



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DANILO DOS SANTOS GOMES**

**VIVÊNCIA DA SAÚDE RENOVADA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS –  
EJA**

**CAMPINA GRANDE**

**2019**

**DANILO DOS SANTOS GOMES**

**VIVÊNCIA DA SAÚDE RENOVADA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS –  
EJA**

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.

**Orientador:** Prof<sup>fa</sup> Dr<sup>a</sup> Regimênia Maria Braga de Carvalho.

**CAMPINA GRANDE**

**2019**

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.

G633v Gomes, Danilo dos Santos.  
Vivência da saúde renovada na Educação de Jovens e Adultos – EJA [manuscrito] / Danilo dos Santos Gomes. - 2019.  
30 p. : il. colorido.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2019.  
"Orientação : Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho, Coordenação do Curso de Licenciatura em Educação Física - CCBS."  
1. Educação Física escolar. 2. Educação de Jovens e Adultos - EJA. 3. Qualidade de vida. I. Título  
21. ed. CDD 372.86

**DANILO DOS SANTOS GOMES**

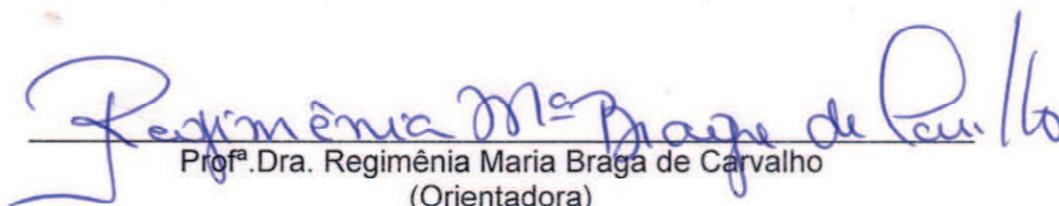
**VIVÊNCIA DA SAÚDE RENOVADA NA EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS –  
EJA**

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 licenciado em Educação Física.

**Área de concentração:** Saúde e Biodinâmica

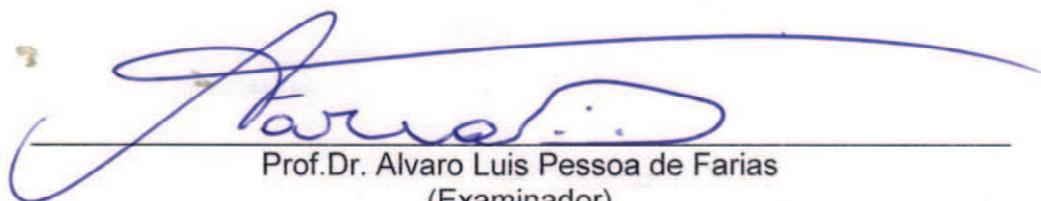
Aprovação em: 05 / 06 / 2019

**BANCA EXAMINADORA**



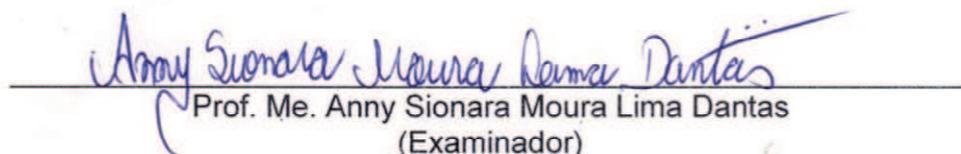
Prof.<sup>a</sup>. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho  
(Orientadora)

UEPB - Universidade Estadual da Paraíba



Prof. Dr. Alvaro Luis Pessoa de Farias  
(Examinador)

UEPB - Universidade Estadual da Paraíba



Prof. Me. Anny Sionara Moura Lima Dantas  
(Examinador)

UEPB - Universidade Estadual da Paraíba

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente à Deus por ter me dado o dom da vida e ter me dado forças para superar todas as dificuldades durante todo o período acadêmico.

Agradeço à toda minha família que esteve sempre presente comigo e que me apoiou em todas as minhas decisões, em especial aos meus pais Teresinha e Cícero, aos meus irmãos Déborah, Danielle e Tayrone, minha namorada Jéssica, meu sobrinho Ícaro e meu cunhado George. Obrigado por estarem sempre ao meu lado em todas as minhas conquistas e por sempre me motivarem a alcançar vãos mais altos. Vocês são o sentido da minha vida, eu amo vocês.

Aos meus amigos de turma, Manoel, Dayvison, Darlei, Douglas, Savio, Savio Emanuel, Alexsandro, Flauber e Arruda (Especuladores), que estiveram sempre presente em toda esta caminhada acadêmica.

À minha orientadora Prof<sup>a</sup>. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho, pela confiança, apoio e auxílio para produção desse trabalho de conclusão de curso, além de todos os ensinamentos passados durante o curso.

À banca examinadora, ao Professor Álvaro e a Professora Anny, pela disponibilidade e contribuição.

## RESUMO

Este trabalho se trata de um relato de experiência oportunizado pelo estágio supervisionado III, com campo de atuação na Escola Municipal Apolônia Amorim, localizada na cidade de Campina Grande - PB, onde foi realizado o papel do estagiário durante o processo de aprendizagem, valorizando a realidade dos alunos, aproximando e favorecendo a interação estagiário/aluno. Por apresentarem maior faixa etária, o público alvo da modalidade de Educação de Jovens e Adultos (EJA) denota um caráter diferenciado, fazendo necessário que o educador utilize metodologias específicas e efetivas. Além disso, como na maioria das escolas municipais, nos deparamos com algumas dificuldades, como por exemplo, a falta de espaço amplo para aulas práticas e equipamentos de áudio visual, além da baixa assiduidade dos alunos. Fatores, estes, que muitas vezes impossibilitam a aplicação de determinados métodos. Entretanto, este trabalho de conclusão de curso tem como objetivo tornar as aulas de educação física para adultos mais dinâmicas e atrativas, estimulando a participação dos mesmos, através da vivência e experiência adquirida durante a realização do estágio. A metodologia utilizada baseou-se em aulas práticas e teóricas, tendo como abordagem principal: qualidade de vida. Os temas abordados nas aulas teóricas induziam os alunos à reflexão sobre a realidade do cotidiano em que viviam, possibilitando o desenvolvimento do senso crítico para determinadas situações. Nas aulas práticas, o método utilizado incentivou a socialização e interação dos alunos entre si. Logo, foi possível observar que a função do estagiário é indispensável no processo de ensino-aprendizagem, pois promove uma importante troca de experiências. A socialização entre os alunos com o universo corporal, em ambas as metodologias, viabilizou a construção de novos saberes, despertando-os a uma prática contextualizada. Por fim, pode-se concluir que a oportunidade desse estágio foi de grande importância para o nosso processo de formação, impelindo-nos incentivo à docência.

**Palavras chaves:** Educação Física, EJA, Qualidade de Vida.

## ABSTRACT

This work is about an experience report, supervised by the supervised stage III, with a field of activity at the Apolónia Amorim Municipal School, located in the city of Campina Grande - PB, where the trainee 's role was played during the learning process, valuing reality of the students, approaching and favoring the trainee / student interaction. Because they are older, the target group of the Youth and Adult Education (EJA) modality denotes a differentiated character, making it necessary for the educator to use specific and effective methodologies. In addition, as in most municipal schools, we are faced with some difficulties, such as the lack of ample space for practical classes and audio visual equipment, in addition to the students' low attendance. Factors, these, which often make it impossible to apply certain methods. However, this work of course completion aims to make physical education classes for adults more dynamic and attractive, stimulating their participation, through the experience and experience gained during the completion of the internship. The methodology used was based on practical and theoretical classes, having as main approach: quality of life. The topics covered in the theoretical classes induced the students to reflect on the reality of the daily life in which they lived, enabling the development of a critical sense for certain situations. In the practical classes, the method used encouraged the students' socialization and interaction among themselves. Therefore, it was possible to observe that the trainee's role is indispensable in the teaching-learning process, since it promotes an important exchange of experiences. The socialization among students with the corporeal universe, in both methodologies, made possible the construction of new knowledge, awakening them to a contextualized practice. Finally, it can be concluded that the opportunity of this stage was of great importance for our training process, impelling us an incentive to teaching.

**Keywords:** Physical Education, EJA, Quality of Life.

## SUMÁRIO

1. Introdução .....	7
2. Referencial Teórico .....	9
2.1. Educação de Jovens e Adultos (EJA) .....	9
2.2. Qualidade de vida .....	10
2.3. Educação Física Escolar .....	11
3. Metodologia .....	13
4. Relato de Experiência .....	15
5. Considerações Finais .....	18
Referências Bibliográficas .....	19
Apêndices .....	21

## 1. Introdução

A modalidade de Educação de Jovens e Adultos (EJA), respaldada na Lei de Diretrizes e Bases da educação (LDB, nº 9394 de 20 de dezembro de 1996), está inserida na Educação Brasileira para atender aos jovens, adultos e idosos que não tiveram acesso à educação básica na idade correta.

A Educação Física escolar integra à matriz curricular da EJA como disciplina que trata pedagogicamente da cultura corporal abrangendo os conteúdos de ginástica, jogos, dança e esportes, além de proporcionar diversas oportunidades educativas que muitas vezes fazem referência os valores morais, ao exercício da cidadania, a qualidade de vida, aos cuidados com o meio ambiente, a cooperação e entre outros, que promovem a socialização e a integração entre os alunos.

Sabe-se que o sujeito está sempre em construção e que a busca pelo desenvolvimento e aprimoramento dos seus conhecimentos é constante. Por exemplo, no campo profissional existe sempre a necessidade de aperfeiçoamento para inserção no mercado de trabalho, que cada dia torna-se mais seletivo. Já no âmbito social, o indivíduo deve atingir a capacidade de conviver e interagir com a sociedade, participando ativamente de diversos tipos de relações (IRELAND, 2009). Sendo assim, de acordo com Correia (1996), um planejamento participativo tende a valorizar a educação física dentro da escola e possibilita a expressão dos alunos, face ao caráter participativo da proposta, pois aumenta a participação e motivação dos alunos nas atividades.

Nesse sentido, a Educação Física na escola tem um papel indispensável na construção e formação do ser crítico e social. Além disso, a interação professor/aluno dentro do campo educacional deve levar o indivíduo a uma reflexão sobre importância das relações no âmbito escolar. Pois o ambiente de ensino pode ser capaz de promover o bem estar pessoal, proporcionando-os uma melhoria da qualidade de vida dentro e fora do âmbito escolar, justificando assim a importância para o aprendizado. Entretanto, diante de algumas dificuldades enfrentadas pelos alunos do EJA, as aulas ministradas necessitam atrair a atenção dos alunos de tal modo que os estimulem a irem à escola e participarem ativamente das aulas.

Visando a possibilidade de refletir valores e conceitos nos diversos aspectos históricos culturais e corporais, a fim de construir novas formas de práticas sociais intervindo em suas realidades, os temas trabalhados em sala de aula surgem devido à necessidade e conhecimento restrito dos alunos. Entre os temas mais utilizados

encontram-se: alimentação saudável, prevenções de acidentes e doenças, hábitos saudáveis, ginástica laboral, peso e sobrepeso, entre outros. A metodologia utilizada nas aulas aborda formas teóricas e práticas, valorizando o conhecimento dos alunos e tendo o estagiário como mediador do conhecimento, assim valorizando o processo de ensino aprendizagem.

Aulas atrativas e que busquem criar a consciência do estilo de vida saudável na EJA, visto que a falta de oportunidade priva tais alunos do conhecimento básico e necessário, são de fundamental importância para impulsioná-los a explorarem o conhecimento passado em sala de aula. Ademais, ao inserir nas aulas de educação física algumas problemáticas, faz com que os alunos saiam da sala de aula com as ferramentas necessárias para inserirem no seu cotidiano o conhecimento adquirido e em seguida propagá-lo.

Diante disso, esse trabalho de conclusão de curso tem como objetivo geral tornar as aulas de educação física para adultos mais dinâmicas e atrativas, estimulando a participação dos mesmos através da vivência e experiência adquirida durante a realização do estágio supervisionado III. Além disso, tal estágio contribui para apresentação da disciplina de Educação Física como método essencial no processo de ensino para os alunos da EJA, através de abordagens pedagógicas que sensibilizam e melhoram o qualidade de vida dos alunos.

## 2. Referencial Teórico

### 2.1. Educação de Jovens e Adultos (EJA)

A educação de jovens e adultos (EJA) é a educação destinada àqueles que não tiveram oportunidades ou estudos adequados em idade própria ou que o tiveram de forma insuficiente, não conseguindo alfabetizar-se e obter os conhecimentos básicos necessários (PAIVA, 1973). Essa modalidade de ensino está relacionada à aceleração da produção de novos conhecimentos que tornam a formação e aprendizagem fundamental para a vida dos indivíduos (HADDAD e DI PIERRO, 2000).

Segundo Galvão e Soares (2004) a EJA existe desde o período colonial, quando índios adultos e alguns jesuítas foram catequizados e educados juntamente com as crianças indígenas. Nesse período, os catequistas das igrejas exerciam sua ação educativa missionária, em grande parte com adultos. Além de transmitir o evangelho, tais educadores transmitiam normas de comportamento e ensinavam os ofícios necessários aos funcionamentos da economia colonial, iniciando com os indígenas e posteriormente expandindo aos escravos (DI PIERRO, 2000).

As Diretrizes Curriculares Estaduais de EJA (DCEs) falam da função social dessa modalidade de ensino, do perfil dos discentes, das formas de avaliação, e da metodologia a ser empregada. Existem três eixos articuladores do currículo da EJA, a saber: trabalho, cultura e tempo. De acordo com a DCE-EJA (2005):

A partir das reflexões durante o processo de elaboração das DCE para a Educação de Jovens e Adultos, identificaram-se os eixos cultura, trabalho e tempo como os que deverão articular toda a ação pedagógico-curricular nas escolas. Tais eixos foram definidos tendo em vista a concepção de currículo como um processo de seleção de cultura, bem como pela necessidade de atender o perfil do educando da EJA (DCE/EJA, 2005, p.37).

Em 1950 foi realizada uma campanha nacional para extinguir com o analfabetismo, que marcou uma nova etapa nas discussões sobre a educação de adultos. Os organizadores da campanha compreendiam que a simples ação alfabetizadora era insuficiente para diminuir o índice de analfabetismo, devendo dar prioridade a educação de crianças e jovens (SOUZA, 2007).

De acordo com a lei de diretrizes e bases da Educação Nacional (LDBN) (1996), a Educação física deve ser integrada nas propostas pedagógicas de todas as escolas como componente curricular, sem exclusão de faixa etária. Entretanto, na EJA, essa disciplina não é obrigatória, devido à intensa jornada de trabalho dos alunos (maior que seis horas diárias) e por suas atividades familiares.

## **2.2. Qualidade de vida**

Segundo Rodrigues (1999), a qualidade de vida sempre foi um objeto de preocupação da raça humana, e ainda é tratada com diferentes títulos e contextos, porém sempre esteve voltada para facilitar e trazer satisfação, bem-estar aos indivíduos. Sendo assim, é preciso que os alunos da EJA sejam valorizados e incentivados e serem reinseridos no ambiente escolar, esclarecendo sobre os reais benefícios, em termos de qualidade de vida, trazidos pelo reingresso (VASCONCELLOS, 2007).

Para que se possa entender os benefícios que a atividade física e uma vida ativa traz para o indivíduo, deve-se, primeiramente, conscientizar a promoção da saúde, através de programas que incentivem a promoção do exercício físico. O exercício físico e a atividade física oferecem possibilidades promissoras no aumento da qualidade de vida relacionada à saúde dos indivíduos, além de propiciar melhores nos aspectos sociais e emocionais (MOTA, 2006). Segundo Costa (2000) pessoas que praticam atividades físicas diariamente tem sido objeto de estudo e são apontadas pelos pesquisadores como pessoas que se previnem de várias doenças e que são menos ansiosos. Tais estudos evidenciam a existência da relação da prática de exercício físico ou atividade física com a melhoria da qualidade de vida das pessoas.

Segundo Silva e Marchi (1997), os programas de qualidade de vida e promoção da saúde proporcionariam aos indivíduos uma maior resistência ao estresse, maior estabilidade emocional, maior motivação, melhor rendimentos em seu cotidiano, melhor autoimagem e melhora o relacionamento interpessoal.

Conforme defende Libâneo (2013):

A aprendizagem aqui compreende-se como uma assimilação ativa de conhecimentos e de operações mentais, para compreendê-los e aplicá-los consciente e

automaticamente, é a relação cognitiva entre aluno e matéria de estudo, assim o ensino não existe por si mesmo, mas na relação com a aprendizagem, sendo esta atividade de assimilação de conhecimentos e habilidades do aluno (Libâneo, 2013, p.99).

Para Mendes (2004,) a concepção em relação promoção da saúde, é bem mais ampla e complexa, envolvendo o fortalecimento da capacidade individual e coletiva dos indivíduos para que possam lidar com as diversidades dos condicionantes da saúde. O mesmo autor defende a ideia de que a prevenção da saúde se refere a ações preventivas baseadas nos conhecimentos das causas e consequências que um indivíduo possa vir a desenvolver futuramente.

O estilo de vida de cada indivíduo é um conjunto de ações relativas as atitudes e valores das pessoas. Estas ações conscientes estão relacionadas à melhoria da qualidade de vida dos indivíduos. Os componentes do estilo de vida podem mudar ao longo dos anos, mas isso só acontece se a pessoa conscientemente enxergar algo que deva incluir ou excluir, além de perceber-se capaz e observar a necessidade e os benefícios proporcionados ao realizar as mudanças pretendidas (NAHAS, 2006).

### **2.3. Educação Física Escolar**

Segundo Soares (1996), a Educação Física de hoje, tem sua origem na Europa nos fim do século XVII e início do século XIX. E que, desde sua origem, vive um “processo permanente de enraizamento escolar” (VAGO, 1999).

A Educação Física no interior da escola não pode ser tida apenas como um movimento qualquer, mas sim a junção de movimentos humanos com determinados significados e sentidos, que por sua vez, lhe é certificado pelo contexto histórico cultural. Tais movimentos, centrados nas aulas de educação física, podem ser apresentados de diversas formas, por exemplo: através de jogos, de exercícios ginásticos ou físicos, de esportes, de dança, etc (BRACHT, 1992). Além disso, a Educação Física deve sempre conduzir os alunos a uma reflexão crítica que o leve à autonomia, usufruindo da cultura corporal e do movimento (BETTI, 1994).

Logo, a Educação Física enquanto componente curricular da educação básica tem como compromisso assumir a tarefa de introduzir e integrar os alunos na cultura corporal de movimento, formando o cidadão para que ele possa produzi-la,

reproduzi-la e transformá-la, em benefício da qualidade da vida de todos os praticantes (BETTI, 1992, 1994).

As considerações da tradição cultural da Educação Física Escolar reconhecem seus valores, dão suporte e sentido às práticas, muitas vezes sem consciência, por serem práticas que fazem parte do imaginário social. Talvez o principal aspecto da tradição seja a consideração do homem com sua natureza exclusivamente biológica, em que seu corpo constituído por conjuntos de músculos, ossos e articulações, é passível de um treinamento para gerar melhoria do seu rendimento e conseqüentemente da sua qualidade de vida (DAOLIO, 1995).

No Brasil, a Educação Física nas escolas recebeu grande influência da área médica, com ênfase nos discursos e assuntos tratados como higiene e saúde, além de gerar grande interesse ao militarismo e nacionalismo. Quanto aos conteúdos propostos, até os anos 60, estes estiveram sempre em conjunto com os movimentos ginásticos europeus, especialmente com os de Ling, Janh e depois com a escola francesa (BETTI, 1991).

Na Educação Física há profissionais que defendem a perspectiva ou abordagem que chamamos de saúde renovada (DARIDO, 2003). Alguns autores, baseados em diferentes trabalhos, entendem que as práticas da atividade física vivenciada na infância e adolescência trazem inúmeros benefícios que se caracterizam como importantes atributos no desenvolvimento de habilidades, e hábitos que podem auxiliar na melhorar do estilo de vida ativo, proporcionando uma vida adulta bem ativa e saudável.

Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais:

As relações que se estabelecem entre Saúde e Educação Física são perceptíveis ao considerar-se a similaridade de objetos de conhecimento envolvidos e relevantes em ambas às abordagens. Dessa forma, a preocupação e a responsabilidade na valorização de conhecimentos relativos à construção da autoestima e da identidade pessoal, ao cuidado do corpo, à consecução de amplitudes gestuais, à valorização dos vínculos afetivos e a negociação de atitudes e todas as implicações relativas à saúde da coletividade, são compartilhadas e constituem um campo de interação na atuação escolar (BRASIL, 2001).

Portanto, vem-se sugerindo uma nova definição dos papéis dos programas de Educação Física escolar, agora como meio de promoção da saúde, como indicação para um estilo de vida ativo e saudável, como proposto por Nahas (1997).

### **3. Metodologia**

A fim de alcançar o objetivo proposto, o presente trabalho, caracterizado como relato de experiência, possui aspectos de pesquisa descritiva, de abordagem crítico superadora e saúde renovada, ao qual descreve-se as experiências vivenciadas no Estágio Supervisionado III, nas aulas de Educação Física, com a educação de jovens e adultos – EJA.

As aulas foram realizadas na Escola Municipal de Ensino Fundamental Ceai Apolônia Amorim, localizada na Avenida Almirante Barroso, S/N – Santa Cruz, Campina Grande - PB, CEP: 58415-670, com a turma do 5º e 6º ano do ensino fundamental II, totalizando 23 alunos matriculados.

O estágio acima teve seu período de duração de agosto a dezembro de 2018. As aulas ocorriam uma vez por semana e tinham tempo de duração na faixa de 40-50 minutos, utilizando dos conteúdos teóricos propostos e realizando atividades práticas. Para compor o plano de curso utilizou-se da abordagem crítico superadora, ao qual o aluno pôde desenvolver um senso crítico diante dos debates propostos em sala de aula ao decorrer do estágio supervisionado, contribuindo para que o indivíduo superasse os obstáculos sociais impostos em seu cotidiano.

A dança foi um dos conteúdos mais abordados nas aulas, devido à facilidade de interação dos alunos com a temática. Entretanto, é importante ressaltar que outros temas foram destacados, levando sempre ao foco do estudo – Qualidade de Vida.

As intervenções aconteceram em três etapas: a primeira consistiu em acolher e compreender a proposta da escola para em seguida ser realizada uma conversa com as turmas; na segunda etapa planejaram-se as aulas e as intervenções que seriam realizadas de acordo com a temática a ser abordada na disciplina e conseqüentemente, com o que foi combinado com os alunos; na terceira etapa foi a culminância final do período com a turma, que ocorreu no dia 05 de Dezembro de 2018, onde os alunos foram os protagonistas e fizeram exposições de

cartazes sobre os temas tratados e os benefícios da prática de atividades físicas, além de fazerem um resgate de tudo que foi passado. Sendo possível observar que as intervenções realizadas tiveram o papel fundamental para o desenvolvimento do senso crítico e da reflexão durante todo o processo de ensino aprendizagem.

De acordo com a coordenadora pedagógica da escola há um documento que relata o projeto político da escola, porém o mesmo estava sendo reformulado. Sendo assim, o plano de curso utilizando baseou-se na abordagem crítico superadora, em que todos os alunos são estimulados a desenvolver o senso crítico diante dos debates dentro da sala de aula e assim gerar conhecimento suficiente para superar a realidade dessa classe não tão favorecida.

#### 4. Relato de Experiência

Devido às aulas ocorrerem apenas uma vez por semana, o tempo foi administrado para que em todas as aulas fosse possível ministrar temáticas na teoria e na prática. Sendo necessário, algumas vezes, resumir um pouco a parte teórica para conceder a oportunidade aos alunos de vivenciarem a prática dentro da mesma aula, além de fazer possível a realização de uma prática voltada à ginástica laboral, visto que muitos passavam o dia trabalhando.

No primeiro momento com as turmas foi perguntado quais assuntos os alunos gostariam que fossem tratados nas aulas de Educação Física, com o intuito de estreitar os laços entre o estagiário e o aluno. Pois se sabe da realidade difícil que tais alunos enfrentam durante toda a vida. Que, apesar da timidez, participaram com entusiasmo e propuseram temas como: prevenção de doenças, alimentação saudável e emagrecimento.

No segundo encontro iniciamos a exposição do conteúdo proposto de forma teórica. Após a discussão do tema e percebendo a compreensão dos alunos, foi realizada a parte prática da aula, onde foi proporcionada a oportunidade dos alunos vivenciarem as danças folclóricas, como: xote, xaxado, baião e etc, além de aprenderem passos típicos da nossa terra que possibilitou a socialização e interação entre eles.

Nessas primeiras aulas houve um pouco de resistência da maioria dos alunos da turma, principalmente por não estarem adaptados ao estilo de aula que estava sendo realizado. Porém, no decorrer das aulas conseguimos a “confiança” e quebrar alguns barreiras existentes e todos participaram de forma efetiva. Observou-se também o respeito e o interesse dos alunos, e que muitos tinham dúvidas que geraram algumas indagações como: “Como faço para emagrecer?”, “Devo caminhar ou correr?”, “Como ter uma alimentação saudável?”, “Faço muito esforço no meu trabalho, tenho como amenizar minhas dores?”.

O terceiro encontro foi marcado por uma breve exposição aos assuntos tratados nas aulas anteriores. Devido aos inúmeros questionamentos feitos pelos alunos, observou-se à necessidade de explorar assuntos relacionados à qualidade de vida. Logo, foram feitas explicações sobre diversos assuntos, como: o que seria a avaliação física, qual a importância da atividade física no nosso dia-a-dia, o que é o

índice de massa corpórea, glicose, flexibilidade e etc, permitindo o entendimento sobre a importância de cada avaliação e os seus benefícios.

No quarto encontro, inicialmente tratou-se da importância da caminhada e da prevenção de risco à saúde, uma vez que muitos alunos praticavam a caminhada, mas não sabiam da importância que a mesma trazia para si. A temática principal abordada nesta aula foi Bem-estar, sendo apresentada a importância da prática de atividades físicas para melhoria da qualidade de vida. Esse assunto foi bem aceito pelos alunos e além dos questionamentos que surgiram, foi possível uma melhor interação com a turma através dos exemplos do dia-a-dia que cada um fez questão de citar.

O quinto encontro teve como foco as capacidades físicas, evidenciando a coordenação, a velocidade, o equilíbrio e etc. Nesse encontro surgiram várias perguntas a respeito dos malefícios gerados pelo sedentarismo. Todas as dúvidas foram esclarecidas e foi possível notar a felicidade dos alunos, diante das informações passadas.

Diante da realidade vivida pelos alunos do EJA no campo de trabalho, no sexto encontro abordou-se a Ginástica Laboral, permitindo o esclarecimento sobre seus benefícios e sua importância na vida dos praticantes. Nessa aula a vivência foi muito proveitosa e divertida, pois todos os alunos mostram-se interessados e participaram ativamente da aula, uma vez que os conhecimentos adquiridos poderiam proporcionar benefícios imediatos para sua vida.

Já no sétimo encontro foi apresentado e discutido acerca da construção de um relacionamento saudável com o próximo, associando aspectos relativos ao respeito e ao trabalho em equipe, através da experimentação de dinâmicas que trabalham o relacionamento do grupo. Algumas indagações foram feitas aos alunos com o intuito de fazerem refletirem e observar se as temáticas anteriores tinham sido absorvidas. Por exemplo: “O que vocês entendem por relacionamento saudável?”; “O relacionamento saudável existe apenas entre duas pessoas ou consigo mesmo? (relacionamento intrapessoal e interpessoal)”. Portanto, através das respostas obtidas foi considerado que as aulas ministradas, foram de grande valia para o aprendizado dos alunos, principalmente quando se trata do senso crítico. Promovendo uma sensação de gratidão e de dever cumprido.

Como professor em formação, senti-me orgulhoso e feliz com a evolução do grupo durante as aulas ministradas na EJA, das nossas adaptações à realidade que

nos deparamos e da nossa interação com os alunos no decorrer das aulas. A socialização e interação dos alunos durante as vivências e a sua participação nos conteúdos apresentados, são de grande importância para o nosso desempenho.

Uma das dificuldades encontradas para desenvolvermos nossas aulas na EJA se deu pela característica da turma de apresentar um caráter heterogêneo e as buscas de interesses individuais por parte dos alunos. Porém através de um bom planejamento, conseguimos realizar o estágio de forma eficaz, acrescentando positivamente nas vidas dos alunos. Outra preocupação foi a realidade social dos alunos e o contexto em que os mesmos estavam inseridos, a fim de gerar o interesse de todos pelas aulas, quebrando o pensamento da maioria que Educação Física era apenas “jogar bola” ou “baleada”.

Fizemos com que nossos alunos começassem a compreender a importância que a nossa disciplina tem. Provamos através das vivências e assuntos muitas vezes falados, que a Educação Física nos traz grandes benefícios.

Muitos alunos relataram a visão que eles tinham antes das aulas e falaram também o que eles sentiram após nossas intervenções. Além disso, era notória a alegria da turma no horário da aula. A maioria deles mencionou que aguardava as aulas de “física”, como eles nomearam, todas as quartas-feiras com grande ansiedade, pois além dos exercícios práticos conseguiram adquirir conhecimentos fundamentais para uma mudança de vida.

Encerramos nossas aulas com a certeza que sempre é possível alcançar nossos objetivos e superar as dificuldades que nos são impostas. E, o mais importante é saber que é possível ajudar pessoas através dos conhecimentos que foram e são adquiridos no meio acadêmico.

## 5. Considerações Finais

Através do estágio supervisionado III, foi possível tornar as aulas de Educação Física da EJA mais dinâmicas e atrativas, permitindo ao aluno a interação com o estagiário, gerando compreensão a respeito da importância da Educação Física na sala de aula e no dia-a-dia, visando seus grandes benefícios e consequentemente proporcionando melhoria na qualidade de vida.

Experiências que são fundamentais para a formação profissional foram adquiridas, possibilitando maior conhecimento teórico e técnico, mas permitindo analisar que apesar da grande importância do conhecimento do conteúdo teórico, é primordial estarmos preparados para lidar com os desafios inesperados e termos a sensibilidade para direcionarmos nosso trabalho de forma interativa e eficiente, alcançando o maior número de alunos.

Um bom planejamento, assim como a dedicação as aulas, acarreta numa maior segurança na hora de ministrar o assunto proposto, além de reduzir o risco de falhas ou dificuldades indesejadas, proporcionando um bom desempenho no estágio, gerando conhecido ao público alvo.

Considera-se que o estágio supervisionado é um grande desafio nos cursos de formação de professores pela sua importância e pelos desafios que lhe são propostos. Portanto, sempre é necessário refletir constantemente sobre esse processo de ensino aprendizagem.

Diante de tudo o que foi planejado e proposto, consideramos que a experiência foi cumprida de forma muito satisfatória e que o conhecimento se deu de uma forma contínua e dinâmica, tanto para o aluno quanto para o estagiário. Pois, em todas as aulas foram necessárias adaptações e a busca por novos saberes, para proporcionar um maior conhecimento aos alunos.

## REFERÊNCIAS

- BETTI, M. **Educação Física e sociedade**. São Paulo: Movimento, 1991.
- BETTI, M. **O que a semiótica inspira ao ensino da Educação Física**. *Discorpo*, n. 3, p. 25-45, 1994.
- BRACHT, V. **Educação física e aprendizagem social**. Porto Alegre: Ed. Magister. 1992.
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. M3. ed. Brasília: 2001.
- CORREIA, W. R. **Planejamento Participativo e o Ensino de Educação Física no 2º grau**. *Revista Paulista Educação Física*, São Paulo, supl.2, p.43-48, 1996
- COSTA, A. M. **Atividade Física e a Relação com a Qualidade de Vida, Ansiedade e Depressão em Pessoas com Seqüelas de Acidente Vascular Cerebral Isquêmico (AVCI)**. Tese de Doutorado apresentada a Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP: [s.n], 2000.
- DAOLIO, J. **Da cultura do corpo**. Campinas, 1995.
- DARIDO, S. C. **Educação Física na escola: questões e reflexões**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- BRASIL. **Ministério da Educação e do Desporto. Diretrizes Curriculares para Educação de Jovens e Adultos**. Brasília, DF, 2000.
- DI PIERRO, Maria Clara. **As políticas públicas de educação básica de jovens e Adultos no Brasil do período 1985/1999**. São Paulo: 2000. 314p. Tese Doutorado – PUCSP.
- GALVÃO, Ana Maria de Oliveira; SOARES, Leôncio José Gomes. **História da alfabetização de adultos no Brasil**. In: *ALBUQUERQUE, E. B.; LEAL, T.F. A alfabetização de jovens e adultos: em uma perspectiva de letramento*. Belo Horizonte: Autêntica, 2004.
- Haddad, Sérgio, Di Pierro, Maria Clara. **Escolarização de jovens e adultos**. *Revista Brasileira de Educação*, n. 14, maio-ago 2000, p.108-130
- IRELAND, Timothy. **A EJA tem agora objetivos maiores que a alfabetização**. *Nova escola*. São Paulo. N. 223, p. 36 – 40, 2009.
- BRASIL. Lei n. 9394 de dezembro de 1996: **Estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Diário Oficial da União, 23 dez. 1996. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seed/arquivos/pdf/tvescola/leis/lein9394.pdf>>. Acesso em: 26 mar. 2019.

LIBÂNIO, José C. **Didática na formação de professores: Entre a exigência democrática de formação cultural e científica e as demandas das práticas socioculturais**. Santos, Akiko e Suanno, Marilza V. didática e formação de professores: Novos Tempos, Novos Modos De Aprender E Ensinar. Porto Alegre: Sulina, 2013.

MENDES, Ricardo Alves; LEITE, Neiva. **Ginástica laboral: princípios e aplicações práticas**. Editora Manole, 2008.

MOTA, J.; RIBEIRO, J. L.; CARVALHO, J.; MATOS, M.G. **Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física**. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., v.20, n.3, p.219-25, 2006.

NAHAS, M. V. **Educação Física no ensino médio: educação para um estilo de vida ativo no terceiro milênio**. Anais do IV Seminário de Educação Física Escolar/ Escola de Educação Física e Esporte, p.17-20, 1997.

NAHAS, M.V. **Atividade Física, Saúde e Qualidade de Vida: conceitos e sugestões para um Estilo de Vida Ativo**. 5ª ed. rev. e atual. Londrina: Midiograf, 2006.

PAIVA, Vanilda Pereira. **Educação popular e educação de jovens e adultos**. Rio de Janeiro: Edições Loyola, 1973.

Rodrigues, M. V. C. **Qualidade de vida no trabalho: evolução e análise no nível gerencial**. 2ª Edição. Petrópolis, RJ:Vozes, (1994, 1999).

Silva, M. A. Dias da e De Marchi, R. **Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho**. São Paulo: Editora Best Seller, 1997.

SOARES, L. J. G. A educação de jovens e adultos: momentos históricos e desafios atuais. **Revista Presença Pedagógica**, v.2, n.11, 1996.

SOUZA, M. A. **Educação de jovens e adultos**. Curitiba: Ed. Ibepe, 2007.

VAGO, T. M. Início e fim do século XX: **Maneiras de fazer educação física na escola**. 1999.

VASCONCELLOS, C. C. C.. **EJA e Cidadania: a construção de ações cidadãs no universo escolar da EJA no Ensino Fundamental**. Revista da Graduação, v. 1, n. 1.3. 2007.

## **APÊNDICES**

## Fotos



Figura 1 – Primeiro dia de aula e apresentação da disciplina.



Figura 2 – Aula de dança, atividade com bola de sopro, com objetivo de controlar as bolas durante os ritmos tocados.



Figura 3 - Relacionamento saudável.



Figura 4 - Comportamento preventivo.



Figura 5 – Cartaz como lembrança do nosso estágio.



Figura 6 – Encerramento do estágio (Alongamento).

### Planos de Aula

	UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA – UEPB CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA		
	Estágio Supervisionado III		
	Escola: Escola Municipal de Ensino Fundamental Apolônia Amorim		
	Ano: 2018	Turno: Noite	Nº de Alunos: 25
	Data: Meses de Agosto à Novembro		Carga Horária: 120 horas
	Professores: Regimênia Maria Braga de Carvalho Dóris Nobrega de Andrade Laurentino		
	Alunos: Danilo Gomes, Dayvison Lima, Darlei Jeremias, Mateus Arruda, Ana Victor, Douglas Felipe, Wedna, Manoel Victor.		

### PLANO DE AULA

**TEMA:** Vem aprender com a gente!

#### **OBJETIVO**

**GERAL:** Construir conhecimentos amplos de educação física em jovens e adultos através do desenvolvimento da cultural corporal do movimento.

**ESPECÍFICOS:**

- Apresentar aos alunos conhecimentos sobre atividade física e saúde;
- Demonstrar a importância da Educação Física para os alunos do EJA;

#### **CONTEÚDOS**

- Jogos e brincadeiras;
- Danças.

#### **METODOLOGIA**

A abordagem de ensino a ser utilizada em nossas aulas é a crítico-superadora, pois visa a aprendizagem participativas dos jovens e adultos.

#### **RECURSOS DIDÁTICOS**

- Cordas;
- Bambolês;
- Som e/ou TV;
- Bolas;
- Cartolina;

#### **AVALIAÇÃO**

Utilizaremos três (3) formas de avaliação. A avaliação diagnóstica onde inicialmente observaremos e detectaremos de modo mais visual as necessidades e possibilidades tanto da escola como da turma. A Avaliação será formativa, através de questionamento durante e ao final da aula. Tais como: O que acharam das atividades? Acham possível aplicar estes conhecimentos em sua vida? Já sabiam destes conhecimentos? E ao final do estágio faremos uma avaliação somativa através de valores representados por conceitos, como: ruim, bom, muito bom ou ótimo.

## REFERÊNCIAS

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. 12 ed. São Paulo: Cortez, 1992.

PARAÍBA, Governo do Estado da Secretaria de Educação e Cultura. Gerência Executiva de Educação Infantil e Ensino Fundamental. **Referenciais Curriculares do Ensino Fundamental: Linguagens e Diversidade Sociocultural**. João Pessoa: SEC/Gafset, 2010. 392p.

	UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA – UEPB	
	CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE	
	DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA	
	CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA	
	Estágio Supervisionado III	
	Escola: EMEF Apolônia Amorim	Turma: EJA
Ano: 2018	Turno: Noite	Nº de Alunos: 25
Data: 13-09-2018	Horário: 19:00h às 20:00h;	
Professor (a): Danilo Gomes, Dayvison Lima, Darlei Jeremias, Mateus Arruda, Ana Victor, Douglas Felipe, Wedna, Manoel Victor.		

## **PLANO DE AULA**

### **CONTEÚDO:**

- Dança

### **TEMA:**

- Tenha um estilo de vida saudável!

### **OBJETIVOS:**

- Apresentar as diferenças entre atividade física e exercício físico;
- Vivenciar dinâmicas que o façam sentir o corpo em movimento;
- Mostrar que homens e mulheres podem realizar atividades que movimentem o corpo.

### **ABORDAGEM:**

- Crítico-superadora

### **MÉTODO:**

- Perguntas operacionalizadas;
- Da análise.

## **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

### **1º MOMENTO**

- Iremos apresentar o conceito/definição/diferenças dos termos EXERCÍCIO FÍSICO e ATIVIDADE FÍSICA, destacando que tanto homens e mulheres podem e necessitam fazer atividades físicas;
- Inicialmente, abordaremos estas temáticas por meio de perguntas, tais como:
  1. O que vocês sabem sobre exercício físico?
  2. O que sabem sobre atividade física?
  3. Sabem quais os benefícios de manter um estilo de vida ativo?
  4. Vocês praticam algum exercício físico?

### **2º MOMENTO**

- Mostraremos um vídeo, em torno de 3 minutos, que mostrará os benefícios de manter o corpo ativo através de exercícios físicos.

### **3º MOMENTO**

- Faremos uma dinâmica inicial com bexigas.

- Num primeiro momento, colocaremos uma música mais lenta e pediremos que os alunos se movimentem livremente na sala equilibrando a bexiga, de acordo com a música;
- Num segundo momento, faremos a mesma coisa que a primeira dinâmica, porém colocaremos uma música mais rápida;
- Num terceiro momento, faremos uma dinâmica em dupla, com música, para que interajam em grupo, trabalhando o relacionamento entre si e o movimento do corpo;
- Por fim, dividiremos a turma em dois grupos e pediremos que os homens se aproximem das mulheres e depois o contrário.

#### **4º MOMENTO**

- Concluiremos a aula, seguida de uma roda de conversa, relembrando os conceitos, as atividades elaboradas e sua importância, resolvendo supostas dúvidas dos alunos.

#### **RECURSOS DIDÁTICOS**

- TV;
- Pen-drive;
- Bexigas.

#### **AVALIAÇÃO**

- A avaliação será diagnóstica através da observação aos alunos na participação nas dinâmicas e nas conversas sobre o conteúdo. Será formativa, através de questionamentos tais como: Gostaram da aula? Já tinham vivenciado uma aula assim antes? O que aprenderam?

#### **REFERÊNCIAS**

- BRASIL. Ministério Da Educação. **Base Nacional Curricular Comum (BNCC)**. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 20 de abril de 2018.
- BRASIL. Ministério Da Educação. **Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais**. Brasil: MEC, 1997.
- BETTI, M. **Educação física e sociedade**. São Paulo: Movimento, 1991.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. 12 ed. São Paulo: Cortez, 1992.
- DARIDO, Suraya Cristina. RANGEL, Irene Conceição Andrade. **EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA – Implicações para a Prática Pedagógica**. 2ª Ed. Rio de Janeiro. 2015.
- PARAÍBA, Governo do Estado da Secretaria de Educação e Cultura. **Gerência Executiva de Educação Infantil e Ensino Fundamental. Referenciais Curriculares do Ensino Fundamental: Linguagens e Diversidade Sociocultural**. João Pessoa: SEC/Gafset, 2010. 392p.

	UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA – UEPB	
	CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE	
	DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA	
	CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA	
	Estágio Supervisionado III	
	Escola: EMEF Apolônia Amorim	Turma: EJA
Ano: 2018	Turno: Noite	Nº de Alunos: 25
Data: 22-11 -2018	Horário: 19:00h às 20:00h;	
Professor (a): Danilo Gomes, Dayvison Lima, Darlei Jeremias, Mateus Arruda, Ana Victor, Douglas Felipe, Wedna, Manoel Victor.		

## **PLANO DE AULA**

**ABORDAGEM:** Crítica superadora

**MÉTODO:** Expositiva

**TEMA:** Alimentação, Saúde e Desenvolvimento.

## **OBJETIVO**

- Revisão do que foi passado dentro da sala de aula

## **CONTEÚDOS**

- ✓ Atividade Física e saúde
- ✓ Alimentação saudável
- ✓ Nutrição

## **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

### **1º MOMENTO**

Passar uma breve revisão, mostrar aos alunos o que foi feito durante todo o semestre e o que foi trabalho com eles.

### **2º MOMENTO**

Dialogo com os alunos, para saber o que foi os pontos positivos e negativos das aulas apresentadas durante todo o semestre

### **3º MOMENTO**

Alongamento para preparação da apresentação do novembro azul, feita pela própria escola.

### **4º MOMENTO**

Resgate avaliativo para observar o que os alunos aprenderam, o que trabalharam e em que tiveram mais dificuldades.

## **RECURSOS DIDÁTICOS**

- ✓ Projetor
- ✓ Fotos e cartazes

**AVALIAÇÃO**

A avaliação será diagnóstica e formativa, através de observações durante a aula. Como: perceber se estão conseguindo acompanhar as atividades, se estão interagindo bem com o todo e quando necessário fazer intervenções e correções.

**REFERÊNCIAS**

<https://www.todamateria.com.br/piramide-alimentar>