

Organizadoras

LIGIANE OLIVEIRA DOS SANTOS SOUZA

JOSIANE FARIA BORGES DE SOUZA

ROZEMEIRE PINHEIRO DA SILVA

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO APRENDIZADO E NA *Vida*



Organizadoras

LIGIANE OLIVEIRA DOS SANTOS SOUZA

JOSIANE FARIA BORGES DE SOUZA

ROZEMEIRE PINHEIRO DA SILVA

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO APRENDIZADO E NA *Vida*



2024 – Editora Ducere

www.ducere.com.br

editoraducere@gmail.com

Organizadoras

Ligiane Oliveira dos Santos Souza

Josiane Faria Borges de Souza

Rozemeire Pinheiro da Silva

Editor Chefe: Jader Luís da Silveira

Editoração e Arte: Resiane Paula da Silveira

Imagens, Arte e Capa: Freepik/Ducere

Revisão: Respectiveos autores dos artigos

Conselho Editorial

Ma. Heloisa Alves Braga, Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais, SEE-MG

Me. Ricardo Ferreira de Sousa, Universidade Federal do Tocantins, UFT

Esp. Ricael Spirandeli Rocha, Instituto Federal Minas Gerais, IFMG

Me. Ronei Aparecido Barbosa, Instituto Federal Minas Gerais, IFSULDEMINAS

Dr. Fabrício dos Santos Ritá, Instituto Federal Minas Gerais, IFSULDEMINAS

Dr. Claudiomir Silva Santos, Instituto Federal Minas Gerais, IFSULDEMINAS

Me. Guilherme de Andrade Ruela, Universidade Federal de Juiz de Fora, UFJF

Ma. Luana Ferreira dos Santos, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC

Ma. Ana Paula Cota Moreira, Fundação Comunitária Educacional e Cultural de João Monlevade, FUNCEC

Me. Camilla Mariane Menezes Souza, Universidade Federal do Paraná, UFPR

Ma. Jocilene dos Santos Pereira, Universidade Estadual de Santa Cruz, UESC

Ma. Tatiany Michelle Gonçalves da Silva, Secretaria de Estado do Distrito Federal, SEE-DF

Dra. Haiany Aparecida Ferreira, Universidade Federal de Lavras, UFLA

Me. Arthur Lima de Oliveira, Fundação Centro de Ciências e Educação Superior à Distância do Estado do RJ, CECIERJ

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

S729a	Souza, Ligiane Oliveira dos Santos A Educação Física no Aprendizado e na Vida / Ligiane Oliveira dos Santos Souza; Josiane Faria Borges de Souza; Rozemeire Pinheiro da Silva (organizadoras). – Formiga (MG): Editora Ducere, 2024. 47 p. : il. Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-981698-3-1 DOI: 10.5281/zenodo.11479667 1. Educação Física. 2. Práticas. 3. Aprendizado. I. Silva, Rozemeire Pinheiro da. II. Título. CDD: 372.86 CDU: 37
-------	--

Os artigos, seus conteúdos, textos e contextos que participam da presente obra apresentam responsabilidade de seus autores.

Downloads podem ser feitos com créditos aos autores. São proibidas as modificações e os fins comerciais.

Proibido plágio e todas as formas de cópias.

Editora Ducere
CNPJ: 35.335.163/0001-00
Telefone: +55 (37) 99855-6001
www.ducere.com.br
editoraducere@gmail.com
Formiga - MG
Catálogo Geral: <https://editoras.grupomultiatual.com.br/>

Acesse a obra originalmente publicada em:
<https://www.ducere.com.br/2024/06/a-educacao-fisica-no-aprendizado-e-na.html>



AUTORES

**JOSIANE FARIA BORGES DE SOUZA
LIGIANE OLIVEIRA DOS SANTOS SOUZA
MARGARETE PEREIRA DA SILVA
PETTERSON SOARES LEITE
ROZEMEIRE PINHEIRO DA SILVA**

APRESENTAÇÃO

A educação física desempenha um papel fundamental no desenvolvimento integral do ser humano, influenciando positivamente tanto o aprendizado acadêmico quanto a qualidade de vida. Este livro, "A Educação Física no Aprendizado e na Vida", é uma obra que se propõe a explorar e destacar a importância desta disciplina no contexto educacional e na formação de hábitos saudáveis ao longo da vida.

Nos capítulos que se seguem, os autores discutem a relação entre a educação física e o desenvolvimento cognitivo, social e emocional dos estudantes. Ao longo das páginas, são apresentadas evidências científicas e experiências práticas que demonstram como a prática regular de atividades físicas pode contribuir para a melhoria do desempenho acadêmico, aumentando a concentração, a memória e a capacidade de resolver problemas.

Além disso, o livro aborda como a educação física é um instrumento poderoso na promoção de valores essenciais como a cooperação, o respeito e a disciplina. Através de jogos e esportes, os alunos aprendem a trabalhar em equipe, a lidar com vitórias e derrotas e a desenvolver uma mentalidade resiliente, habilidades estas que são fundamentais para a vida adulta.

Outro ponto crucial discutido é a importância da educação física na prevenção de doenças e na promoção de um estilo de vida ativo e saudável. Em um mundo cada vez mais sedentário, onde os índices de obesidade infantil e doenças relacionadas ao sedentarismo crescem alarmantemente, a educação física escolar surge como uma ferramenta indispensável para incentivar hábitos saudáveis desde cedo.

Este livro também oferece uma visão crítica sobre os desafios enfrentados pela educação física nas escolas, como a falta de infraestrutura adequada, a necessidade de formação continuada para os professores e a valorização da disciplina no currículo escolar. Os autores propõem soluções e estratégias para superar essas barreiras, buscando um ensino de qualidade que possa realmente transformar a vida dos estudantes.

SUMÁRIO

Capítulo 1 BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA A POPULAÇÃO DA TERCEIRA IDADE <i>Rozemeire Pinheiro Da Silva; Margarete Pereira da Silva; Petterson Soares Leite; Josiane Faria Borges de Souza; Ligiane Oliveira dos Santos Souza</i>	8
<hr/> Capítulo 2 ARTES MARCIAIS: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MOTIVAÇÃO <i>Rozemeire Pinheiro Da Silva; Margarete Pereira da Silva; Petterson Soares Leite; Josiane Faria Borges de Souza; Ligiane Oliveira dos Santos Souza</i>	17
<hr/> Capítulo 3 A IMPORTÂNCIA DO FUTSAL PARA CRIANÇAS DE 6 A 10 ANOS <i>Josiane Faria Borges de Souza; Ligiane Oliveira dos Santos Souza; Rozemeire Pinheiro da Silva</i>	24
<hr/> Capítulo 4 INICIAÇÃO DO FUTSAL: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MOTIVAÇÃO <i>Josiane Faria Borges de Souza; Ligiane Oliveira dos Santos Souza; Rozemeire Pinheiro da Silva</i>	37
<hr/> Capítulo 5 INICIAÇÃO ESPORTIVA DO FUTEBOL: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA INFÂNCIA <i>Josiane Faria Borges de Souza; Ligiane Oliveira dos Santos Souza; Rozemeire Pinheiro da Silva</i>	43



Capítulo 1

***BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO: A
IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA A
POPULAÇÃO DA TERCEIRA IDADE***

Rozemeire Pinheiro Da Silva

Margarete Pereira da Silva

Petterson Soares Leite

Josiane Faria Borges de Souza

Ligiane Oliveira dos Santos Souza

BENEFÍCIOS DO EXERCÍCIO FÍSICO: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA A POPULAÇÃO DA TERCEIRA IDADE

Rozemeire Pinheiro Da Silva

Margarete Pereira da Silva

Petterson Soares Leite

Josiane Faria Borges de Souza

Ligiane Oliveira dos Santos Souza

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fato que pode ser observado em todo o mundo, seja nos países desenvolvidos ou em desenvolvimento. Contudo, tal processo ocorre de maneiras diferentes para os indivíduos.

A velhice é uma etapa da vida em que o indivíduo deve preparar-se para vivê-la da melhor maneira possível, mesmo porque o ser humano começa a envelhecer desde o momento em que nasce. Passa por diversas etapas de amadurecimento e deve aceitar todo o processo e adaptar-se física, mental e sócio afetivo a cada uma dessas fases preparando-se da melhor forma possível para enfrentar todos os desafios próprios da idade e a atividade física surge como uma das melhores alternativas para se viver com melhores perspectivas de saúde. (PONT GEIS, 2003)

Entende-se, que o processo de envelhecimento saudável não acontece por acaso, sem qualquer iniciativa do indivíduo rumo à conquista deste status, e que a independência e autonomia não se conquistam sem qualquer esforço ou investimento, é preciso que o idoso adote um estilo de vida ativo que somado aos aspectos biopsicossociais irão contribuir para uma melhor qualidade de vida.

A qualidade de vida dos idosos, em destaque, a boa saúde, mais que em outros grupos etários, sofre a influência de vários fatores, entre eles o econômico, sócio cultural, o psicológico, o fisiológico, daí a necessidade de se adotar um estilo de vida

ativo, com controle regular e preventivo da saúde como por exemplo a prática regular de atividade física.

O envelhecimento é encarado como uma preocupação pelo homem em relação ao passar do tempo. Mesmo assim a sociedade rejeita o envelhecimento, não se conformando com este fenômeno inevitável até a morte. Essa decorrência se dá por uma série de fatores, como, estilo de vida, tratamentos médicos avançados, herança genética, gênero, classe socioeconômica e qualidade de vida, todos esses interferem na longevidade da população idosa.

Para Tavares (2003) o envelhecimento é um processo lento, progressivo e inevitável, caracterizado pela diminuição da atividade fisiológica e de adaptação ao meio externo acumulando-se processos patológicos com o passar dos anos. As causas do envelhecimento podem ser individuais ou ambientais. Como individuais podemos notar que existem famílias com tradição de longevidade.

O exercício físico na Terceira Idade tem como principal objetivo retardar o processo de envelhecimento, mantendo assim a autonomia física e uma vida saudável, trazendo melhorias na aptidão física, na capacidade funcional dos idosos e na socialização, além de promover o bem-estar e a qualidade de vida (dimensões mais subjetivas).

Conforme Paschoal (1996), de todos os grupos etários, as pessoas idosas são as mais beneficiadas pelo exercício físico regular. O mesmo autor esclarece que o risco de muitas doenças e problemas de saúde comuns na velhice (doenças cardiovasculares, câncer, hipertensão arterial, depressão, osteoporose, fraturas ósseas, diabetes) pode ter menor incidência com atividade física regular.

No entanto surge relação entre qualidade de vida, longevidade, envelhecimento e exercício físico, os quais são analisados pelos profissionais da saúde e apontados como fatores que inter-relacionados tornam-se muito eficientes e benévolos para o indivíduo idoso. O estilo de vida ativo mostra êxito no processo de envelhecimento. A capacidade funcional também está relacionada com o estilo de vida ativo, que a pessoa leva, no qual os senescentes apresentaram índices menores de quedas e limitações funcionais (Bean 1999).

Um estilo de vida ativo traz benefícios inquestionáveis à saúde com reflexo positivo na preservação da autonomia e independência destes idosos uma vez que contribui para o aumento do tônus muscular, para ganho de massa óssea, diminuição dos níveis de pressão arterial, glicose e colesterol, normalização do peso corporal e

diminuição do stress, benefícios para todo o sistema cardiovascular, além de aumentar a flexibilidade e o equilíbrio, importantes na prevenção de acidentes tão comuns nesta faixa etária. (FILHO, 2006)

Partindo de esses pressupostos a presente pesquisa objetiva perceber o cuidado dos educadores físicos com a população idosa. Busca analisar os discursos para entender suas percepções na atuação profissional, discutindo os aspectos que são valorizados pelos profissionais em seu âmbito de trabalho. Analisando se esses contemplam essa questão de saúde pública que se tornou presente em nossa sociedade contemporânea. Será que o exercício físico contribuir de fato para a melhoria da condição funcional do idoso?

A forma de intervenção que tem demonstrado grande eficiência na melhoria da aptidão física e independência de idosos é a prática de exercícios contra resistência. Esse tipo de exercício físico é capaz de melhorar a função e estrutura muscular, articular e óssea em qualquer idade, e os benefícios desse tipo de treinamento dependem da combinação de variáveis como: número de séries, número de repetições, intensidade da sobrecarga, velocidade de execução, intervalo de recuperação, frequência semanal e tempo de intervenção. No entanto, ainda não se tem muito clara qual seria a melhor combinação dessas variáveis para a ótima relação dose-resposta em pessoas idosas.

A importância desse estudo é proporcionar os profissionais de educação física que atuam com público idoso sobre benefícios da atividade física para esta faixa etária, assim como os cuidados a serem tomados quando elaborarem programas de exercícios de força para idosos. Assim sendo, torna-se essencial que o profissional conheça quais são as principais mudanças no idoso que envelhece.

Dessa forma a pesquisa apresenta uma grande relevância, para a comunidade acadêmica e para sociedade em geral, como forma de informação sobre os reais benefícios do exercício físico para a saúde e qualidade de vida, e não apenas como uma forma de exercício físico buscando apenas objetivos meramente estéticos, a saúde tem que ser o objetivo principal o resto deve ser consequência dela.

O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

O conceito do envelhecimento pode ser definido como universal e heterogêneo: “A primeira verdade sobre o envelhecimento é que todos envelhecem. A segunda verdade é que todos envelhecem de formas diferentes” (SPIRDUSO, 2005, p.3)

Segundo Nahas (2003) o envelhecimento humano é definido como um processo gradual, universal e irreversível, que se acelera na maturidade e provoca uma perda funcional progressiva do organismo. O ponto de vista do autor é gradual porque não ocorre de uma semana para outra, que é universal porque afeta todos de uma espécie de forma similar e que, apesar de todo marketing em torno do rejuvenescimento, as evidências indicam que o processo de envelhecimento pode ser acelerado ou desacelerado por fatores ambientais e comportamentais, mas não pode ser revertido.

O envelhecimento é um processo generalizado, pois ocorre com todos, contudo a forma como esse se dará depende de como o indivíduo encara essa fase da vida, que em outros tempos era lembrada como a proximidade da morte e agora é celebrada, cada vez mais, como um triunfo da vida. Tal entendimento corrobora com o pensamento de Ramos (1997), que avalia que o envelhecimento não é patológico, pois acontece a todos os seres humanos. Contudo a senilidade é, portanto, não necessariamente acompanha o envelhecimento.

O EXERCÍCIO FÍSICO PODERÁ SER UM AGENTE PROMOTOR DE UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA PARA O IDOSO

O exercício físico é de muita importância para qual quer idade, mas, principalmente para pessoas idosas que procuram uma melhor qualidade de vida, esse determinado exercício físico pode ser o treinamento com peso, nesse caso o treinamento resistido, pois alguns estudos relatam a queda dos valores pressóricos após o treino, esse fenômeno denomina-se como Hipotensão pós- exercício , com isso controlando a pressão arterial, sendo que devemos ter cuidado na gravidade desse treinamento resistido, pois alguns fatores como intensidade e volume devem ser prescritos cuidadosamente (PRADO et al., 2010).

Segundo Mendes ele diz que:

A atividade física apresenta diversos efeitos benéficos ao organismo, sendo recomendada como uma estratégia de promoção da saúde para a população. Entretanto, vários estudos mundiais, incluindo o Brasil, apontam para um elevado índice de sedentarismo em todos os grupos etários, variando de 50% a mais de 80% na população mundial. (MENDES et al., 2010 p.53).

A prática de exercício físico de resistência é de suprema importância. Alguns estudos apontaram que este tipo de exercício está associado a níveis baixos de insulina no plasma em jejum bem como à melhora na tolerância à glicose e a sensibilidade a insulina.

A prática regular de exercício físico pode ser capaz de promover benefícios aos indivíduos idosos em diversos níveis, como: morfológicos, neuromuscular, metabólico e psicológico, servindo tanto para prevenção quanto para o tratamento das doenças próprias da idade (MATSUDO, 2009).

Conforme Vecchia (2005), qualidade de vida está relacionada à autoestima e ao bem-estar pessoal e abrange uma série de aspectos como a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o autocuidado, o suporte familiar, o próprio estado de saúde, os valores culturais, éticos e a religiosidade, o estilo de vida, a satisfação com o emprego e/ou com atividades diárias e o ambiente em que se vive.

Portanto, a prática da atividade física é um dos fatores que pode auxiliar a melhorar a capacidade física. Outro aspecto seria o aproveitamento do tempo livre do indivíduo com isso podemos diminuir o sedentarismo e aumentar o número de pessoas ativas, essa prática deve começar cedo para adquirirmos o hábito da prática esportiva.

Nesse sentido o exercício físico é uma forma de combater o processo de envelhecimento e, contribuir para a qualidade de vida do idoso, para que os mesmos possam realizar tais atividades de maneira independente, bem como contribuindo para uma melhor qualidade e aumento da expectativa de vida do idoso. (MATSUDO, 2009).

Contudo, o processo de envelhecimento envolve vários fatores, conforme definidos segundo, Mazzeo et al, (1998, p.15) como:

O envelhecimento é um processo complexo que envolve muitas variáveis como, por exemplo, genética, estilo de vida, doenças crônicas que interagem entre si. A participação em atividade física regular (exercícios aeróbicos e de força) fornece várias respostas

favoráveis que contribuem para o envelhecimento saudável, nestas questões influenciam significativamente o modo em que alcançamos determinada idade.

Desta forma, fica evidente para alcançarmos uma determinada idade de maneira saudável, é necessidade que o exercício físico seja incluída na vida do idoso, sendo parte fundamental dos programas mundiais de promoção da saúde, devido às evidências epidemiológicas que sustentam um efeito positivo de um estilo de vida ativo e/ou do envolvimento dos indivíduos em programas de atividade física e exercício, na prevenção e minimização dos efeitos deletérios do envelhecimento. Pois, não se pode pensar hoje em dia, em prevenir ou minimizar os efeitos do envelhecimento sem que, além das medidas gerais de saúde, inclua-se o exercício físico.

OS EXERCÍCIOS PARA POPULAÇÃO IDOSA

As atividades físicas podem ser um meio de o idoso manter seu organismo ativo, em bom funcionamento biológico e em equilíbrio com as relações afetivas e sociais. Os profissionais de educação física devem valorizar os programas de conservação da saúde e de atividades físicas direcionadas aos idosos, a fim de gerar melhora na funcionalidade de seu organismo e, assim, contribuir para sua socialização e o seu bem-estar subjetivo.

A prática da atividade física que é feita com cuidado e corretamente pode ajudar não só na saúde física, mas também a saúde mental do praticante. Contribui muito também no nosso humor, bem-estar, disposição física, previne o sedentarismo e o mau-humor.

Comprovadamente a musculação é um excelente meio de reduzir o percentual de gordura, mas os benefícios não se resumem a mera diminuição no tecido adiposo. O treinamento com pesos estimulará a síntese de proteínas musculares melhorando sua estética e as funções do aparelho locomotor. Além disso, os benefícios obtidos com o uso de exercícios resistidos serão mais duradouros devido à manutenção e até mesmo elevação do metabolismo de repouso, que parece ser relacionado com a massa muscular. (Santarém 2003, p.34)

Os benefícios dos exercícios de força, segundo Fleck e Kramer (2006) trazem consigo o aumento no tamanho das fibras musculares, a diminuição do percentual de gordura, o aumento da força muscular, a melhora nos aspectos neurais, a normalização nos níveis de pressão sanguínea, a diminuição das dores,

principalmente causada por problemas nos ossos e a redução nos fatores que causam quedas nos idosos.

METODOLOGIA

A presente pesquisa fundamenta-se numa pesquisa de cunho bibliográfico, tendo como base a revisão de literatura com abordagem descritiva exploratória, visando compreender a problemática do tema a ser tratado. O estudo será realizado através de documentos textuais tais como: livros e artigos. Os artigos foram selecionados em dados online como: Google Acadêmico e Scielo. Onde são os publicados nos anos de 1999 a 2010.

REFERÊNCIAS

BEAN, A. **O guia completo de treinamento de força**. 1. ed. São Paulo: Brasileira, 1999.

LECK, Steven J; KRAEMER, William J. **Fundamentos do treinamento de força Muscular**. 3º edição, Porto Alegre, Artmed, 2006.

FILHO, W. J. **Atividade física e envelhecimento saudável**. Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, Brasil. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, 2006.

MATSUDO, S. e MATSUDO V. **Prescrição e benefícios da atividade física na terceira idade**. Revista Brasileira Ciência e Movimento. Brasília. out. 2009.

MAZZEO, R. S. et. at. **Exercício e atividade física para pessoas idosas**. Rev. Brasileira de Ativ. Física & Saúde, 1998.

MENDES, E. G. **Inclusão marco zero: Começando pelas Creches**. Araraquara, SP: Junqueira & Marin, 2010.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e Qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 3 ed. Ver. Atual. Londrina: Miograf, 2003.

PASCHOAL, S.M.P. **Epidemiologia do envelhecimento**. In: PAPALÉO NETTO, M. et al. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu, p.26-43, 1996.

PRADO R. A.; TEIXEIRA A. L. C.; LANGA C. J. S. O.; EGYDIO P. R. M.; IZZO P. **A influência dos exercícios resistidos no equilíbrio, mobilidade funcional e na qualidade de vida de idosas**. O Mundo da Saúde, São Paulo, 2010.

PONT GEIS, P. **Atividade física e saúde na terceira idade: teoria e prática.** trad. Magda Schwartzhaupt Chaves. - 5. ed. - Porto Alegre: Artmed, 2003.

SANTARÉM, J. M. **Qualidade dos exercícios resistidos.** São Paulo, 1998.
Disponível em: <<http://www.saudetotal.com.br/artigos/atividadefisica/qualidade.asp>>.
Acesso em 04 Maio 2019.

SPIRDUSO, W.W. **Dimensões físicas do envelhecimento** [tradução Paula Bernardi, revisão científica Cássio Mascarenhas Robert Pires]. Barueri, SP. Manole, 2005.

TAVARES, M. C. IMAGEM CORPORAL: CONCEITO E DESENVOLVIMENTO. BARUERI: MANOLE, 2003.

VECCHIA, D. R., RUIZ, T., BOCCHI, S. C. M., CORRENTE, J. E. **Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo.** Rev. Bras. Epidemiol. 2005.



Capítulo 2

**ARTES MARCIAIS: A IMPORTÂNCIA DESSA
PRÁTICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA
MOTIVAÇÃO**

Rozemeire Pinheiro Da Silva

Margarete Pereira da Silva

Petterson Soares Leite

Josiane Faria Borges de Souza

Ligiane Oliveira dos Santos Souza

ARTES MARCIAIS: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MOTIVAÇÃO

Rozemeire Pinheiro Da Silva

Margarete Pereira da Silva

Petterson Soares Leite

Josiane Faria Borges de Souza

Ligiane Oliveira dos Santos Souza

INTRODUÇÃO

Atualmente, o termo arte marcial é sinônimo de luta, defesa pessoal e até agressão, porém, no início dos tempos para as artes marciais, não era bem assim que se definia essa prática. As artes marciais eram utilizadas pelos monges, primeiramente, para manter o corpo saudável e a mente sã. A sua utilização para a defesa pessoal era somente usada quando não se tinha outra opção. Hoje não é isso que se vê, pelo menos na mídia que mostra jovens lutadores praticando atos de violência, sendo que estes deveriam ser exemplos de boa conduta. As lutas, que até pouco tempo eram vistas como esporte de competição, atualmente são muito procuradas como uma opção para a prática de atividade física, pois além da queima calórica em cada sessão de treinamento, comprovadamente possuem benefícios psicológicos, como diminuição do estresse e melhora do autocontrole e auto-estima do praticante. Conjuntamente, com a prática sistemática e bem orientada, podem também reduzir o risco de várias doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão, diabetes mellitus, dislipidemias, etc.

Dessa forma, é impossível dissociar os fatores biológicos dos fatores culturais do homem primitivo em relação ao ato de lutar. Daólio (1995, p. 33) afirma ainda que, “se houve um desenvolvimento interativo entre os componentes biológicos e socioculturais, um afetando o outro igualmente, não é possível separar esses dois

aspectos”. Ou seja, desde os homens primitivos, que lutavam por sua sobrevivência, fatores culturais e biológicos estavam inerentemente associados.

Partindo de esses pressupostos a presente pesquisa tem como objetivo analisar quais os motivos que levam pessoas à prática das artes de combate e se esta prática contribui com algum benefício para melhorar sua qualidade de vida.

JUSTIFICATIVA

Em termos de esportivização, as lutas compreendem uma série de práticas, com diferenças e similaridades entre si, na qual possuem objetivos distintos. Há lutas em que não se pode tocar no outro, há lutas em que só valem golpes com os braços (punhos), há lutas de agarramento, há lutas que se utilizam de técnicas à distância, há lutas com artefatos, numa infinidade de práticas.

É muito difícil precisar uma origem em comum para estas práticas corporais devido ao fato delas terem sido originadas há muito tempo e em lugares muito distintos. Esse estudo se manterá no foco dos esportes de combate antes conhecidos como “artes marciais” e não das lutas em geral, pois essas primeiras, são dotadas de fundamentos filosóficos, fato interessante quando se pensa em propô-las como instrumento de melhoria social.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O surgimento das artes marciais é uma tarefa de igual dificuldade, em partes por estas serem tratadas como segredo na antiguidade, a maioria dos mestres não transmitia seus conhecimentos a muitos discípulos, as próprias escolas eram escondidas e as histórias em torno das artes marciais eram cheias de misticismo. As artes marciais possuem grandes variedades de estilos de luta corpo a corpo. Essas artes, que anteriormente eram militares e muitas vezes recebiam armas, hoje são consideradas como modalidades esportivas, que na atualidade são praticadas por diferentes razões, no qual incluem além do esporte, a saúde física e espiritual e também a defesa pessoal.

O termo “artes marciais” é mais associado às lutas no leste da Ásia, mas era originalmente utilizado em referência aos sistemas de combate europeus.

Originalmente, a palavra 'marcial' era derivada do latim, significando Artes de Marte, sendo Marte o deus romano da guerra.

As artes marciais são práticas extremamente antigas da humanidade, tendo se desenvolvido juntamente à civilização. Devido à necessidade de proteção pessoal, as artes marciais se tornaram comuns e foram profissionalizadas. Escavações arqueológicas mostram que o kung fu, por exemplo, existe na China há mais de 5000 anos. Outras descobertas na área mostram que na Mesopotâmia existia a prática de defesa e imobilização, sendo que técnicas semelhantes estavam sendo desenvolvidas ao mesmo tempo no mundo ocidental.

O dicionário Luft (2000) define a palavra arte como sendo “um conjunto de regras para bem fazer uma coisa; habilidade; perícia com que se faz algo; atividade criadora que expressa, de forma estética, sensações ou idéias”. Dessa forma, para Rufino e Darido (2009) o nome arte marcial está relacionado com questões holísticas e filosóficas, por exemplo, abrangendo outras concepções de corpo e movimento, diferentes daqueles atribuído à terminologia das lutas.

Atualmente, o termo arte marcial é sinônimo de luta, defesa pessoal e até agressão, porém, no início dos tempos para as artes marciais, não era bem assim que se definia essa prática. As artes marciais eram utilizadas pelos monges, primeiramente, para manter o corpo saudável e a mente sã. A sua utilização para a defesa pessoal era somente usada quando não se tinha outra opção. Hoje não é isso que se vê, pelo menos na mídia que mostra jovens lutadores praticando atos de violência, sendo que estes deveriam ser exemplos de boa conduta.

Pessoas de todo o mundo adotam a prática das artes marciais por diversos motivos. Essa atividade proporciona o desenvolvimento positivo da disciplina e da personalidade do indivíduo, enquanto também favorece sua socialização, a autoconsciência e o lazer, além de ensinar o praticante a se defender de ataques sem incentivar a agressividade. Porém, existe também um forte motivo que incentiva a procura dessa atividade: a melhora da saúde. As diferentes modalidades de luta trazem benefícios diversos para o corpo, o que faz com que elas sejam uma boa opção de atividade física – especialmente para quem não gosta da monotonia da musculação.

Existem ainda diversas outras modalidades, como o savate (o boxe francês), o judô, o tae kwon do, etc. Por isso é importante que a pessoa pesquise bastante antes

de escolher e converse com o seu médico. Apenas o profissional será capaz de dizer quais modalidades são indicadas para as necessidades específicas de cada indivíduo.

Apesar de as lutas estarem associadas à violência, as academias respeitam os limites dos alunos e as aulas são desenvolvidas de forma que ninguém se machuque. Apesar de ocorrerem combates e competições, a mensagem principal do esporte envolve o respeito, o trabalho em equipe e o autocontrole.

Existem também diversas modalidades igualmente benéficas para a saúde nas quais o aluno pode se adaptar. Conheça abaixo algumas lutas e o efeito que elas têm no corpo.

De acordo com Correia e Franchini (2010) diz que :

Jiu Jitsu: usa o corpo para realizar alavancas, torções e pressão para vencer o oponente. Permite que pessoas pequenas derrotem lutadores maiores e mais fortes. O Jiu Jitsu melhora a força física, a resistência aeróbica e anaeróbica e a saúde do coração.

Karatê: as técnicas do karatê envolvem, principalmente, chutes e socos, mas também ensinam imobilização e bloqueios. Essa luta favorece a saúde muscular e cardiovascular, exercitando músculos, coração e ossos.

Muay Thai: combina o uso de cotovelos, punhos, canelas e pés, exigindo bom preparo físico. Trabalha o equilíbrio, a flexibilidade, a força funcional e a circulação do sangue.

Kickboxing: baseado em socos e chutes, mas se diferenciando bastante do Muay Thai na prática e nas regras. Favorece a saúde cardiovascular e a resistência aeróbica.

MMA: artes marciais mistas - do inglês, mixed martial arts. Envolvem técnicas de diversas lutas, incluindo golpes de combate em pé e também de chão. Dessa forma, a prática oferece os benefícios gerais da luta. (CORREIA e FRANCHINI, 2010, p. 23).

E ressaltando Brasil (1997) diz que:

As lutas são consideradas um conteúdo indiscutivelmente importante, por preparar o aluno para conviver em sociedade e assim aprender lutar corporalmente e intelectualmente de maneira correta, sendo um cidadão crítico e solidário nos momentos propícios a esta ação. Dessa forma, a cultura humana inserida no âmbito escolar, em particular nas aulas de Educação Física, seria também transmitida através delas, por meio da evolução histórica, como se pode conferir nas indicações dos PCN's (BRASIL, MEC, 1997, p. 23)

As lutas bem elaboradas pelos professores devem ser transmitidas aos alunos de forma que não será uma simples briga, que toda arte marcial tem seu princípio filosófico e espiritual, sendo algo muito forte para a formação do caráter de um ser

humano adulto, e assim buscam o desenvolvimento do intelecto e da personalidade, e se não obedecidos esses princípios, o praticante será abolido da prática.

O ser humano, desde suas origens, produziu cultura. Sua história é uma história de cultura, na medida em que tudo o que faz está inserido num contexto cultural, produzindo e reproduzindo cultura. O conceito de cultura é aqui entendido como produto da sociedade, da coletividade à qual os indivíduos pertencem, antecedendo-os e transcendendo-os.

Correia e Franchini (2010) define que

o termo “modalidades esportivas de combate” como uma configuração das práticas de lutas, das artes marciais e dos sistemas de combate sistematizados em manifestações culturais modernas, orientadas pelas instituições desportivas. Em comum, as lutas, as modalidades esportivas de combate e as artes marciais possuem um universo amplo de manifestações antropológicas de natureza multidimensional e complexa (CORREIA e FRANCHINI, 2010, p. 2).

A prática de lutas, especificamente de artes marciais, não nega a sua violência, mas a vê como uma maneira de expressão, como um instrumento catártico que permita em uma situação sistematizada, com uma intervenção profissional adequada, uma liberação benéfica da agressividade.

Conforme Rios ele afirma que:

praticante de arte marcial desenvolvia técnicas que, se numa situação real de luta precisasse usá-las, derrubaria o oponente em poucos segundos. Para a apropriação dessas técnicas era necessário longo tempo, tempo que não era mais disponível, já que o novo estilo reservava este [tempo] para o treinamento de técnicas permitidas nas competições (RIOS, 2005, p. 50).

E ressaltando Ferreira diz que:

As lutas devem servir como instrumento de auxílio pedagógico ao profissional de educação física: o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico-sócio-cultural do homem, já que o ser humano luta, desde a pré-história, pela sua sobrevivência. (FERREIRA 2006, p. 37):

As artes marciais constituem-se principalmente num condicionamento físico e mental, que se assemelham em graus diversos. O seu objetivo é um maior desenvolvimento daqueles que a praticam para que consigam se defender ou ainda fazer com que o oponente se sujeite a diversas técnicas.

METODOLOGIA

A presente pesquisa fundamenta-se numa pesquisa de cunho bibliográfico, tendo como base a revisão de literatura com abordagem descritiva exploratória, visando compreender a problemática do tema a ser tratado. O estudo será realizado através de documentos textuais tais como: livros e artigos. Os artigos foram selecionados em dados online como: Google Acadêmico e Scielo. Onde são os publicados nos anos de 2000 a 2010.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física / Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1997.

CORREIA, W.R; FRANCHINI, E. Produção Acadêmica em Lutas, artes marciais e esportes de combate. Motriz, Rio Claro,2010

DAÓLIO, J. Da cultura do corpo. Campinas: Papirus, 1995.

FERREIRA, Heraldo Simões; As Lutas na Educação Física Escolar. Fortaleza: Revista de Educação Física, 2006.

LUFT, C. P. Minidicionário Luft da Língua Portuguesa. 20. ed. São Paulo: Ática, 2000.

OLIVIER, Jean Claude. Das brigas aos jogos com regras: enfrentando a indisciplina na escola. Porto Alegre: Artmed, 2000.

RIOS, G. O processo de esportivização do taekwondo. *Pensar a Prática*, Goiânia, 2005.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. Considerações iniciais sobre o jiu jitsu brasileiro e suas implicações para a prática pedagógica. In: Congresso Paulistano de Educação Física Escolar, Caraguatatuba 2009.



Capítulo 3
A IMPORTÂNCIA DO FUTSAL PARA CRIANÇAS
DE 6 A 10 ANOS

Josiane Faria Borges de Souza
Ligiane Oliveira dos Santos Souza
Rozemeire Pinheiro da Silva

A IMPORTÂNCIA DO FUTSAL PARA CRIANÇAS DE 6 A 10 ANOS

Josiane Faria Borges de Souza
Ligiane Oliveira dos Santos Souza
Rozemeire Pinheiro da Silva

INTRODUÇÃO

A prática do futsal pode ser inicializada a partir dos seis anos de idade, pelo fato da criança nessa faixa etária ter aumentado o seu poder de concentração, obtendo mais informações e melhorando a aprendizagem conseqüentemente. O futsal atualmente é um esporte quem vem crescendo e conquistando seguidores das diversas faixas etárias, especialmente crianças e adolescentes. É importante que saibamos o que motiva estas crianças e adolescentes a praticarem este esporte.

O esporte sendo considerado indispensável ao bom funcionamento do organismo, a pratica do futsal possibilita o desenvolvimento da atividade física, é de fundamental importância para o desenvolvimento integral da criança o indivíduo desenvolve seus aspectos físicos e cognitivos. Tendo como questão norteadora: Para uma criança qual é a importância do futsal, quais são os benefícios e quais mudanças serão feitas na vida delas?

O presente trabalho teve como objetivo geral desenvolver a prática do futsal para crianças, e objetivos específicos, identificar atividades físicas buscando melhorar suas habilidades motoras, identificar os benefícios do futsal no desenvolvimento psicomotor. Contribuindo com o desenvolvimento delas, e melhoramento da qualidade de vida. Para criança a pratica do futsal é importante para o seu desenvolvimento global, levando em consideração aspectos físicos, psicológicos, motores, cognitivos e

sociais. Sendo um fator importante para o desenvolvimento, desde que contribua positivamente para o seu físico e para sua mente.

O trabalho justifica-se tendo com base de pesquisa os trabalhos que tratem sobre a o futsal na infância proporciona melhora nas habilidades motoras, melhorando a qualidade de vida. Escolhi o tema por que ressaltam-se uma participação mais ativa por parte dos alunos, mais possibilidades de atividades como experimentar, tentar confirmar suas experiências. O objetivo básico deste trabalho é trabalhar o esporte educacional de qualidade, e conseqüentemente proporcionar a melhoria das habilidades motoras, favorecendo seu dia a dia e proporcionando novas experiências.

O presente trabalho trata de um estudo de revisão bibliográfico de artigos já publicados em períodos específicos ao tema, caracterizando-o como uma pesquisa de natureza exploratória. Sua construção foi baseada em artigos científicos presentes em revistas, monografias todos eles pesquisados em base de dados como Google acadêmico, Scielo, Revista Brasileira de Ciências e Esporte, Revista do Movimento.

Dessa forma a pesquisa apresenta uma grande relevância, para a comunidade acadêmica e para sociedade em geral, como forma de informação sobre a ginastica para proporcionar muitas possibilidades de movimentos, aprimorando ao praticante suas capacidades e habilidades motoras, a ginastica é considerada uma das modalidades esportiva básica.

A IMPORTÂNCIA DA PRÁTICA DO FUTSAL PARA CRIANÇA

A iniciação esportiva é o primeiro contato da criança com o esporte de interesse. Suas regras, movimentações e fundamentos vão sendo aos poucos apresentados de forma simples e num nível de exigência compatível com a categoria de trabalho. Para que a criança inicie em uma modalidade esportiva, é necessário que tenha uma iniciação desportiva que será um pré-requisito para que aprenda um esporte, devendo servir de suporte para a iniciação ao futsal (COSTA, 2007).

De acordo com Passaro (2005), na iniciação desportiva há a presença de pratica de atividades que estimulam os aspectos cognitivo, afetivo e psicomotor da criança. Segundo Gardner (1999), um dos objetivos da educação é a transmissão de valores culturais, portanto, o futsal como uma prática tradicional em nosso contexto cultural, pode compor uma aula de Educação Física.

De acordo com Mendes (2010), o processo de iniciação nos jogos desportivos coletivos abrange desde o momento em que as crianças iniciam-se nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade. Desta maneira, os conteúdos devem ser ensinados respeitando-se cada fase do desenvolvimento das crianças e dos pré-adolescentes.

A iniciação esportiva, portanto, é iniciar uma determinada pessoa em uma modalidade esportiva, observando suas características principais e as incluindo em tal modalidade. Já na infância ela é importante para a criança, pois possibilita seu crescimento, tanto físico como social. (COSTA, 2007)

A atividade esportiva é extremamente importante para o desenvolvimento físico, social e mental e este desenvolvimento é imprescindível na infância, fase onde ocorrem as principais abstrações da criança. No ambiente escolar, a criança pode se sentir mais solta e realiza atividades em grupo, voltadas para seu desenvolvimento intelectual e social. No contato direto com outras crianças, ela pode aprender a desenvolver-se socialmente, aprender a lidar com o próximo e principalmente a atuar na sociedade. (COSTA, 2007)

Segundo o autor a prática de futsal gera mais qualidade de vida. Jogo e confraternização são elementos básicos para a educação e possuem funções pedagógicas que podem incidir no desenvolvimento equilibrado e harmônico do ser humano (BASEGGIO, 2011, p.10 apud VARGAS NETO, 1995).

É preciso que o professor defina claramente as atividades, estabeleça a organização em grupos, disponibilize recursos materiais adequados e defina o período (BASEGGIO, 2011, p.10 apud VARGAS NETO, 1995).

As características individuais e as vivências anteriores do aluno ao deparar com cada situação constituem o ponto de partida para o processo de ensino e aprendizagem da prática esportiva. As formas de compreender e relacionar-se com o próprio corpo, com o espaço e os objetos, com os outros, a presença de deficiências físicas e perceptivas, configuram um aluno real e não virtual, um indivíduo com características próprias, que pode ter mais facilidade para aprender uma ou outra coisa (SANTANA, 2010).

A iniciação da criança nas atividades esportivas deve ser observada com muito critério e muito cuidado, para que a prática esportiva não valorize apenas os resultados atléticos, desconsiderando os fatores educacionais advindos da prática esportiva. A primazia da iniciação esportiva não está nas habilidades específicas e

sim na amplitude de possibilidades de estímulos para o desenvolvimento e crescimento físico, fisiológico, desenvolvimento motor, aprendizagem motora, desenvolvimento cognitivo e afetivo-social (SANTANA, 2002).

No aspecto social, a iniciação esportiva pode ajudar a criança a estabelecer relações com as pessoas e com o mundo; no aspecto filosófico, pode ajudá-la a questionar e compreender o mundo; no aspecto biológico, conhecer, utilizar e dominar o seu corpo; no aspecto intelectual, auxiliar no seu desenvolvimento cognitivo (COSTA, 2007).

O futsal tem mostrado uma evolução acentuada nos seus níveis de aprendizagem. A busca por uma fundamentação referente ao desenvolvimento dos componentes da aprendizagem tem sido uma constante, possibilitando os professores e treinadores abandonarem gradativamente sua prática empírica e intuitiva, o futsal na infância é uma prática complexa, pois há uma interferência do meio externo como: pais, técnicos, professores, diretores escolares e dirigentes técnicos, cada um com seus objetivos e pensamento sobre a prática esportiva (SANTANA, 2002).

Segundo Santana (2002, p. 89) existem quatro tipos de atividades motoras para ensinar o Futsal:

As tarefas que são vivências do gesto motor sem a preocupação com o aprimoramento técnico; as brincadeiras que são jogos presentes na cultura popular e infantil; os jogos reduzidos, com espaço e número de jogadores reduzidos, preservando-se ou não a unidade do jogo; e os jogos adaptados, quando se joga a quadra toda, podendo-se alterar ou não o número de jogadores, com regras adaptadas e preservando ou não a unidade do jogo (cooperação, oposição, finalização e diversidade) (SANTANA, 2002, p. 89).

Ao iniciar a prática do futsal, o aluno será inserido em um ambiente de competições que não tenha vivenciado. (SANTANA 2002) Sobre este aspecto, Santana (1996) recomenda que o treinador esteja atento e inovando suas formas de ensino e trabalho.

Diversos modelos de práticas competitivas podem ser trabalhados pelos professores, envolvendo com a realidade dos alunos, assim como as dificuldades que podem vir a surgir tanto nos treinamentos, quanto no próprio cotidiano, em relação às questões pessoais e emocionais das crianças (MUTTI, 2003).

Segundo Santana (2010) ele diz que:

No mínimo tem que coincidir com a pré-escola e geralmente acontece a partir dos cinco anos de idade. Deve existir um sincronismo perfeito entre essas duas novidades na vida da criança e tanto na escola como no futsal é imprescindível à mediação exercida por bons profissionais (SANTANA, 2010, p.23)

O Futsal na vida de uma criança de uma maneira em geral pode representar muitos sonhos, alegrias e muitas realizações. E os profissionais de Educação Física como facilitadores devem ter como papel essencial preparar a criança para uma competição sadia, na qual deve predominar o respeito e a consideração para com os demais alunos. O Futsal como conteúdo da Educação Física deve proporcionar uma ferramenta rica em possibilidades para atuação do professor proporcionando um caminho seguro, uma vez que, a modalidade é muito trabalhada nas aulas, promovendo inúmeros benefícios, já que a escola é o local onde as crianças aprendam o esporte se divertindo, e através das inter-relações construam atitudes que promovam a interação. (BALZANO, 2011).

O Futsal buscando sempre preservar as regras originais, manteve mais as características de um esporte indoor, com um jogo mais no chão, reduzindo o jogo aéreo, devido ao peso da bola, com laterais e escanteios cobrados com as mãos para maior controle e limitações à movimentação tanto do goleiro, restritos à sua área, como dos demais jogadores. Dessa forma, a dinâmica do jogo em uma e outra modalidade tornou-se sensivelmente diferenciada.

A IMPORTÂNCIA DO FUTSAL PARA O DESENVOLVIMENTO PSIMOTOR, COGNITIVO E AFETIVO

O desenvolvimento psicomotor acontece desde o nascimento, e que passa por um período significativo na infância, período que coincide com o início de escolarização, Esse é um período que, se forem exercitadas de forma correta as atividades psicomotoras, cognitivas e psicossociais estará colaborando para que fatores essenciais não só para as práticas esportivas, mas para o desenvolvimento global da criança, adolescente e o adulto. Santos (2007, p. 62) também define a lateralidade como, “[...] a propensão que o ser humano possui de utilizar preferencialmente mais um lado do corpo do que o outro em três níveis: mão, olho e pé”.

Segundo Santos (2007) psicomotricidade é a evolução das relações recíprocas, incessantes e permanentes dos fatores neurofisiológicos, psicológicos e sociais que intervêm na integração, elaboração e realização do movimento humano.

A psicomotricidade é, então, uma atividade motora considerada no seu significado de atividade psíquica que se manifesta em uma execução motora (Santos, 2007).

Araújo et. al. (2012) traz que, a fase de Movimentos Fundamentais: Aparecem na primeira infância (3 a 6 anos, aproximadamente) e são consequência da fase de movimentos rudimentares do período neonatal. Esta fase do desenvolvimento motor representa um período no qual as crianças pequenas estão ativamente envolvidas na exploração e na experimentação das capacidades motoras dos seus corpos. É um período para descobrir uma variedade de movimentos estabilizadores, locomotores e manipulativos. As crianças estão a aprender, nessa fase a responder os estímulos com competência e controlo motor. Atividades a serem trabalhadas nessa faixa etária: Atividades de manipulação (arremessar e apanhar), estabilizadoras (andar com firmeza e o equilíbrio em um pé só) e locomotoras (correr e pular).

As etapas Araújo et. al. (2012) traz que a fase de Movimentos Especializados: Ocorre por volta dos 7 aos 10 anos. Nessa etapa, os movimentos fundamentais, já em um estágio maduro, auxiliam no desenvolvimento de atividades motoras complexas, como em aulas desportivas. As habilidades estabilizadoras, locomotoras e manipulativas fundamentais são refinadas, combinadas e elaboradas para uso em situações crescentemente exigentes. O movimento fundamental de pular ou saltar 17 com um pé só podem ser aplicados, agora, em atividades como pular corda ou triplo salto no atletismo.

Segundo Marangoni (2010):

A infância é constituída por diversas transformações, dentre elas está o processo de maturação das estruturas motoras. O desenvolvimento motor é um processo contínuo de mudanças progressivas do comportamento através do ciclo da vida. O aperfeiçoamento dessas habilidades pode ser adquirido através de práticas de iniciação esportiva no decorrer da infância, neste caso, a prática do futsal com o caráter lúdico para respeitar a fase que cada criança que se encontra. Considerando assim a escola como um lugar de afloramento de experiências sociais, individuais, culturais e educacionais em um ambiente diferente do qual já está habituado com seus familiares.(MARANGONI 2010, P.1).

O desenvolvimento motor da criança vem crescendo de acordo com a prática,

se ela não se solta, não põem sua imaginação para desenvolver seu ego ela se torna alguém repreensiva, insegura, trancada dentro do seu próprio pensamento, não tendo defendido contra as malícias do mundo. Nas atividades recreativas, o esporte mais procurado para ser praticado é o futebol, e como nas maiorias das escolas o que possibilita a prática é o futsal, notadamente sempre se vê uma criança chutando algo, como uma bola de meia, bolinhas de papel ou mesmo um chute imaginário, onde ele mesmo imagina o campo, os adversários e o alvo que é o gol a ser acertado. (ANJOS, 2013).

Entende-se que, o futsal vem como forma de desenvolvimento motor e emocional, onde a criança desenvolve suas características motoras que virá a necessitar cada vez mais da sua potencialidade para toda a vida. “O brincar está relacionado ao desenvolvimento da afetividade, da imaginação, aprendizagem, linguagem, interesse, ou seja, varias características próprias dos seres humanos que no decorrer da brincadeira são apreciadas”. (MELZ, VAROTO 2015 p. 9)

Sendo assim a prática do futsal se torna importante no processo de desenvolvimento social das crianças, onde de acordo com os autores após determinado tempo de treinamento pode ocorrer uma melhora no comportamento e nas relações sociais com as demais crianças do grupo e com as demais pessoas que fazem parte do seu ciclo de interação e também uma melhora e facilidade de se comunicar com pessoas que não conheciam, perdendo assim um pouco a timidez e melhorando a sua relação interpessoal.

OS BENEFÍCIOS DO FUTSAL

Os esportes, através de jogos competitivos como o caso do Futsal, oportunizam que a Educação Física seja desenvolvida de forma interdisciplinar, tendo em vista a facilidade com que o professor pode associar os conhecimentos teórico-práticos sobre essa modalidade de ensino.

Conforme Vecchia (2005), qualidade de vida está relacionada à autoestima e ao bem-estar pessoal e abrange uma série de aspectos como a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o autocuidado, o suporte familiar, o próprio estado de saúde, os valores culturais, éticos e a religiosidade, o estilo de vida, a satisfação com o emprego e/ou com atividades diárias e o ambiente em que se vive.

Segundo Saba (2008), a qualidade de vida se mede por parâmetros individuais, sócio-culturais e ambientais que caracterizam as condições em que vive o ser humano. Está relacionada ao mesmo tempo a referenciais e a uma percepção individual do modo de vida.

Segundo Monteiro (2001), o indivíduo que mantém seu entusiasmo pela vida consegue ter um maior controle sobre suas emoções e um equilíbrio entre o físico e o psicológico, valorizando assim sua imagem, sua integração social e sua saúde.

A prática de atividades físicas, de maneira contínua e regular, pode propiciar ao idoso uma maior autonomia para o desempenho das atividades diárias e uma melhor qualidade de vida. E que, durante o processo de envelhecimento, a inatividade pode causar grandes prejuízos ao idoso, acelerando o decréscimo da sua capacidade funcional e tornando-o mais dependente, incapacitando-o para as tarefas do dia a dia.

A prática de atividade física, evidenciada por um planeta cada vez mais doente e com vícios oriundos do sedentarismo, é indubitavelmente essencial aos que almejam torna os corpos resistentes as doenças. A contribuição da atividade física no quadro clínico da saúde é evidente.

A prática de atividade física na vida de uma criança de uma maneira em geral pode representar muitos sonhos, alegrias e muitas realizações. E cabem os professores de Educação Física como facilitadores devem ter como papel essencial preparar a criança para uma competição sadia, na qual deve predominar o respeito e a consideração para com os demais alunos. Assim durante os treino o Futsal faz com que o aprendizado fique mais fácil para as crianças e consiga atingir seus objetivos dentro da modalidade conciliando com a satisfação dos seus alunos.

A prática da atividade física confere ao corpo aptidão física, cardiorrespiratória, que relacionada a saúde oferece ao indivíduo equilíbrio cardíaco, respiratório e circulatório, aumentando consideravelmente a capacidade do corpo levar oxigênio aos vasos capilares e da melhor nutrição celular.

Anjos (2013) nos fala que devemos ter em mente que a atividade esportiva por si só não educa; seus efeitos educativos dependem da situação na qual se cria especialmente aos aspectos de interação-social, ao clima afetivo-emocional e motivacional existentes. No entanto cabe ao professor a tarefa de incentivar e buscar tal interesse, proporcionando experiências agradáveis para que o aluno se envolva cada vez mais com as atividades. Sendo assim as experiências que as crianças terão

ao longo da vida de iniciação desportiva estão ligadas diretamente com o incentivo de uma cultura desportiva.

Segundo Passaro (2005) a prática esportiva exerce um papel fundamental na formação do ser humano, no que diz respeito ao atleta e pessoa. Essa prática está presente no processo educativo e formativo, auxiliando no processo físico, social e emocional das crianças, assim como possibilita através da prática esportiva a convivência com situações de valores como saber-ser, autodisciplina, autocontrole, humildade, e também no saber-estar como o companheirismo e respeito ao próximo.

A falta de atividade física pode ter efeitos negativos sobre a vida do indivíduo como o aumento da taxa de diabetes, aparecimento de doenças cardíacas, e leva até mesmo a um aumento do risco de enfarte. Um estilo de vida sedentária é um forte contribuinte nas mortes por doenças crônicas que inclui doenças coronárias, infarto e câncer, perdendo somente para o hábito de fumar e a obesidade.

A prática da atividade física auxilia na regulação da pressão arterial, proporciona ao corpo a aptidão necessária para manter-se equilibrado em situações do dia a dia, o corpo como todo fica nitidamente preparado, o coração a rigor ganha em capacidade de bombeamento sanguíneo às artérias e facilitam o retorno sanguíneo pelas veias. Segundo Santana, (1996) diz que:

“A atividade física é um importante aliado do tratamento antidepressivo devido ao seu baixo custo e sua característica preventiva de patologias que podem levar um indivíduo a situações de estresse e depressão. Os estudos que relacionam a atividade física à depressão têm verificado que indivíduos que praticam atividade física de forma regular reduzem significativamente os sintomas depressivos” (SANTANA, 1996).

As atividades físicas são importantes para a saúde física e mental, tanto da criança e adolescente como do adulto. São essenciais para as crianças, pois proporcionam as experiências básicas de movimento, importantes no seu desenvolvimento. Proporcionam oportunidades de relacionamentos pois é através das atividades físicas que as crianças relacionam-se entre si, seja no brincar ou no engajamento em atividades esportivas, fato que vai prevenir o isolamento psicológico/social e melhorar a autoimagem e autoconfiança. Percebe-se ainda que tais sensações contribuam para o crescimento e do indivíduo pautado em ações que promovam sua saúde e assim aumenta-se a presença de indivíduos satisfeitos com seu padrão de vida e com a qualidade a que se caracteriza. Além disso, entende-se

que atividade física é grande aliada da promoção e manutenção da saúde psicológica do ser humano.

As atividades físicas relacionadas aos jogos, mais especificamente ao Futsal despertam e motivam os alunos a participar e competir tendo em vista que faz parte da cultura brasileira modalidade que apresenta regras e dinâmicas específicas e regras próprias. O Futsal tem sido trazido para as escolas com a proposta de associar atividades físicas e lazer, portanto faz-se necessário analisar todo o conjunto de especificidades desse jogo, conhecendo seu histórico, evolução e como pode ser utilizado como estratégia de ensino.

O aprendizado do Futsal beneficiou de maneira direta a ação educativa, uma vez que direcionou o desenvolvimento de forma espacial, voltado ao aspecto motor, pressupondo, para tanto, condições físicas e ambientais, que o professor precisou analisar e, assim, coordenar as atividades através da psicomotricidade.

Dessa forma espera-se que as atividades de Educação Física seja capaz de atender a essa dupla finalidade o desenvolvimento motor e a interação do aluno com o grupo e com as aprendizagens que vão sendo processadas no decorrer das atividades. Dessa forma a educação física exerce uma função social relevante, principalmente porque ela favorece a ludicidade e a criatividade como elemento fundamental no processo de ensino e aprendizagem. E, quando o professor tem a sensibilidade e o conhecimento necessário para adequar as atividades a faixa etária dos alunos às atividades de jogos, o exercício físico, e ao ambiente socializador da atividade.

O esporte quando há possibilidade de ser praticado regularmente contribui na melhora da saúde, do bem-estar emocional e restaura a autoestima. Além de ser uma atividade de cultura, ajuda no equilíbrio entre o corpo e o espírito, pois favorece o desenvolvimento pessoal e social

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sendo assim compreendemos que o Futsal é uma das práticas esportivas mais próximas da realidade dos alunos, pois mesmo quem nunca participou dela na infância nas brincadeiras de rua e fundo de quintal, já assistiu ou teve outro tipo de acesso a informações sobre ela. Por ser parte de uma realidade próxima da vivência do aluno, pode ser um elemento motivador para que os alunos participem, oportunizando ao

professor a partir do conhecimento do aluno dinamizar sua prática

Assim o aprendizado do Futsal beneficiou de maneira direta a ação educativa, uma vez que direcionou o desenvolvimento de forma espacial, voltado ao aspecto motor, pressupondo, para tanto, condições físicas e ambientais, que o professor precisou analisar e, assim, coordenar as atividades através da psicomotricidade.

REFERÊNCIAS

ANJOS, Jairo Alves dos; **A Importância das Atividades Lúdicas nas Aulas de Educação Física no Processo Ensino Aprendizagem**, Disponível em bdm.unb.br/bitstream, Ano 2013, Pag. 9. Acesso em 23/04/2019.

ARAÚJO, Maria Aparecida da Silva Pereira; RIBEIRO Juliana Medeiros; SILVA, Juliana Pinheiro Souza e, **Compreender as fases do Desenvolvimento Motor das crianças e adolescentes para despertá-lo de potencialidades**, Ed. 3º, São Paulo SP, Editora Phorte, Ano 2005, Republicado em 2012, Disponível em psicologiad10.blogspot.com/.../compreender-as-fases-do-desenvolviment, Acesso 23/04/2019.

BASEGGIO, T.S. **Oficinas sócio-educativas de futsal como ações complementares no processo educacional**. Ebookbrowse, 2011.

BALZANO, O. N; OLIVEIRA, D. M. N. O; FILHO, J. M. P. F; GONZALEZ, R. H. **O futsal como ferramenta na formação desportiva do atleta de futebol de campo**. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd152/o-futsal-na-formacao-de-futebol-de-campo.htm>> Acesso em: 15 de MARÇO 2018.

COSTA, Claiton Frazzon. **Futsal aprenda a ensinar**. 2º ed. Florianópolis: Visual Books, 2007.

MARANGONI, Manoel Messias Prado; **A Importância do Futsal no Desenvolvimento Motor de Crianças**, Disponível em Openrit.grupotiradentes.com, Pag. 1, Ano não publicado, Acesso em 23/04/2019.

MELZ Júlia Inês, VAROTO Fernando Azeredo; **Atividades Recreativas na Educação Física Escolar: A Importância no desenvolvimento integral das crianças do 1º ciclo do ensino fundamental**, Revista Educação Física UNIFAFIBE, Volume IV, Ano 2015.

MENDES, E. G. Inclusão marco zero: **Começando pelas Creches**. Araraquara, SP: Junqueira & Marin, 2010.

MONTEIRO, C. S. **A influência da nutrição, da atividade física e do bem-estar em idosos**. Programa de pós-graduação em Engenharia de Produção-Universidade Federal de Santa Catarina, , 2001.

MUTTI, Daniel. **Futsal: da iniciação ao alto nível**. 2º ed. São Paulo: Phorte, 2003

NAHAS, M. V. **Atividade Física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. Londrina: Midiograf, 2001.

PASSARO, E.S. **Desenvolvimento das capacidades coordenativas como base do aprendizado da técnica em iniciantes em futsal**. [Monografia]. Batatais, 2005.

SABA, F. Mexa-se: **Atividade física, saúde de bem-estar**. 2. ed., São Paulo: Phorte, 2008.

SANTOS, J.P.G. **A importância da Educação Física no desenvolvimento da psicomotricidade**. [Monografia]. Rio de Janeiro, 2007.

SANTANA, Wilton Carlos de **Futsal: metodologia da participação**. Londrina: Lido, 1996

SANTANA, Wilton Carlos de **Futsal: apontamentos pedagógicos na iniciação e na especialização**. Campinas: Autores Associados, 2002.

SANTANA, Wilton Carlos de. **Contextualização Histórica do Futsal**, 2010.

VECCHIA, D. R., RUIZ, T., BOCCHI, S. C. M., CORRENTE, J. E. **Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo**. Rev. Bras. Epidemiol. 8 (3) 246-52, 2005.



Capítulo 4

***INICIAÇÃO DO FUTSAL: A IMPORTÂNCIA
DESSA PRÁTICA PARA O DESENVOLVIMENTO
DA MOTIVAÇÃO***

***Josiane Faria Borges de Souza
Ligiane Oliveira dos Santos Souza
Rozemeire Pinheiro da Silva***

INICIAÇÃO DO FUTSAL: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MOTIVAÇÃO

Josiane Faria Borges de Souza
Ligiane Oliveira dos Santos Souza
Rozemeire Pinheiro da Silva

INTRODUÇÃO

A prática do futsal pode ser inicializada a partir dos seis anos de idade, pelo fato da criança nessa faixa etária ter aumentado o seu poder de concentração, obtendo mais informações e melhorando a aprendizagem conseqüentemente. O Futsal atualmente é um esporte quem vem crescendo e conquistando seguidores das diversas faixas etárias, especialmente crianças e adolescentes. É importante que saibamos o que motiva estas crianças e adolescentes a praticarem este esporte.

Weinberg e Gould (2001) definem a motivação com sendo a direção e a intensidade do esforço. A direção refere-se a um indivíduo buscar, aproximar ou se sentir atraído a certas situações. Enquanto intensidade refere-se ao esforço que uma pessoa investe numa determinada situação. O estímulo é fundamental em todos os processos de aprendizagem e em todos os níveis de habilidade, sendo o principal responsável pelo início e manutenção de qualquer atividade executada pelo ser humano.

Partindo de esses pressupostos a presente pesquisa objetivo apresentar aspectos relevantes de motivação durante a realização das atividades de futsal, como instrumento de iniciação da prática de esporte, a fim, de refletir sobre os verdadeiros desafios que vêm e que conseqüentemente acontecem diante de toda uma perspectiva, para então compreender o papel e a construção dentro desse processo. Além desse aspecto visa ainda estabelecer um olhar voltado para o desenvolvimento

global da criança e do adolescente dentro do seu contexto histórico, respeitando suas diversidades.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A prática do futsal pode ser inicializada a partir dos seis anos de idade, pelo fato da criança nessa faixa etária ter aumentado o seu poder de concentração, obtendo mais informações e melhorando a aprendizagem conseqüentemente

A iniciação esportiva é o primeiro contato da criança com o esporte de interesse. Suas regras, movimentações e fundamentos vão sendo aos poucos apresentados de forma simples e num nível de exigência compatível com a categoria de trabalho. Para que a criança inicie em uma modalidade esportiva, é necessário que tenha uma iniciação desportiva que será um pré-requisito para que aprenda um esporte, devendo servir de suporte para a iniciação ao futsal. (COSTA, 2007).

O comportamento é estimulado para algum tipo de mudança, implicando na aquisição de aprendizagens de tal forma que o sujeito consiga reduzir a ansiedade e aumentar seu sentimento de prazer. Ao alcançar desempenhos bem sucedidos, há um aumento do desejo específico de resultados, aumentando a satisfação e, conseqüentemente, a motivação do indivíduo.

A iniciação esportiva é o primeiro contato da criança com o esporte de interesse. Suas regras, movimentações e fundamentos vão sendo aos poucos apresentados de forma simples e num nível de exigência compatível com a categoria de trabalho. Para que a criança inicie em uma modalidade esportiva, é necessário que tenha uma iniciação desportiva que será um pré-requisito para que aprenda um esporte, devendo servir de suporte para a iniciação ao futsal. (COSTA, 2007).

Considerando a iniciação esportiva como antônima de especialização precoce, podemos entendê-la como um processo que vai além do simples fato de uma pessoa, geralmente a criança chegar a uma escolinha e permanecer nesta até a prática esportiva competitiva. Pois, acreditamos que ela está relacionada à prática de diversas modalidades desportivas, com aulas dinâmicas, onde não se deve exigir a perfeição dos gestos técnicos e dos aspectos táticos e muito menos estimular a competição exacerbada.

A prática do futsal pode ser inicializada a partir dos seis anos de idade, pelo fato da criança nessa faixa etária ter aumentado o seu poder de concentração,

obtendo mais informações e melhorando a aprendizagem conseqüentemente. Todavia, para essa faixa etária é importante trabalhar com atividades recreativas, brincadeiras e pequenos jogos, aonde os graus de dificuldades vão aumentando com o tempo. Para conseguir êxito nessa etapa, é necessário que o professor seja qualificado para planejar e organizar suas aulas respeitando principalmente os aspectos biológicos e psicológicos das crianças ali inseridas.

Segundo Santana (2010) ele diz que:

No mínimo tem que coincidir com a pré-escola e geralmente acontece a partir dos cinco anos de idade. Deve existir um sincronismo perfeito entre essas duas novidades na vida da criança e tanto na escola como no futsal é imprescindível à mediação exercida por bons profissionais. (CAMPOS, 2003, p.17).

O Futsal na vida de uma criança de uma maneira em geral pode representar muitos sonhos, alegrias e muitas realizações. E os profissionais de Educação Física como facilitadores devem ter como papel essencial preparar a criança para uma competição sadia, na qual deve predominar o respeito e a consideração para com os demais alunos. O Futsal como conteúdo da Educação Física deve proporcionar uma ferramenta rica em possibilidades para atuação do professor proporcionando um caminho seguro, uma vez que, a modalidade é muito trabalhada nas aulas, promovendo inúmeros benefícios, já que a escola é o local onde as crianças aprendam o esporte se divertindo, e através das inter-relações construam atitudes que promovam a interação.

O Futsal é transmitido por profissionais que utilizam várias abordagens metodológicas de ensino, para alcançar suas metas (BALZANO, 2011). Sendo assim o professor deve escolher abordagens metodológicas que melhor se adaptam aos seus alunos. Pois conforme Souto (2000) os alunos na sua formação, quando ensinados e treinados por metodologias muito próximas do jogo dos adultos, podem se especializar precocemente no esporte, levando para vida futura diversos prejuízos na sua formação física - psíquica e social.

Assim as aulas de treinamento que se utilizam dessa abordagem para a modalidade de Futsal fazem com que o aprendizado fique mais fácil para as crianças e consiga atingir seus objetivos dentro da modalidade conciliando com a satisfação dos seus alunos.

Ao entrar para a prática do futsal, as crianças passam a fazer parte de outra forma de socialização, nesse caso o professor poderá trabalhar através de três dimensões: procedimental, atitudinal e conceitual, segundo Cavalcante (2013). Na procedimental os objetivos são que as crianças na prática possam ter movimentos variados, ritmos, situações de jogos e fundamentos básicos; já a conceitual, que deve complementar a anterior, visa apresentar a história do esporte, os modos de execução nas suas formas corretas, desenvolvendo uma criticidade por parte dos alunos, a partir do momento que se tem o conhecimento.

Segundo Santana (2002, p. 89) existem quatro tipos de atividades motoras para ensinar o Futsal:

As tarefas que são vivências do gesto motor sem a preocupação com o aprimoramento técnico; as brincadeiras que são jogos presentes na cultura popular e infantil; os jogos reduzidos, com espaço e número de jogadores reduzidos, preservando-se ou não a unidade do jogo; e os jogos adaptados, quando se joga a quadra toda, podendo-se alterar ou não o número de jogadores, com regras adaptadas e preservando ou não a unidade do jogo (cooperação, oposição, finalização e diversidade). (SANTANA, 2002, p. 89)

Ao iniciar a prática do futsal, o aluno será inserido em um ambiente de competições que não tenha vivenciado. Sobre este aspecto, Santana (1996) recomenda que o treinador esteja atento e inovando suas formas de ensino e trabalho. Pois como destaca Meinberg (2002) é aquele responsável por nortear as ações durante um processo de treino, capaz de apresentar diversos conhecimentos para o aperfeiçoamento do aluno.

Diversos modelos de práticas competitivas podem ser trabalhados pelos professores, envolvendo com a realidade dos alunos, assim como as dificuldades que podem vir a surgir tanto nos treinamentos, quanto no próprio cotidiano, em relação às questões pessoais e emocionais das crianças (MUTTI, 2003).

O estímulo é fundamental em todos os processos de aprendizagem e em todos os níveis de habilidade, sendo o principal responsável pelo início e manutenção de qualquer atividade executada pelo ser humano. A motivação pode ser considerada como a peça fundamental e também aquela que origina todo o complexo processo motivacional (MACHADO, 2006).

REFERÊNCIAS

- BALZANO, O. N.; OLIVEIRA, D. M. N. O; FILHO, J. M. P. F; GONZALEZ, R. H. O. Futsal como ferramenta na formação desportiva do atleta de futebol de campo. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd152/o-futsal-na-formacao-de-futebol-de-campo.htm>> Acesso em: 15 de Setembro 2018.
- COSTA, Claiton Frazzon. Futsal aprenda a ensinar. 2º ed. Florianópolis: Visual Books, 2007.
- GOMES, A. C. Treinamento Desportivo Estruturação e Periodização. Artmed, 2009.
- MEINBERG E. Training: a special form of teaching. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto ,2002.
- SANTANA, W.C. Futsal: metodologia da participação. Londrina: Lido, 1996.
- SOUTO, S. M. **Os três tempos do jogo: anonimato, fama e ostracismo no futebol brasileiro**. Rio de Janeiro: Graphia, 2000.
- WEINBERG, R. S.; GOULD, D. *Fundamentos da Psicologia do Esporte e Exercício*. Porto Alegre: Artmed, 2001.



Capítulo 5

***INICIAÇÃO ESPORTIVA DO FUTEBOL: A
IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA
INFÂNCIA***

***Josiane Faria Borges de Souza
Ligiane Oliveira dos Santos Souza
Rozemeire Pinheiro da Silva***

INICIAÇÃO ESPORTIVA DO FUTEBOL: A IMPORTÂNCIA DESSA PRÁTICA PARA INFÂNCIA

Josiane Faria Borges de Souza
Ligiane Oliveira dos Santos Souza
Rozemeire Pinheiro da Silva

INTRODUÇÃO

A iniciação esportiva, portanto, é iniciar uma determinada pessoa em uma modalidade esportiva, observando suas características principais e as incluindo em tal modalidade. Já na infância ela é importante para a criança, pois possibilita seu crescimento, tanto físico como social. Porém segundo Arena e Böhme (2000), as atividades esportivas podem contribuir para um desenvolvimento bio-psicosocial harmonioso da criança e do adolescente nos diferentes períodos etários, mas tal fato indica a necessidade de se estudar como as crianças estão sendo iniciadas, bem como se a forma utilizada é correta e coerente com suas condições, características e necessidades, correspondendo ou não ao seu estágio de desenvolvimento.

Filgueira & Schwartz (2007) apontam que no Brasil, o futebol é um fenômeno cultural que cativa às pessoas pela sua grandeza, e cuja prática tem crescido rapidamente, envolvendo um número significativo de participantes, desde a infância até a idade adulta, e assim sendo, na iniciação esportiva ao futebol, em um país como o Brasil, este esporte passa a ser enxergado de forma diferente. As crianças estão acostumadas a seguir os passos dos pais. Se um pai gosta de futebol, a tendência é que ela o acompanhe no gosto e o incentivo à prática não irá surgir apenas da escola, mas do convívio familiar. Para o desenvolvimento da criança, do ponto de vista emocional, ter seu pai assistindo a um jogo seu, é muito bom, pois para ela isso indica cuidado e carinho. Ela se sentirá protegida e segura dos seus passos.

A prática do futebol pode trazer benefícios tanto para a sociedade como para o indivíduo. Na sociedade, pode ser um agente transformador contribuindo para a socialização de pessoas, inclusão social e diminuir o tempo ocioso de muitos jovens e adultos que vivem à margem da sociedade. Para o indivíduo, pode contribuir com a qualidade de vida, trazendo melhorias na saúde física, mental e social das pessoas.

Partindo de esses pressupostos a presente pesquisa visa analisar aspectos relevantes da importância do futebol na infância, como instrumento de iniciação da prática de esporte, a fim, de refletir sobre os verdadeiros desafios que vêm e que conseqüentemente acontecem diante de toda uma perspectiva, para então compreender o papel e a construção dentro desse processo. Além desse aspecto visa ainda estabelecer um olhar voltado para o desenvolvimento global da criança dentro do seu contexto histórico, respeitando suas diversidades.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Segundo Venúoles (2001, p. 24), “a iniciação esportiva é um processo de ensino-aprendizagem mediante a qual o indivíduo adquire e desenvolve as técnicas básicas para o desporto”. E a infância é o melhor período da vida para isso. Contudo, é preciso ir além da técnica.

Scaglia defende que:

As funções das escolinhas de esportes (futebol) se materializam por meio de uma prática pedagógica preocupada com um desenvolvimento global de seus alunos, respeitando os seus estágios de crescimento e desenvolvimento, físico e cognitivo, e onde por meio de sua práxis pedagógica transmita muito mais do que o aprendizado de gestos técnico-esportivos. (Scaglia 1996, p. 36)

O Futebol é um dos fenômenos sociais que está mais presente na experiência do dia a dia de diversas populações. A influência comunicativa da família e também a influência cultural, podem definir a socialização como o processo pelo qual as crianças aprendem a comportar-se de uma maneira aceitável e a se relacionar com os demais, definido este comportamento pela cultura à que pertencem seus familiares.

Muitas vezes, o futebol acaba representando a sociedade em que ele é praticado (DAMATTA, 1982). No Brasil, esse esporte tem revelado a criatividade e a “malandragem” do povo brasileiro, e tudo isso em ritmo de samba. Outra faceta do

futebol é o seu caráter ideológico. Políticos e a mídia por vezes aproveitam-se do alcance do esporte para propagar suas idéias (RINALDI, 2000, p. 168-171).

O ensinar o Futebol de maneira adequada faz com que as crianças assimilem as novas habilidades motoras aprendidas aumentando e melhorando o seu acervo motor, podendo transferir o conhecimento motor adquirido em outras práticas esportivas, com isso são capazes de adquirir novas experiências em outros grupos compartilhando suas experiências e ideias, melhorando o seu desenvolvimento moral e social (FREIRE, 2006).

De acordo com Freire:

O futebol é um jogo coletivo, composto por sucessivos momentos de equilíbrio e desequilíbrio proporcionados através das ações técnico-táticas executadas durante o jogo. São público e notório que, no passado, este esporte era praticado em qualquer lugar onde uma bola pudesse rolar (futebol de várzea e/ou pelada) (FREIRE, 1998, p.43).

Além disso, o Futebol pode vir a contribuir para o desenvolvimento social da criança, para mudanças no comportamento, uma melhor relação com os familiares, melhoras no rendimento escolar, na superação frente às dificuldades que possam surgir, devido às vivências enfrentadas na prática da modalidade, onde pode contribuir com a maturação da criança, a qual apreende a desenvolver uma melhor tomada de decisão, devido às condições mutáveis e instáveis surgidas ao longo da partida e as relações interpessoais onde passa a respeitar e a se colocar no lugar do outro quando ocorrem imprevistos e situações inesperadas, além do aprender a trabalhar em equipe e aprender a ter o companheirismo e não ser individualistas.

REFERÊNCIAS

ARENA, S. S.; BÖHME, M.T.S. Programas de iniciação esportiva na grande São Paulo. Revista Paulista de Educação Física, São Paulo, v.14, n.2, p.184-195, jul./dez. 2000. Disponível em <http://citrus.uspnet.usp.br/eef/uploads/arquivo/v14%20n2%20artigo7.pdf>: . Acesso em: 15 fevereiro 2019.

DAMATTA, ROBERTO. (Org.). Universo do futebol. Rio de Janeiro: Pinakothek, 1982.

FILGUEIRA, F M. & SCHWARTZ, G M. Torcida familiar: a complexidade das inter-relações na iniciação esportiva ao futebol. Rev. Port. Cien. Desp.. ago. 2007.

FREIRE, Newton Maia. A ciência por dentro. Petrópolis: Vozes, 1998.

FREIRE, João B. Pedagogia do futebol. 2. ed. – Campinas: Autores Associados, 2006.

RINALDI, W. Futebol: Manifestação cultural e ideologização. Revista da Educação Física, UEM, v. 11, n.1, p. 167-172, 2000.

SCAGLIA, Alcides José. O Futebol que se Aprende e o Futebol que se Ensina. 1996. 169 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física, Universidade de Campinas, Campinas, 1996.

VENLIOLES, Fabio Mota, Escola de Futebol, Rio de Janeiro Sprint, 2001.


Editora
DUCERE

ISBN 978-659816983-1



9 786598 169831

