



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

ANA LUIZA ARAÚJO DE MELO SILVA

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS – EJA
CULTURA CORPORAL E QUALIDADE DE VIDA: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

**CAMPINA GRANDE
2020**

ANA LUIZA ARAUJO DE MELO SILVA

**A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS – EJA
CULTURA CORPORAL E QUALIDADE DE VIDA: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso na forma de relato de experiência apresentado ao curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento a exigência para obtenção do grau de licenciatura em Educação Física.

Orientadora: Prof^ª. Dr^ª. Regimênia Maria Braga de Carvalho

**CAMPINA GRANDE
2020**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586e Silva, Ana Luiza Araujo de Melo.
A Educação Física na Educação de Jovens e Adultos - EJA [manuscrito] : Cultura corporal e Qualidade de vida: Um relato de experiência / Ana Luiza Araujo de Melo Silva. - 2020.
27 p. : il. colorido.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde , 2020.
"Orientação : Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho , Coordenação do Curso de Licenciatura em Educação Física - CCBS."
1. Educação Física. 2. Qualidade de vida. 3. Cultura corporal. I. Título
21. ed. CDD 613.7

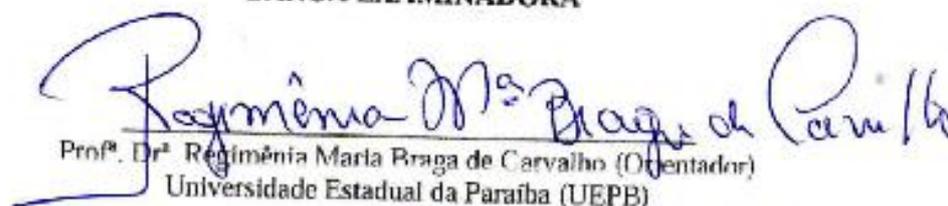
ANA LUIZA ARAUJO DE MELO SILVA

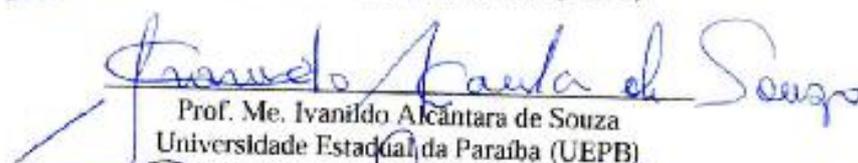
**A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS – EJA
CULTURA CORPORAL E QUALIDADE DE VIDA: UM RELATO DE
EXPERIÊNCIA**

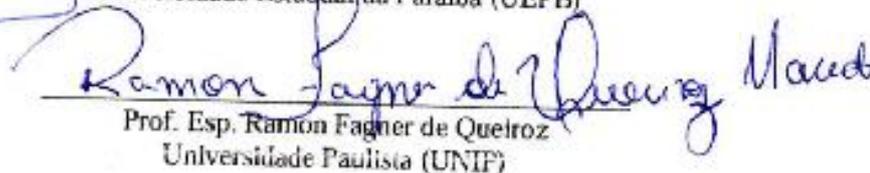
Trabalho de conclusão de curso na forma de relato de experiência apresentado ao curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, em cumprimento a exigência para obtenção do grau de licenciatura em Educação Física.

Aprovado em: 12/11/2020

BANCA EXAMINADORA


Prof. Dr.ª Regimênia Maria Braga de Carvalho (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Me. Ivanildo Alcântara de Souza
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)


Prof. Esp. Ramon Fagner de Queiroz
Universidade Paulista (UNIP)

A minhas princesas que tanto amo, Ana Evellyn e Ana Esther, que sofreram a ausência de sua mãe nesse período do curso, desde os pequenos detalhes a momentos significantes do seu dia-a-dia que tanto influenciam para sua construção pessoal. Que muitas noites não tiveram um beijo de boa noite e ate mesmo ajuda nas atividades escolares. A vocês que tanto sacrifiquei minha presença em um período tão importante de suas vidas que é a infância, DEDICO.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus pela garra e perseverança que Ele me proporcionou para vencer os obstáculos, enfrentar as dificuldades e solucionar os problemas sem baixar a cabeça e desistir.

Agradeço aos meus mestres pelos ensinamentos e inspirações e em especial a minha professora orientadora Regimênia Braga, que desde os primeiros semestres da graduação esteve comigo e acompanhando meu processo, graças a ela tive a oportunidade de conhecer diversas áreas da Educação Física voltada à qualidade de vida. E ao professor Ivanildo Alcantara pela dedicação e por ser um exemplo a ser seguido no pessoal e no profissional, trazendo uma imensa bagagem para minha formação nas oportunidades que tive de tê-lo como professor.

Agradeço aos meus pais. A minha mãe, Gilvânia Melo, minha rainha, meu porto seguro que entendeu que a felicidade da filha e sua realização pessoal é mais importante que qualquer outra coisa, sou eternamente grata as suas renúncias ao cuidar tão bem das minhas filhas para que eu pudesse estudar e trabalhar. Ao meu pai, Charles Melo, que apesar de tudo quer meu bem e da sua maneira me ensinou a disciplina.

Agradeço a meu namorado, Marcel Augusto, que esteve ao meu lado, me apoiando e me ajudando com muito carinho e amor, um profissional exemplar da área que me enche de inspiração para a profissional que desejo ser.

Agradeço a minha irmã e prima, Margarida Melo e Lara Tavares, pelo incentivo e companheirismo, me entendendo e apoiando nos momentos difíceis que existiram no decorrer do curso.

Agradeço a todos os familiares que de alguma forma contribuíram na construção e finalização de mais uma etapa da minha vida.

A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS – EJA CULTURA CORPORAL E QUALIDADE DE VIDA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Ana Luiza Araujo de Melo¹

RESUMO

O presente trabalho tem como principal objetivo relatar a experiência oportunizada e vivenciada pelo Estágio Supervisionado III, que se passou com as turmas da Educação de jovens e Adultos – EJA, na Escola Estadual Monte Carmelo, localizada no município de Campina Grande – PB. A inclusão da educação física escolar na Educação de Jovens e Adultos é indispensável para o acesso desses alunos a cultura corporal de movimento. É possível através da educação física escolar promover saúde e conscientizar os alunos através de uma fundamentação teórica atrelada a práticas que levem esses jovens e adultos a refletirem ao adquirirem tais conhecimentos ao ponto em que os habilitem a praticar atividade física atrelada a saúde. O estágio é uma experiência de aprimoramento pessoal e profissional para os graduandos, onde, por meio do contato direto com a realidade da docência e vivências das atividades na sala de aula, o mesmo inicia suas primeiras experiências, as quais serão necessárias no seu constante aprendizado. Utilizamos uma metodologia de caráter descritivo, reflexivo e analítico, realizando aulas teóricas e práticas, abordando assim os temas de forma mais consistentes com aulas lúdicas e divertidas, fazendo os alunos aflorarem sua curiosidade para com a Educação física e refletirem sobre suas realidades, desenvolvendo o senso crítico diante dos conteúdos abordados. Conclui-se que o estágio supervisionado III foi um grande desafio a ser cumprido pela importância e complexidade de se trabalhar com turmas de caráter heterogêneas e com uma evasão de alunos nas aulas de Educação Física como realidade. Porém, com dedicação e vontade de fazer a diferença, conseguimos realizar nosso estágio de forma colaborativa e proveitosa, buscando trazer para a sala de aula a realidade dos alunos inseridos na Educação de Jovens e Adultos.

Palavras-chave: Educação Física. Qualidade de vida. Cultura corporal.

¹ Graduanda do curso de Educação Física - Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). E-mail: analuh.melo2016@gmail.com

ABSTRACT

The main objective of the present work is to report the experience of the Supervised Stage III, which took place with the Youth and Adult Education classes - EJA, at the Monte Carmelo State School, located in the city of Campina Grande - PB. The inclusion of school physical education in Youth and Adult Education is indispensable for the access of these students to body culture of movement. It is possible through school physical education to promote health and raise awareness of students through a theoretical foundation linked to practices that lead these youth and adults to reflect when acquiring such knowledge to the point where they can practice physical activity linked to health. The internship is an experience of personal and professional improvement for the students, where, through direct contact with the reality of the teaching and experiences of activities in the classroom, it begins its first experiences, which will be necessary in their constant learning. We use a descriptive, reflexive and analytical methodology, performing theoretical and practical classes, approaching the themes in a more consistent way with playful and amusing classes, making the students arise their curiosity for physical education and reflect on their realities, developing a critical sense of the contents addressed. It is concluded that the supervised stage III was a great challenge to be met by the importance and complexity of working with groups of heterogeneous character and with an evasion of students in Physical Education classes as a reality. However, with dedication and willingness to make a difference, we were able to accomplish our internship in a collaborative and profitable way, seeking to bring to the classroom the reality of students inserted in Youth and Adult Education.

Keywords: Physical Education. Quality of life. Body Culture.

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

DEF	Departamento de Educação Física
UEPB	Universidade Estadual da Paraíba
EF	Educação Física
EJA	Educação de Jovens e Adultos
PCN	Parâmetros Curriculares Nacionais

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	10
2.1	A importância do estágio supervisionado na formação do professor	10
2.2	A educação de jovens e adultos e a educação física	12
2.3	As práticas corporais e a qualidade de vida na saúde dos cidadãos	16
3	METODOLOGIA	17
4	O RELATO DE EXPERIÊNCIA	19
4.1	Relato de experiência a partir da observação: primeiro momento	19
4.2	Relato de experiência a partir das intervenções na EJA: segundo momento	20
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	22
	REFERÊNCIAS	23
	APÊNDICES	25

1. INTRODUÇÃO

A inclusão da educação física escolar na Educação de Jovens e Adultos é indispensável para o acesso desses alunos a cultura corporal de movimento. É nessas aulas que diante de uma postura inovadora dos professores com o objetivo de promover saúde através da educação física escolar e proporcionar uma fundamentação teórica atrelada a práticas que levem esses jovens e adultos a refletirem ao adquirirem tais conhecimentos, ao ponto em que os habilitem a praticar atividade física atrelada a saúde.

Tendo em vista que os alunos da EJA em uma grande parcela não se preocupam muito com bem-estar e qualidade de vida, objetivam apenas uma maior qualificação escolar e o componente de Educação Física pode ser primordial para essa conscientização, trazendo informação e mudando hábitos. Em se tratando da promoção da saúde, a mesma pode ser vista como um conjunto de medidas fundamentadas na prática regular de atividades físicas com o intuito de beneficiar a saúde do indivíduo (NAHAS, 2013)

A LDBEN, em seu artigo 26º § 3º afirma que “a educação física, integrada a proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da Educação Básica, ajustando-se as faixas etárias e as condições da população escolar, sendo facultativa a cursos noturnos”. Essa não obrigatoriedade do componente de EF na EJA sustenta-se na teoria de que a prática de atividade física se torna incompatível a sua prática educacional e seu dia cansativo de jornada de trabalho, mas torna-se uma teoria infundada já que a Educação Física não é apenas evidenciar práticas de esportes e exercícios desgastantes, é muito mais que gesto motor, é trazer ao aluno conhecimento relacionado ao cultural, social, político e saúde.

É usar a educação física como oportunidade para demonstrar que se pode ter uma melhor qualidade de vida com atividades físicas diárias, proporcionando uma maior disposição no dia-a-dia ao se tornar um ser humano ativo, prevenindo doenças agudas e ajudando a estabilizar as crônicas.

Assim, o presente trabalho se configura como um relato de experiência que tem por objetivo destacar as experiências adquiridas através das aulas de educação física para a EJA, com alunos do ensino fundamental, mostrando os desafios e conquistas encontrados para chamar atenção desses e despertar o interesse no conteúdo, sabendo que a realidade dos mesmos encontra-se muito diferente da realidade do ensino regular, pois sua faixa etária se mostra heterogênia, já que se encontram alunos entre 15 a 50 anos e que a maioria vem de uma jornada de trabalho de 6 a 8 horas diárias, algumas delas, mães de família que passam o

dia cuidando dos filhos e da casa para que a noite possa estudar deixando os filhos com o pai ou algum familiar.

De acordo com Correia (1996) um planejamento participativo aumenta a participação e motivação dos alunos nas atividades, proporcionando a valorização da educação física dentro da escola e possibilitando a expressão dos alunos, face ao caráter participativo da proposta.

A educação física precisa justificar sua presença no meio escolar através de um trabalho inovador que considere o indivíduo como um ser complexo, uno, que se expressa de maneira muito singular, possibilitando a manifestação dessa diferença (PAIANO, 1998).

Objetiva-se então relatar neste trabalho a vivência e intervenções ocorridas durante o Estágio Supervisionado III com aulas lúdicas e interativas, conscientizando o estilo de vida saudável e ativo, construindo identidades, considerando valores construídos pelos alunos ao longo de sua vida sobre a cultura corporal do movimento e o quanto a mídia influenciara nesses valores em relação a esse universo cultural.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 A importância do estágio supervisionado na formação do professor

O Estágio Supervisionado em Educação Física Licenciatura consiste numa atividade diversificada que proporciona a vivência e consolidação do graduando enquanto formação profissional. É um componente curricular capaz de preparar o aluno para a vida profissional, através da aproximação do educando com a prática da profissão. Trazendo a realidade vivida pelos professores da área e familiarizando o futuro professor recém-formado com o seu real processo de ensino, proporcionando ao licenciando a oportunidade de vivenciar, não apenas a execução e a reflexão sobre a sua prática, mas vivenciar o ambiente escolar: a sala dos professores, o contato com os funcionários, a realidade socioeconômica da escola e dos seus integrantes, e, principalmente, o contato direto com os alunos.

Constitui-se em um requisito de grande relevância para os acadêmicos durante a formação, por proporcionar um elo entre a teoria estudada e a prática, permitindo adquirir uma experiência para o discente. Visto que a vivência nos estágios nos dá a oportunidade de consolidar uma prática pedagógica transformadora.

Já Barbosa-Rinaldi e Pizani (2012) apontam que o estágio curricular se constituiu como um momento em que o acadêmico vivencia a prática profissional, aproximando do

universo acadêmico a realidade interventiva contribuindo assim para a compreensão dos diversos campos e de sua formação.

É através dessa experiência do estágio supervisionado que novos conhecimentos são adquiridos pelo graduando, sendo deixado de lado o aspecto teórico e pondo em prática tudo que foi ensinado pelo corpo docente da universidade. É nesse momento que o graduando tem a oportunidade de colocar em prática sua linha de segmento de pensamento, além de associar com outros componentes curriculares, que foram vistos durante o período acadêmico cursado. Tardif (2002) afirma que o estágio supervisionado constitui uma das etapas mais importantes na vida acadêmica dos alunos de licenciatura e, cumprindo as exigências da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN), a partir do ano de 2006 se constitui numa proposta de estágio supervisionado para oportunizar ao graduando a observação, a pesquisa, o planejamento, a execução e a avaliação de diferentes atividades pedagógicas, uma aproximação da teoria acadêmica com a prática em sala de aula.

O principal papel do estágio supervisionado é garantir a ligação do mundo acadêmico com o profissional, sendo porta para a aprendizagem teórico/prático acerca da graduação do corpo discente, através do conhecimento e contato direto com a comunidade. Portanto é necessário que esse componente seja valorizado e incentivado, com o objetivo de criar oportunidades para os alunos exercerem a prática profissional. Para Barbosa (2008, p. 3):

O estágio curricular obrigatório surge com o um elemento aglutinador na formação docente, que considera a ação e a prática num processo contínuo de reflexão e construção, por meio da vivência da realidade social, educacional e escolar, e possibilita ao formando pensar em aspectos relevantes, tais como: o que envolve o processo de ensino e aprendizagem e a organização administrativa e pedagógica da escola.

Sendo assim um meio que pode levar o acadêmico a identificar novas e variadas estratégias para solucionar problemas que muitas vezes ele nem imaginava encontrar na sua área profissional. Ele passa a desenvolver mais o raciocínio, a capacidade e o espírito crítico, além da liberdade do uso da criatividade, projetando o estágio supervisionado como um verdadeiro

[...] estruturador da formação docente, numa perspectiva de trabalho coletivo, interdisciplinar e investigativo norteado por princípios voltados para a formação permanente do docente, a aproximação entre os espaços de formação e de exercício profissional e o período destinado aos estágios como processo de investigação pedagógica (AZEVEDO, 2009, p.32).

Dessa forma, o Estágio Supervisionado é uma etapa imprescindível e de oportunidade ímpar de aprendizagem para a trajetória da construção do futuro professor, uma vez que contribui no processo de autoconhecimento e aperfeiçoamento das práticas docentes, possibilitando agregar valores e saberes nessa modalidade, a partir de reflexões e autocrítica, construindo um olhar investigativo da nossa prática enquanto aluno-estagiário formador e docente em formação. Na visão de Azevedo (2009), em sua abordagem, aponta que o fazer docente, em seu estágio, deve realizar-se numa perspectiva coletiva, investigativa e interdisciplinar.

2.2 A educação de jovens e adultos e a educação física

A Educação de Jovens e Adultos - EJA é um modelo de ensino o qual permite que o cidadão retome seus estudos e o conclua em menos tempo. Criada pelo Governo Federal, a EJA transcorre todos os níveis da Educação Básica do país, destinada aos jovens, adultos e idosos que não tiveram acesso à educação na escola convencional na idade apropriada, possibilitando sua qualificação para conseguir melhores oportunidades no mercado de trabalho.

A modalidade Educação de Jovens e Adultos (EJA) é uma possibilidade de retorno aos bancos escolares às pessoas que por alguma característica ou necessidade em algum momento de sua história se ausentaram da educação formal (CARVALHO, 2011)

§ 1º Os sistemas de ensino assegurarão gratuitamente aos jovens e aos adultos, que não puderam efetuar os estudos na idade regular, oportunidades educacionais apropriadas, consideradas as características do alunado, seus interesses, condições de vida e de trabalho, mediante cursos e exames. (BRASIL, 1996, art. 37, 96)

A inclusão da Educação Física no currículo da EJA deu-se no ano de 2002 a partir de uma proposta curricular elaborada pelo Ministério da Educação (MEC) para a EJA destinada ao segundo segmento do ensino fundamental. De acordo com esta proposta

“A inclusão da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos representa a possibilidade para os alunos do contato com a cultura corporal de movimento. O acesso a esse universo de informações, vivências e valores é compreendido aqui como um direito do cidadão, uma perspectiva de construção e usufruto de instrumentos para promover a saúde, utilizar criativamente o tempo de lazer e expressar afetos e sentimentos em diversos contextos de convivência. Em síntese, a apropriação dessa cultura, por meio da Educação Física na escola, pode e deve se constituir num instrumento de inserção social, de exercício da cidadania e de melhoria da qualidade de vida” (Filho et al, 2016 apud BRASIL, 2002, p.193).

Constata-se que mudanças ocorreram na área, tornando a Educação Física um Componente Curricular, trazendo possibilidades de desenvolvimento das mais diversas abordagens. Por outro lado, ainda falta um longo caminho, ao que parece, para que as potencialidades desse componente sejam exploradas. O papel do professor, nesse contexto, necessita de subsídios para a realização de suas atividades, para que possa transmitir valores reais, e não apenas reproduzir práticas sem nexos e sem propósito. Assim, destacamos Günther (2014, apud Soares, 2006) quando discorre que

“O compromisso social com a EJA tem se concentrado na esfera municipal do poder público, onde têm sido identificadas as ações mais sistemáticas, com uma intencionalidade melhor definida e também alguma preocupação com a formação continuada de docentes para essa modalidade de ensino”.

As dificuldades pedagógicas encontradas em diversos relatos apontam para a falta de uma prática própria para o segmento da EJA. Os docentes acabam muitas vezes adaptando atividades aplicadas às crianças ou aplicando apenas conteúdo teórico. A referida autora (ibid.) pontua a falta de políticas específicas para a formação dos professores que atuam na EJA o que acaba levando a uma infantilização do currículo, com uma adaptação das atividades do fundamental para aplicação com o público de jovens e adultos, que, como sabemos, têm histórico de evasão escolar e já estão inseridos no mercado de trabalho, o que torna mais complexo o planejamento e a execução de atividades.

Verifica-se, ainda, uma ambiguidade no ponto de vista da legislação, pois, a mesma lei que garante, em alterações passou a facultar a obrigatoriedade da participação de determinados perfis de alunos como explicitado na lei nº 10.793, o artigo 26, inciso 3º da LDBEN nº 9394

“A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, sendo sua prática facultativa ao aluno: I – que cumpra jornada de trabalho igual ou superior a seis horas; II – maior de trinta anos de idade; III – que estiver prestando serviço militar inicial ou que, em situação similar, estiver obrigado à prática da educação física; IV – amparado pelo Decreto-Lei nº 1.044, de 21 de outubro de 1969 V – VETADO; VI – que tenha prole” (Filho; Cruz; Bossle, 2016 apud BRASIL, 2003).

Ocorre a falta de compreensão, ao que parece, sobre o público que está inserido na EJA, sendo eles a grande maioria o perfil citado na redação da lei, descaracterizando, assim, o

papel de componente curricular que foi dado a Educação Física no currículo da EJA, tornando, apenas, uma disciplina irrelevante à formação dos alunos.

A educação física é uma disciplina importante para a EJA, pois tem como objetivo a ressignificação do conhecimento prévio dos alunos sobre práticas corporais e o desenvolvimento de novos conhecimentos sobre a cultura corporal do movimento atrelada a inserção social, ao exercício da cidadania e a uma melhor qualidade de vida. Segundo Carvalho (2011) na EF, a revisão bibliográfica revela uma escassa literatura a respeito do tema, sendo que as informações disponíveis relacionadas às práticas pedagógicas destacam o acesso à cultura corporal como uma das metas da disciplina.

É interessante que a educação física no meio escolar tenha influencia na melhoria da qualidade de vida, pois é nesse meio que se constrói o conhecimento do próprio corpo. Tendo em vista que grande parcela dos alunos da EJA são trabalhadores do comercio em geral podemos afirmar que existe uma grande diversidade de conhecimento prévio e visão de mundo em uma sala, existindo varias gerações, cada qual com seus costumes já enraizados e é de suma importância reconhecer a bagagem que apresentam e os conhecimentos adquiridos por meio de suas experiências em seus grupos sociais, para que se possa ter um bom planejamento das aulas deixando-as atrativas para que os objetivos das mesmas possam ser alcançados. Deve-se lembrar que a EJA não é apenas um local para jovens e adultos concluírem os estudos que, por diversos motivos foram interrompidos na idade regular, e que mesmo tendo essa característica a sua organização não deve ser tratada de maneira depreciativa. É preciso que sejam reconhecidas as potencialidades que cada aluno carrega para promover nessa troca uma educação emancipatória, em que o aluno entenda seu papel social, seus direitos e que, em relação à Educação Física, apreenda que essa atravessa a questão corporal ou esportiva, mas, é sobre saúde, práticas de convivência, trabalho em equipe, reconhecimento dos espaços públicos próprios às práticas e acessível a todos. Nesse contexto

“a disciplina, muito mais do que se preocupar em deixar o sujeito mais ativo fisicamente, ou mais “saudável”, precisa se preocupar em formar um cidadão questionador, que saiba se posicionar politicamente, para reivindicar, por exemplo, melhores condições de acesso à saúde pública e/ou opções de lazer de forma gratuita” (Filho; Cruz; Bossle, 2016, p. 125).

De acordo com FERNANDEZ 2007, um docente bem qualificado profissionalmente exerce o verdadeiro papel de cidadão dentro do contexto social, à medida que atua como um agente multiplicador de conhecimentos contribui com a formação de mais cidadãos

participativos e possuidores de espírito crítico, verdadeiro objetivo da Educação Nacional. Nesse sentido,

“deve se criar possibilidades que resgatem as memórias que foram ancoradas a partir das vivências das diferentes práticas da cultura corporal. Isto representa valorizar e respeitar a história pessoal do aluno e, sobre esta, reconstruir e continuar construindo os significados do movimento e da cultura corporal” (Pimenta, 2011, p.13).

Os PCNs (BRASIL, 2001) abordam a Educação Física como cultura corporal, ou seja, é a representação da expressão do corpo no percorrer da vida. Algumas produções dessa cultura corporal são incorporadas pela Educação Física em seus conteúdos: o jogo, o esporte, a dança, a ginástica e a Luta, (METZNER 2012, p. 5).

Por tanto, a educação física na EJA deve buscar a interação do aluno e estimular à prática de hábitos saudáveis. Assim, um professor de educação física deve estar atento laboralmente para atender estas necessidades. É interessante adaptar e mediar algumas atividades físicas tradicionais de acordo com as realidades dos alunos que a comportam como seus grupos sociais e culturais distintos, e seu nível de sedentarismo, cada qual com suas particularidades e necessidades. Para que essa educação faça sentido, os professores precisam buscar estimular a curiosidade dos alunos, garantir o convívio dos mesmos com a sociedade e mostrar o quão benéfico para sua saúde é a prática de exercícios regulares.

. A prática pedagógica do professor é marcada não apenas pelos saberes disciplinares, mas por um conjunto de experiências que se sucedem no contexto escolar durante toda uma trajetória profissional (Pimenta, 2011. p. 15).

A heterogeneidade própria dessa modalidade de ensino acaba tendo essa dualidade, se mostrando como um desafio e, ao mesmo tempo, possibilidade de troca, de convivência e de norte para o planejamento das aulas por parte dos docentes. Nessa convivência, pode-se se estimular o respeito e a quebra do estigma que a sociedade ocidental formula acerca de sua população acima dos 40 anos de idade (uma faixa etária presente na EJA) e a construção de um diálogo crítico sobre a cultura corporal de movimento. Nessa perspectiva, destacamos que, como identifica Filho; Cruz; Bossle (2016) o método Freireano traz muitas contribuições para a prática docente, pois esse caráter heterogêneo estimula a troca e a construção entre docente/discente, tanto o professor quanto o aluno aprendem, pois são sujeitos cognitivos mesmo em faixa etária ou estágios da vida diferentes.

2.3 As práticas corporais e a qualidade de vida na saúde do cidadão

O conceito “qualidade de vida” tem sido alvo de pesquisa por muitos autores, bem como o uso de instrumentos padronizados para mensurá-lo. Tal conceito tem caráter subjetivo, ou seja, depende da percepção de cada pessoa sobre o seu estado e envolve diversas dimensões da vida (SEIDL 2004).

Para NAHAS (2006), qualidade de vida é a percepção de bem-estar que reflete um conjunto de parâmetros individuais, socioculturais e ambientais que caracterizam as condições em que vive o ser humano. Ainda na percepção do autor supracitado, os componentes do estilo de vida podem mudar ao longo dos anos, mas isso só acontece se a pessoa conscientemente enxergar algum valor em algum comportamento que deva incluir ou excluir, além de perceber-se como capaz de realizar as mudanças pretendidas.

A qualidade de vida na concepção de TOSCANO (2009) supõe “um elemento básico e interligado com todos os outros, que é a capacidade para realizar movimentos corporais de forma eficiente” (p. 17). Assim, para o autor, se a capacidade motora estiver limitada a qualidade de vida pode sofrer baixa considerável. Deixando evidente a importância de propostas de intervenção no meio escolar, incentivando e construindo cidadãos ativos que tenham uma manutenção regular de seu estilo de vida para que com o passar dos anos evitem doenças e disfunções.

Nosso corpo é uma máquina projetada para movimentar-se, usa-la de forma correta atrai inúmeros benefícios à saúde física e psicológica, assim como previne as doenças crônicas devido a um maior gasto energético e uso das estruturas corporais, além de melhorar o metabolismo e a homeostasia.

Segundo TAVARES (2012), uma forma possível de promover a saúde e a qualidade de vida é a utilização das práticas corporais em grupo. A modalidade grupal estimula o indivíduo participante a tornar-se o agente da própria mudança, além de propiciar um aprendizado interpessoal a partir do contato com o outro.

MATTOS (2009) define as Práticas Corporais como um movimento corporal como forma de manifestação sociocultural, expressão de interesses, valores e desejos. Entende-se, desta maneira, que as práticas corporais são construções sociais por meio de práticas coletivas ou individuais que carregam linguagens verbais e corporais simbólicas. Difere-se, portanto, do conceito, já solidificado pela comunidade científica do termo 'atividade física', sendo

qualquer movimento corporal ou uma contração músculo esquelética que gere gasto de energia acima do repouso (MCARDLE 2003).

Os professores de Educação Física devem realizar ações na Educação de Jovens e Adultos com o objetivo de esclarecer os conceitos relacionados à atividade física e práticas corporais, saúde e qualidade de vida, buscar atingir o senso crítico sobre os benefícios dessas práticas e do lazer para motivar a busca de um estilo de vida ativo e saudável, conscientizar na socialização na promoção de saúde e bem estar, incentivando a prática de atividade física e desenvolvimento da consciência corporal e assim valorizar a cultura corporal.

3. METODOLOGIA

O presente estudo foi realizado durante o Estágio Supervisionado III, componente curricular obrigatório do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB) no período compreendido de março à maio de 2018. As experiências ocorreram nas dependências da Escola Estadual Monte Carmelo, localizada no bairro do Centenário em Campina Grande-PB. As aulas aconteciam toda sexta-feira das 20 horas às 21 horas, tendo 1 hora de aula.

Os alunos da Escola Estadual Monte Carmelo são em sua totalidade de origem humilde, a escola possui três turmas na EJA, uma com 27 alunos, outra com 18 alunos e outra com 24 alunos, as atividades eram realizadas de forma unificada para um melhor desenvolvimento e aproveitamento do tempo, já que muitos dos discentes se ausentavam das aulas de educação física e apenas cerca de 15 pessoas se faziam presentes. A idade média dos alunos era de 15 aos 55 anos e a turma tinha um perfil bastante participativo, interessado e em busca de conhecimento, sempre respeitaram os professores estagiários e interagiram a fim de contribuir com o andamento das aulas.

A metodologia aplicada foi de caráter descritivo, reflexivo e analítico. Constitui-se em um relato de experiência onde se baseia na aprendizagem adquirida ao longo do curso e reflexões a partir de pesquisas e referências teóricas.

Vergara (2000, p. 47) argumenta que a pesquisa descritiva expõe as características de determinada população ou fenômeno, estabelece correlações entre variáveis e define sua natureza. "Não têm o compromisso de explicar os fenômenos que descreve, embora sirva de base para tal explicação".

Optei pelo método de Pesquisa Qualitativo levando em consideração que:

[...] a Pesquisa Qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se ocupa com um nível de realidade que não pode ou não deveria ser quantificado. Ou seja, ela trabalha com o universo dos significados, dos motivos das aspirações, das crenças, dos valores e das atitudes. O que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos a operacionalização de variáveis (MINAYO, 2008, p. 21).

Em um primeiro momento visitamos a escola para fazer o diagnóstico da instituição, munidos de uma anamnese a fim de conhecer as dependências, os recursos disponíveis a serem utilizados para as aulas, espaços e corpo docente. Tivemos então uma reunião com o professor Ramon Queiroz, professor responsável pelas turmas e que passou a ser nosso preceptor. Fomos informados do conteúdo programático que vinha sendo trabalhado com as turmas e de um pequeno detalhe que dificultaria o planejamento das aulas, não eram ministradas aulas práticas dada a realidade dos alunos que muitas vezes vinham direto do trabalho para a escola, cansados e sem roupas apropriadas para prática de exercícios. Vimos essa informação inicialmente como uma dificuldade a ser enfrentada e solucionada, já que é de suma importância conectar teoria a prática. Procuramos planejar as aulas bastante interativas, com vídeos, apresentações em slides, entrevistas e depoimentos, para que chamasse a atenção e curiosidade dos alunos a participar e vivenciar na prática os conteúdos ministrados, onde introduzíamos o assunto, discutíamos em uma roda com os alunos e em seguida realizávamos a prática que foi muito bem aceita pelos mesmos, superando então nossas expectativas.

Chegamos ao consenso dos temas que seriam abordados e optamos pelas Práticas Corporais de Aventura como tema principal, mas sempre dando a devida importância e correlacionando aos temas transversais que eram o verdadeiro foco – Qualidade de vida, Sedentarismo e Atividade física e saúde. Vendo a realidade das turmas viram-se necessário e relevante tais temas, principalmente com o objetivo de vencer o sedentarismo e conscientizá-los da importância da Educação física para a saúde.

O plano de ensino foi direcionado a abordagem Crítico Superadora, aproximando os estagiários a uma melhor compreensão de como realizar na prática a aplicação da abordagem de ensino nas aulas de Educação física.

Escolhemos a abordagem Crítico Superadora para que nossos alunos pudessem desenvolver seu senso crítico a partir de nossas intervenções e debates, pois segundo OLIVEIRA (1997) as atividades corporais, esportivas ou não, componentes da nossa cultura

corporal, são vivenciadas – tanto naquilo que possuem de “fazer” corporal, quanto na necessidade de se refletir sobre o significado/sentido desse mesmo “fazer”.

Para finalizarmos nossa intervenção no Estágio Supervisionado, a pedido da direção da escola, programamos nossa culminância para o dia 10 de maio de 2019, dia em que seria comemorado o dia das mães com os alunos, fizemos dinâmicas e aula de ginástica coletiva.

4. O RELATO DE EXPERIÊNCIA

4.1 Relato de experiência a partir da observação: primeiro momento

Primeiro momento do Estágio supervisionado III deu-se de uma reunião com o professor de Educação física da escola Ramon Queiroz e com nossa Professora responsável Regiménia Braga para uma anamnese da escola e da turma, observando o ambiente escolar e recursos didáticos disponíveis para as aulas. A escola foi bastante receptiva, sempre disposta a ajudar no necessário para execução de nossas aulas, deram todo suporte para realizarmos todas as atividades com êxito, jamais nos privando de qualquer intervenção proposta pelo grupo. Observamos que a Escola embora composta por um amplo espaço para as aulas de educação física nos deparamos com três turmas de EJA que não vivenciavam aulas práticas por serem considerados alunos trabalhadores que estariam na escola após um dia cansativo de trabalho e não demonstravam interesse nas aulas de educação física. As turmas eram compostas em sua maioria por adultos, idosos e alguns jovens, que estão acima da idade correspondente para a série que assiste as aulas regularmente. Os mesmos moram no bairro das redondezas da escola, caracterizado por classe social média/baixa. Vimos uma realidade em que de três turmas contendo em média 20 alunos cada, apenas 15 alunos totalizando as três turmas ficavam para assistir as aulas de EF.

A partir daí começamos o planejamento para que as aulas de educação física se mostrassem atrativas, divertidas e necessárias para esses alunos. Optamos então pelos conteúdos das Práticas Corporais de Aventura, dando ênfase aos conteúdos transversais que seriam Qualidade de vida, Sedentarismo e Atividade física e saúde.

Observamos que tínhamos a nossa disposição data show, caixa de som, notebook e etc, os quais dariam uma bela interação com os alunos nas aulas teóricas e expositivas, porém materiais para aulas práticas eram ausentes, então tivemos que levar recursos próprios.

4.2 Relato de experiência a partir das intervenções na EJA: segundo momento

Nossas intervenções eram realizadas uma vez por semana, na sexta-feira, e para um melhor aproveitamento do tempo e interação com as turmas, as aulas aconteciam multisseriadas já que enfrentávamos a realidade da evasão de alunos nas aulas de Educação física.

Em nosso primeiro encontro fizemos uma dinâmica para o entrosamento aluno/professor tendo conhecimento de nomes, idades e qual a pretensão com relação aos estudos, já que muitos teriam retornado as atividades acadêmicas após anos longe dos livros. Ao fim da dinâmica de apresentações e sonhos para o futuro realizamos alongamentos com a turma e em seguida um pouco de ginástica laboral, levando em consideração que são alunos trabalhadores e donas de casa sem prática regular de exercícios físicos, por fim, para descontrair fizemos um pouco de ginástica coletiva.

Como observamos uma turma bastante sedentária e heterogênea buscamos aguçar a curiosidade dos alunos com aulas interativas, logo, na segunda aula fizemos uma introdução às práticas corporais de aventura, com exposições de fotos e vídeos em slides e demos ênfase ao skate, desde o resgate histórico até nossos campeões mundiais da modalidade. Sempre buscando a interação da turma, à medida que eram expostos os conteúdos dava-se abertura para discussões e perguntas. Após as exposições e explicações a cerca dos conteúdos, fizemos a demonstração de 03 skates e seus materiais de segurança utilizados na prevenção de acidentes. Como a turma se mostrava resistente a prática, para não precisar mudar da sala de aula para outro ambiente, fizemos um círculo com as cadeiras e proporcionamos uma vivência aos alunos da prática do skate. Para finalizarmos a aula fizemos alongamentos e ginástica coletiva.

Na terceira semana de intervenções demos continuidade ao conteúdo de Práticas Corporais de Aventura, dessa vez abordando a modalidade Parkour. A aula se deu com exposição de slides e vídeos sobre a modalidade. Buscamos explicar o conhecimento prévio dos alunos já que este seria um esporte radical que sofre muito preconceito social, transformamos a aula em um debate bastante produtivo a respeito do esporte, estreitando assim os laços entre a realidade dos alunos e a realidade regional em que estão inseridos. Finalizamos nosso encontro com ginástica laboral e ginástica coletiva.

O quarto encontro teve como tema principal o Slakline, onde como de costume levamos o material expositivo com slides e vídeos para observação, compreensão e

conhecimento da modalidade, após a exposição do esporte conversamos um pouco sobre equilíbrio, uma das capacidades físicas mais importantes para realizar a prática desse esporte. Em seguida levamos a turma ao pátio da escola para que pudessem ter a oportunidade de vivenciar o Slakline, propomos a formação de duplas para que pudessem auxiliar uns aos outros, buscando a socialização e interação dos alunos. Nesse momento já não existia mais resistência a prática, todos estavam participativos e buscando uma melhor desenvoltura.

No quinto momento, dando continuidade ao conteúdo de Práticas Corporais de Aventura, trouxemos o Rapel para a escola. Após o conteúdo devidamente exposto, compreendido e discutido, fizemos uma breve explanação das normas de segurança e materiais utilizados. Em seguida partimos para a prática e nos surpreendemos, pois a turma introvertida que no início de nosso estágio apresentava resistência a prática, estava maravilhada com a modalidade, todos participaram e fizeram as decidas pelas estruturas do prédio da escola.

Observamos no decorrer das aulas que nossos alunos vinham desenvolvendo uma afeição as práticas corporais, buscando estarem mais próximos a prática de exercícios e atividades físicas, desde nossas ginásticas em sala a nossas práticas pelas dependências da escola e vimos a necessidade de trazer para essa turma questões de qualidade de vida, para que pudéssemos conscientiza-los ainda mais a uma vida mais ativa e saudável.

Nosso sexto encontro ficou marcado por um debate em círculo sobre qualidade de vida, sedentarismo e a diferença ente atividade física e exercício físico e o quanto ambos eram importantes para se ter um estilo de vida saudável. Os alunos expuseram seu dia-a-dia trazendo para o debate questões as quais buscavam uma melhora nessa prática diária de atividade física, fazendo assim os mesmos trabalharem seu senso crítico da realidade em que estavam vivendo e como poderiam sair da zona do sedentarismo, podendo prevenir doenças. Assuntos como malefícios e doenças que poderiam ser causadas ou agravadas pelo sedentarismo foram questionados pelos alunos, onde esclarecemos suas duvidas e observamos o quanto se mostraram interessados em mudar seus hábitos. Buscamos conscientiza-los desde a uma vida ativa até a busca por uma alimentação saudável, abordando também outros pilares da qualidade de vida, usando como ferramenta o Pentáculo do Bem Estar, mostrando nossas necessidades básicas para alcançar a tão almejada qualidade de vida.

Em nossa ultima aula, para mensurar o conhecimento adquirido por nossos alunos com nossas intervenções no decorrer do Estágio Supervisionado III, propomos um jogo de perguntas e respostas, chamado “Responda ou Passe”, no qual, as turmas se dividiam em dois grupos, onde as batalhas aconteceriam com um participante de cada grupo representando-o. O

jogo possui botões em que os participantes ao ouvirem a pergunta do professor aperta rapidamente, quem apertar primeiro tem o direito de responder, o que errar dos dois cede a vez a outro participante de seu grupo e assim sucessivamente. A aula foi muito divertida e participativa e podemos fazer uma avaliação dos conhecimentos adquiridos de forma lúdica.

Nosso ultimo encontro com a turma ficou marcado como nossa culminância que a pedido da diretoria da escola aconteceu no dia 10 de maio de 2019, dia em que estariam comemorando o dia das mães. A comemoração aconteceu no refeitório da escola, fizemos dinâmicas, ginástica laboral e ginástica coletiva. Mães e filhos tiveram um dia dedicado a eles com música ao vivo, presentes sorteados e um jantar ao fim do evento.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com a experiência vivenciada é perceptível que o Estágio Supervisionado III é de suma importância para a formação profissional do graduando, possibilitando o mesmo fazer uma ligação entre tudo o que vem aprendendo e estudando no curso, com a realidade e a dinâmica da prática, oferecendo-lhe a oportunidade de refletir sobre os conhecimentos teóricos adquiridos de forma isolada e articulá-los com o objetivo de construir um saber capacitado para o mercado de trabalho, aprimorando sua prática docente. O estágio do curso de licenciatura em Educação Física tem possibilitado essa ponte, fazendo com que fossem observados e vivenciados com clareza todos os segmentos do intuito do estágio.

Considera-se, finalmente, que o estágio supervisionado III foi um grande desafio a ser cumprido pela importância e complexidade de se trabalhar com turmas de caráter heterogêneas e com uma evasão de alunos nas aulas de Educação Física como realidade. Porém, com dedicação e vontade de fazer a diferença, conseguimos realizar nosso estágio de forma colaborativa e proveitosa, buscando trazer para a sala de aula a realidade dos alunos inseridos na Educação de Jovens e Adultos, para desmitificar os estereótipos de que Educação física é apenas jogar futebol e baleado. Portanto, é necessário refletir constantemente sobre esse processo, sua organização, desenvolvimento e realização de novas metodologias, sempre buscando os conhecimentos necessários para promover na qualidade de vida das pessoas.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Pedro Celso de; CAUDURO, Maria Teresa O Desinteresse pela Educação Física no Ensino Médio. **EF Deportes.com**. Buenos Aires. ano 11, n. 106, mar, 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd106/o-desinteresse-pela-educacao-fisica-no-ensino-medio.htm>. Acesso em: 29 jul. 2020.

BARBOSA-RINALDI, I. P.; PIZANI, J. **Desafios dos estágios nos cursos de licenciatura em Educação Física**. In: NASCIMENTO, J. V. do; FARIAS, G. O. Construção da identidade profissional em Educação Física: da formação à intervenção. Florianópolis: Ed. da UDESC, 2012.

BARBOSA, T. **O Estágio Supervisionado para Formação de Professores: orientações para o estagiário**. Modulo 01, Natal, RN: SEDIS, 2008

BRASIL. Parâmetros Curriculares Nacionais. Educação Física / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1998.

CARVALHO, R. M. **Educação Física Escolar na educação de jovens e Adultos**. Curitiba: CRV, 2011.

FERNANDEZ, C.M.B.; SILVEIRA, D.N. Formação inicial de professores: desafios do estágio curricular supervisionado e territorialidades na licenciatura. **Anais da 30ª Reunião Anual da ANPED**. Caxambu. Disponível em: <http://www.anped.org.br/reunioes/30ra/trabalhos/GT04-3529--Int.pdf>. Acesso em: 10 set. 2018.

GOLDSCHMIDT FILHO, Francisco; CRUZ, Lucas Lopez da; BOSSLE, Fabiano. Educação Física na EJA: desafios e possibilidades. **Revista Kinesis**. Santa Maria, v. 34, n. 2, pg. 117-131, jul./dez. 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/kinesis/article/view/22290/pdf>. Acesso em: 23 out. 2020.

GÜNTHER, Maria Cecília Camargo. O direito à educação física na educação de jovens e adultos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. v. 36, 2016. Disponível em: <http://revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/view/2142>. Acesso em: 21 out. 2020.

MATTOS, Rafael da Silva; LUZ, Madel Therezinha. Sobrevivendo ao estigma da gordura: um estudo socioantropológico sobre a obesidade. **Physis - Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, pg. 489-507, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/physis/v19n2/v19n2a14.pdf>. Acesso em: 22 set. 2020.

MCARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do Exercício: Energia, Nutrição e Desempenho Humano**. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

MINAYO, Cecília de Souza (Org.). **Metodologia de Pesquisa em Educação Física**. 3° ed. 2008.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. 6 ed. Londrina: Midiograf, 2013.

OLIVEIRA, Amauri A. Bássoli de. Metodologias emergentes no ensino da educação física. **Revista de Educação Física/UEM**, v. 8, n. 1, p. 21-27, 1997. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Amauri_Oliveira2/publication/277201034_METODOLOGIAS_EMERGENTES_NO_ENSINO_DA_EDUCACAO_FISICA/links/5728ee2a08ae057b0a033bbf/METODOLOGIAS-EMERGENTES-NO-ENSINO-DA-EDUCACAO-FISICA.pdf. Acesso em: 06 ago. 2020.

PIMENTA, Renan Patrício Teixeira. **Ensino da Educação Física na Educação de Jovens e Adultos: saberes docentes de uma professora de educação física construídos dentro de uma experiência profissional na educação de jovens e adultos**. 2011, 42 f. Monografia (Graduação) - Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte (MG), 2011. Disponível em: <http://www.eeffto.ufmg.br/eeffto/DATA/defesas/20150715160736.pdf>. Acesso em: 18 out. 2020.

SEIDL, Elaine Maria Fleury; ZANNON, Célia Maria Lana. Qualidade de vida e saúde: aspectos conceituais e metodológicos. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 20, n. 2, p. 580-588, 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csp/v20n2/27.pdf>. Acesso em: 14 set. 2020.

TARDIF, Maurice. **Saberes docentes e formação profissional**. Petrópolis: Vozes, 2002.

TAVARES, Alessandra Antunes et al. (Re) Organização do cotidiano de indivíduos com doenças crônicas a partir da estratégia de grupo. **Cadernos Brasileiro de Terapia Ocupacional**. São Carlos, v. 20, n. 1, p. 95-105, 2012. Disponível em: <http://www.cadernosdeterapiaocupacional.ufscar.br/index.php/cadernos/article/view/553/367>. Acesso em: 01 set. 2020.

TOSCANO, José Jean de Oliveira; OLIVEIRA, Antônio César Cabral de. Qualidade de vida em idosos com distintos níveis de atividade física. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niterói, v. 15, n. 3, maio/jun. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbme/v15n3/a01v15n3.pdf>. Acesso em: 09 set. 2020.

VERGARA, Sylvia C. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 3.ed. Rio de Janeiro: Atlas, 2000.

APÊNDICE A – ESCOLA DE VIGÊNCIA DO ESTÁGIO SUPERVISIONADO



Fonte: Google Imagens (2019)

APÊNDICE B – PRIMEIRO ENCONTRO



Fonte: Arquivo Pessoal (2019)

APÊNDICE C – AULA TEÓRICA E PRÁTICA DE SKATE



Fonte: Arquivo Pessoal (2019)

APÊNDICE D – AVALIAÇÃO COM A DINÂMICA “RESPONDA OU PASSE”



Fonte: Arquivo Pessoal (2019)

APÊNDICE E – APRESENTAÇÃO AO RAPEL



Fonte: Arquivo Pessoal (2019)

APÊNDICE F – PRÁTICA DO SLACKLINE



Fonte: Arquivo Pessoal (2019)