (2005) destaca que os exercícios abdominais são amplamente como parte integrante de um programa de exercícios físicos. Um bom nível de força dos músculos abdominais pode reduzir a pressão nos discos intervertebrais lombares, prevenindo doenças degenerativas nos discos.

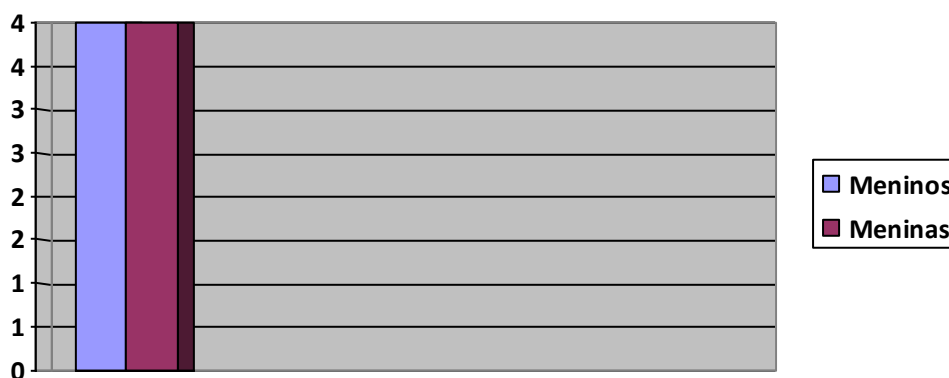
Seguidamente verifiquei a flexibilidade dos alunos, na qual todos os alunos tiveram um grande percentual, atingindo a excelência no teste inicial e no teste final.

Gráfico 03 - Flexibilidade Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

Gráfico 04 - Flexibilidade Teste Final



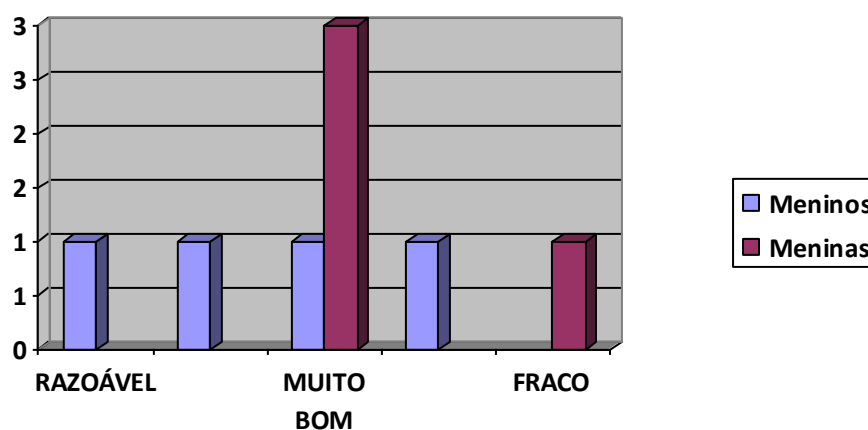
Fonte: o próprio autor

A flexibilidade é bastante específica para cada articulação podendo variar de aluno para aluno e até no mesmo aluno com o passar do tempo.

A flexibilidade é considerada como um importante componente de aptidão física relacionada a saúde, e é definida como grau de amplitude do movimento de uma articulação, dentro dos limites morfológicos, sem o risco de provocar lesões. (NAHAS, 2003).

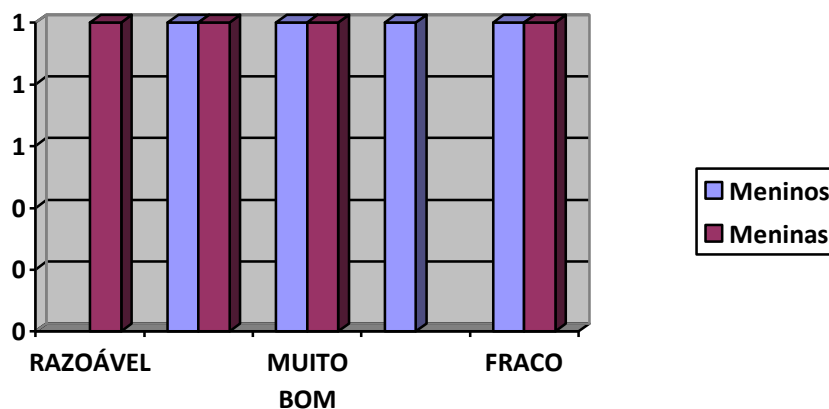
Em seguida apliquei o Arremesso de Medicineball, na qual o primeiro teste os meninos tiveram um potencial razoável, e as meninas a maioria muito bom, já no teste final as meninas melhoraram e os meninos continuaram com o mesmo percentual.

Gráfico 05 - Arremesso de Medicineball Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

Gráfico 06 - Arremesso de Medicineball Teste Final

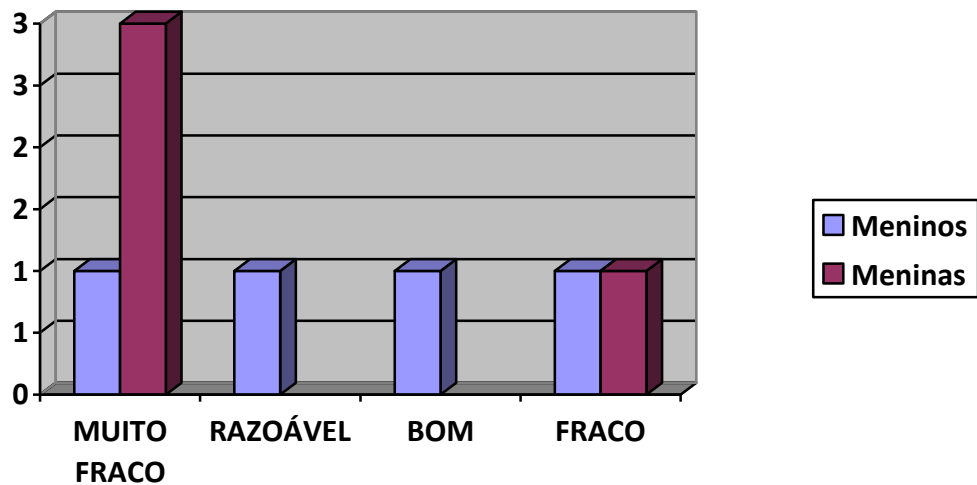


Fonte: o próprio autor

O arremesso de medicineball tem o objetivo de trabalhar a força dos membros superiores, fazendo com que o aluno possa arremessar fazendo que o mesmo atinja todos seus limites de força.

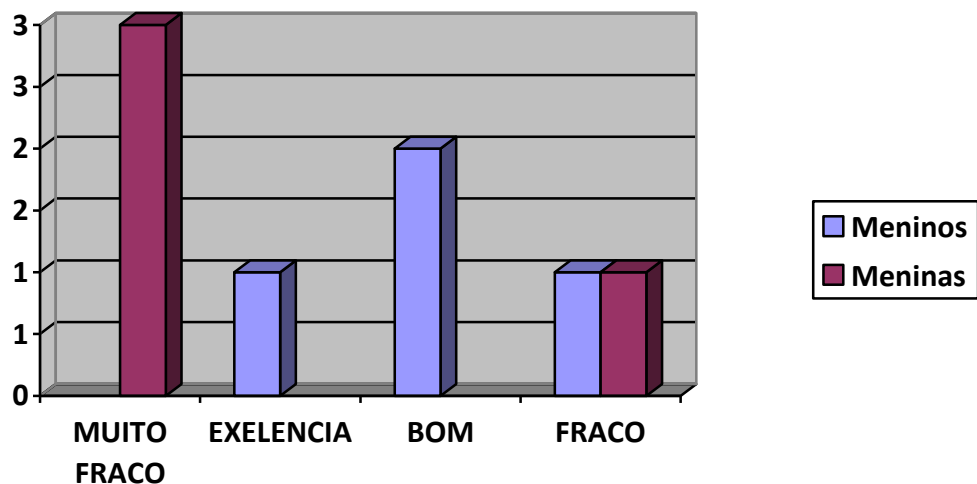
Passamos para o salto em distância parado, na qual os meninos tiveram um potencial razoável, e as meninas tiveram um resultado muito fraco.

Gráfico 07 - Salto em Distância parado Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

Gráfico 08 - Salto em Distância parado Teste Final

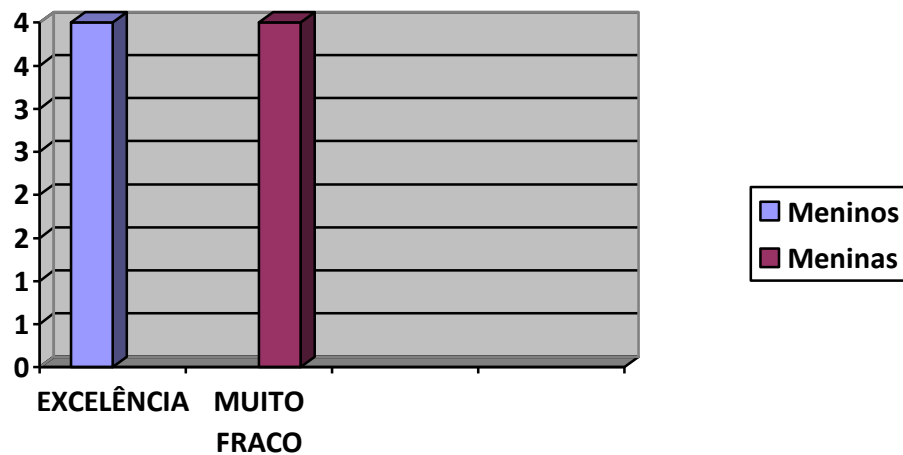


Fonte: o próprio autor

No Teste Final foi possível perceber uma mudança, pois os meninos se destacaram. Já as meninas continuaram com o mesmo percentual.

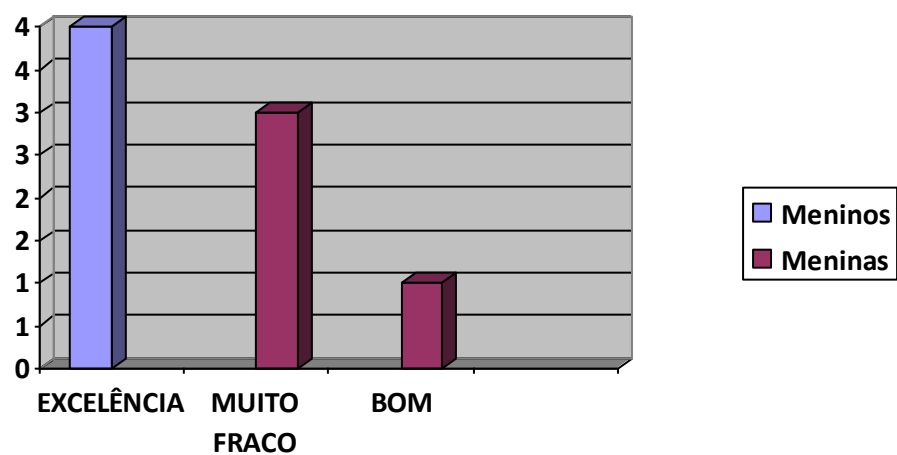
O salto em distância parado tem por objetivo trabalhar os membros inferiores, na qual os alunos tiveram que se locomover com um salto só, com o maior comprimento possível para obter o melhor resultado.

Gráfico 09 - Salto em Distância Real Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

Gráfico 10 - Salto em Distância Real Teste Final



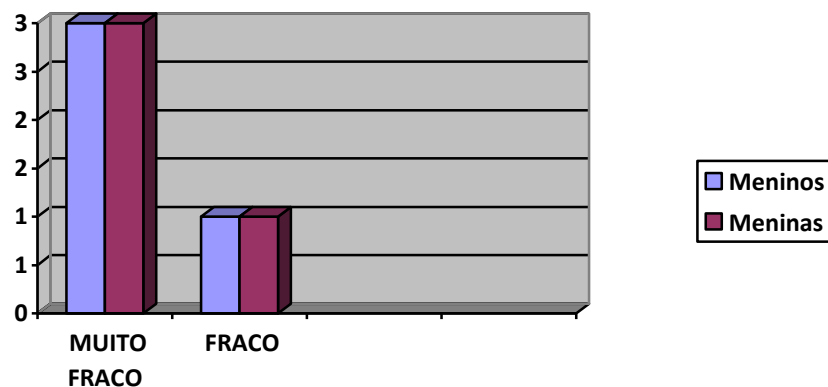
Fonte: o próprio autor

Já no salto em distância real no teste inicial, os meninos tiveram excelência, já as meninas tiveram um potencial muito fraco. Porém no Teste Final uma das meninas melhorou o seu potencial.

O salto em distância real tem o mesmo objetivo do parado porém o salto real ele tem mais movimento, fazendo que o aluno se locomova com maior velocidade até o salto.

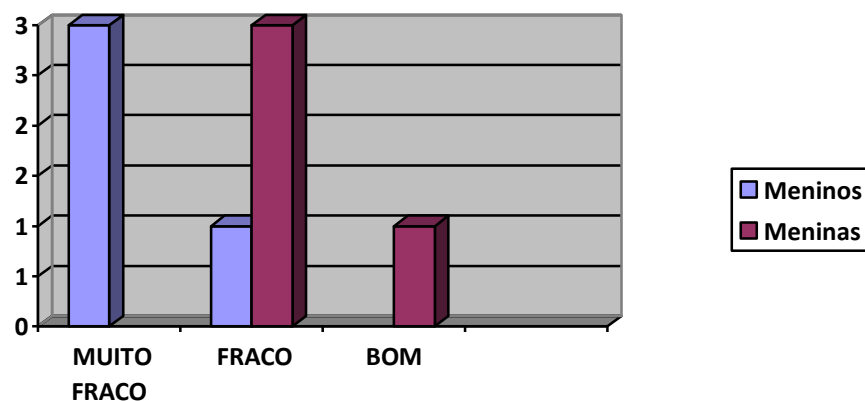
Logo após obtive os dados dos alunos no teste de velocidade de 20 metros, na qual obtive um resultado muito baixo pois tiveram um potencial muito fraco no teste inicial. Já no teste final as meninas se destacaram pois seu porcentual foi bem melhor que o dos meninos.

Gráfico 11 - Velocidade 20 metros Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

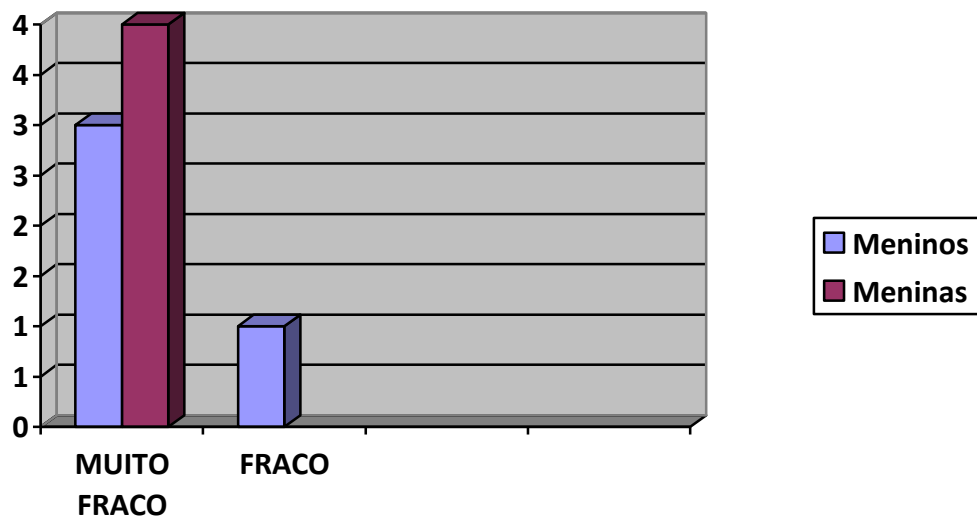
Gráfico 12 - Velocidade 20 metros Teste Final



Fonte: o próprio autor

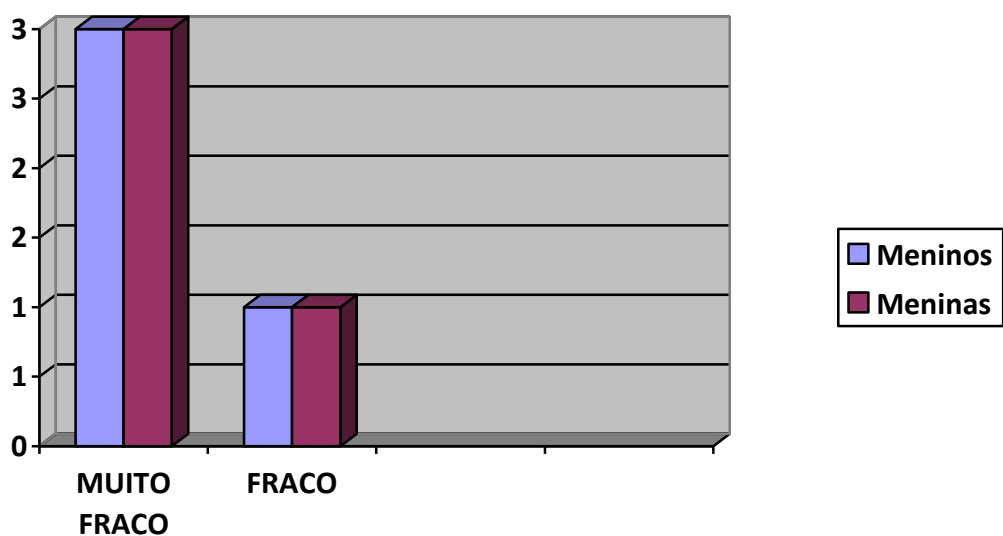
E por fim obtive dados no teste de resistência aeróbica seis minutos, na qual os alunos tiveram um potencial muito fraco no teste inicial, tanto meninos quanto meninas. Já no teste final uma menina se destacou indo de muito fraco para fraco e os meninos continuaram com mesmo potencial.

Gráfico 13 - Resistencia Aeróbica 06 minutos Teste Inicial



Fonte: o próprio autor

Gráfico 14 - Resistencia Aeróbica 06 minutos Teste Final



Fonte: o próprio autor

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No desenvolvimento do presente trabalho, foram aplicados 02 testes referentes a iniciais e finais, no qual o teste é de suma importância para analisar o desenvolvimento das habilidades motoras de cada aluno. Os testes que foram realizados foram: Força Resistência Abdominal, Flexibilidade, Força de membros superiores Arremesso de Medicineball 2 kg, Força de membros inferiores salto distância parado, Força de membros inferiores salto distância real, Velocidade 20 metros e Resistência aeróbica 06 minutos.

Mediante dos testes foram ministradas 15 aulas relacionadas ao conteúdo atletismo, visando responder o problema apresentado: É Possível desenvolver as habilidades motoras através do atletismo?

O atletismo é de total importância para o desenvolvimento das habilidades motoras, pois, a modalidade ensina a correr, saltar e arremessar, fazendo com que o aluno tenha base para qualquer modalidade esportiva.

Visando entender o objetivo geral em que o aluno possa desenvolver suas habilidades motoras através do atletismo, proporcionando o acesso as demais modalidades esportivas. No desenvolver deste trabalho percebeu-se que os profissionais de Educação Física devem desenvolver e colocar em prática o atletismo na escola, para contribuir no futuro dos alunos em suas coordenações.

Assim como abordado por Sara Quenzer. (2014), no caso o Professor de Educação Física, deve haver um compromisso com a transmissão, em especial, da cultura corporal, que inclui, entre tantas outras coisas, o atletismo negligenciado na maioria das vezes. Portanto, o gosto pelo atletismo ou desejo de ensiná-lo que poderia parecer como justificativa de alguns, não se justifica se pensarmos no compromisso, que assumimos como professores, com a transmissão do saber. Pelo contrário, como veremos, é bem mais amplo fomos privados, em nossos anos escolares, do contato com o componente cultural, no caso o atletismo.

Constatamos que todos os objetivos deste trabalho foram alcançados com sucesso, e houve resultados positivos na pesquisa realizada.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO INTERNACIONAL DAS FEDERAÇÕES DE ATLETISMO. **Recordes**, [SI], 2019.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Educação Física. Brasília: MEC/SEF, 1997.

CBAAt. Confederação Brasileira de Atletismo. **O Atletismo**: provas oficiais, [SI] 2019.

DARIDO, S. C; SOUZA JUNIOR, O.M. **Possibilidades de Intervenção na Escola**. Campinas - SP, 2015

MARIANO, C. **Educação Física**: o atletismo no currículo escolar. Rio de Janeiro, 2012.

MATTHIESEN, Sara Quenzer: **Atletismo: teoria e prática**. Rio de Janeiro, 2014.

MATTHIESEN, Sara Quenzer; **Atletismo se aprende na escola**. [SI],2012.

NETTO, Prof. Reynaldo Seifert; PIMENTEL, Prof. Dr. Giuliano Gomes de Assis. **O ensino do atletismo nas aulas de Educação Física**. [SI] 2009.

VIEIRA, S.; FREITAS, A. **O que é Atletismo**: história, regras, curiosidades. Rio de Janeiro, 2007.

APÊNDICE “A”

PROJETO ATLETISMO NA ESCOLA

**PROJETO
ATLETISMO NA ESCOLA**



EDUARDO ANTÔNIO ARAÚJO GIMENEZ

PONTA PORÃ – MS

2019

PROJETO ATLETISMO NA ESCOLA

APRESENTAÇÃO

O Projeto Atletismo na Escola vem atender uma demanda existente na região que abrange a Unidade Escolar.

Estaremos dando continuidade a Iniciação Esportiva na Escola na modalidade de Atletismo, buscando melhorar as habilidades motoras e descobrir os talentos existentes na escola.

JUSTIFICATIVA

Segundo MARIANO (2012, pág. 11): “o atletismo nas escolas há muito tempo vem sendo colocado em segundo plano, dando espaço aos jogos coletivos que grandiosamente vem sendo difundido entre os profissionais da área que atuam principalmente do 6º ao 9º ano e no ensino médio...”, assim como as demais modalidades o atletismo pode ser trabalhado de forma que possa contribuir para a formação de um aluno capaz de realizar movimentos básicos como saltar, correr e arremessar.

OBJETIVOS

Trabalhar de maneira lúdica para desenvolver as capacidades físicas, mental, psicológica e social dos alunos atletas, visando o melhoramento em sua coordenação motora.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Analisar o desenvolvimento motor de cada aluno, na qual o projeto está sendo desenvolvido, com intuito de descobrir se é possível desenvolver as habilidades motoras através das atividades do atletismo.

DESENVOLVIMENTO

Para a viabilidade de desenvolvimento do Projeto foi dividido em três fases distintas sendo elas:

- Teste inicial;
- Atividades do conteúdo atletismo;
- Teste final;

Através das atividades foram desenvolvidos três planos de aulas contendo 05 aulas cada plano, com atividades entre correr, saltar e arremessar, buscando alcançar os objetivos da pesquisa realizada.

REFÊRENCIAS

MARIANO, C. **Educação Física**: o atletismo no currículo escolar. Rio Janeiro: Wak Editora, 2012.

MATTHIENSEN, S. Q. **Atletismo na Escola**. Maringá: Eduem, 2014.



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec. Port. nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725 - Centro - Tel.: (67) 3437-3804 - Ponta Porã - MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

ANEXO “1”

OFÍCIO ENCAMINHADO À ESCOLA

OFÍCIO nº 001/FSM/2019

À

Escola Estadual Pública do Município de Ponta Porã-MS.

Assunto: Solicitação para realização de pesquisa acadêmica.

Eu, EDUARDO ANTÔNIO ARAÚJO GIMENEZ, brasileiro, casado, inscrito no CPF: xxx.xxx.xxx-xx e no RG nº: xxx.xxx.xxx, residente e domiciliado na cidade de Ponta Porã-MS, na Rua: João Manuel Cardinal nº 415 Jardim Marambaia, aluno regular do curso de Licenciatura em Educação Física da Faculdades Magsul, venho respeitosamente solicitar permissão para realização de uma pesquisa acadêmica no período de 1 (um) bimestre neste ano letivo de 2019 na referida escola, que fará parte de um Trabalho de Conclusão de Curso Interdisciplinar intitulado “DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES MOTORAS ATRAVÉS DO ATLETISMO EM UM AMBIENTE ESCOLAR”. Ressalta-se que as identidades da escola e dos participantes serão preservadas na pesquisa.

Certo do atendimento do meu pedido, aguardo deferimento.

Ponta Porã-MS, 28 de agosto de 2019.

Eduardo Antônio Araújo Gimenez
Orientando

Prof. Ma. Wanessa Pucciariello Ramos
Orientador



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec. Port. nº 3.755 de

24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725 - Centro - Tel.: (67) 3437-3804 - Ponta Porã - MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e

ed.fisicamagsul@terra.com.br

ANEXO "2"

PLANILHA DE TESTE

PLANILHA DE TESTE FEMININO

| Nº | sexo | idade (anos) | nucleo de cidade | ALUNO | Força Resistência Abdominal (repetições) | | Flexibilidade (cm) | | Força de Membros Superiores Arremesso Medicineball 2kg (distância - cm) | | Força de Membros Inferiores Salto Distância Parado (distância - cm) | | Força de Membros Inferiores Salto Distância Real (distância - cm) | | Velocidade 20m (segundos) | | Resistência Aeróbica 6 minutos (distância) | |
|----------|------|--------------|------------------|-------|--|----------|--------------------|----------|---|----------|---|------------|---|----------|---------------------------|----------|--|----------|
| | | | | | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. |
| EXEMPLO | | | | | 12 | | 15 | | 190 | | 184 | | 304 | | 5,00 | | 1.000 | |
| 1 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| legendas | | | | | DEMAIS VARIÁVEIS | | Muito Fraco | Fraco | Razoável | Bom | Muito Bom | Excelência | | | | | | |

Fonte SESI São Paulo 15 de julho 2015.

PLANILHA DE TESTE MASCULINO

| Nº | sexo | idade (anos) | nucleo de cidade | ALUNO | Força Resistência Abdominal (repetições) | | Flexibilidade (cm) | | Força de Membros Superiores Arremesso Medicineball 2kg (distância - cm) | | Força de Membros Inferiores Salto Distância Parado (distância - cm) | | Força de Membros Inferiores Salto Distância Real (distância - cm) | | Velocidade 20m (segundos) | | Resistência Aeróbica 6 minutos (distância) | |
|----------|------|--------------|------------------|-------|--|----------|--------------------|----------|---|----------|---|------------|---|----------|---------------------------|----------|--|----------|
| | | | | | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. | 1º AVAL. | 2º AVAL. |
| EXEMPLO | | | | | 15 | | 15 | | 200 | | 190 | | 3,25 | | 5,00 | | 1.000 | |
| 1 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | 2 | 12 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| legendas | | | | | DEMAIS VARIÁVEIS | | Muito Fraco | Fraco | Razoável | Bom | Muito Bom | Excelência | | | | | | |

Fonte SESI São Paulo 15 de julho 2015.



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec. Port. nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A. E. S. P.

Av. Presidente Vargas, 725 - Centro - Tel.: (67) 3437-3804 - Ponta Porã - MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

ANEXO “3”

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, _____, responsável pelo(a)aluno(a)_____,

declaro que autorizo o(a) mesmo(a) a participar da pesquisa intitulada **“DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES ATRAVÉS DO ATLETISMO EM UM AMBIENTE ESCOLAR”**, sendo este, um estudo que tem como objetivo avaliar o desenvolvimento motor através das atividades do atletismo, caracterizada pela pesquisa bibliográfica e de campo. Para a coleta de dados, serão aplicados testes direcionados aos alunos do treinamento de atletismo escolar, alvo da referida pesquisa. A metodologia utilizada na realização do trabalho caracteriza-se como pesquisa qualitativa e quantitativa.

Li o conteúdo do texto e entendi as informações relacionadas à participação de meu dependente que está direcionado (a) a realizar os testes propostos pelo pesquisador, e estou a par que a identificação de meu dependente será preservada e não receberá benefícios financeiros e que concordo em sua participação, podendo desistir em qualquer etapa e retirar meu consentimento, sem penalidades, prejuízo ou perda. Estou ciente que terei acesso aos dados registrados e reforço que meu dependente não foi submetido (a) à pressão ou intimidação para participar da pesquisa.

Ponta Porã-MS, 28 de agosto de 2019

Assinatura do (a) responsável pelo Aluno

Assinatura do (a) Aluno

Assinatura do Pesquisador Responsável
EDUARDO ANTONIO ARAUJO GIMENEZ