

## Relato de Experiência

# Atletismo para crianças e jovens: vivência e conhecimento

Sara Quenzer Matthiesen  
Jacqueline Carvalho  
Sofia Razaboni Prado  
Luciana Ceregatto

*GEPPA – Grupo de Estudos Pedagógicos e Pesquisa em Atletismo do Departamento de Educação Física da UNESP/IB, Rio Claro, SP, Brasil*

**Resumo:** O atletismo, esporte que, na maioria das vezes, é esquecido no âmbito escolar, vem sendo difundido pela Unesp – Rio Claro, por meio do “Projeto de Extensão Universitária “Atletismo para crianças e jovens”, desde 1999. Em 2007, o projeto contou com aulas semanais, visitas à pista de atletismo da Universidade e exposições de imagens, cumprindo com seu objetivo principal de divulgação do atletismo, por meio de vivências e difusão de conhecimento. Embora tenha atingido um número significativo de participantes, é importante frisarmos que para além de iniciativas como essa, que visam a difusão do atletismo, é preciso que ele seja trabalhado pelos professores em suas aulas de Educação Física na escola.

**Palavras-chave:** Atletismo. Ensino. Projeto de extensão universitária.

### *Track and field for children and young: experience and knowledge*

**Abstract:** The Track and Field is a sport that most of the time has been dismissed at school. However, UNESP at Rio Claro has been diffusing it by means of a project based on service delivered to the community named “Track and Field for children and young people”, since 1999. In 2007, the project offered weekly classes, visits to the campus track and field and, images exhibitions. Such activities represents the main objective of the project, that is the Track and Field popularization, by means of providing experiences and knowledge diffusion. Although the project has reached a significant number of participants, it is important to emphasize that, besides initiatives like the project that aim the Track and Field diffusion, it is necessary that the teachers include it in their physical education classes.

**Key Words:** Track and Field. Teaching. University services to the community.

## Introdução

O atletismo, considerado por Matthiesen (2005); (2007), como um dos conteúdos clássicos da Educação Física é, entretanto, ainda pouco difundido no Brasil, quer seja pela mídia, pelos clubes ou escolas brasileiras. Mais do que isso, é importante ressaltar que essa deficiência que envolve o trabalho com essa modalidade esportiva vem desde a fase escolar, já que tem sido praticamente ignorado em aulas de Educação Física, por muitos profissionais.

Por outro lado, de mero desconhecido da população, o atletismo passa, em época de Jogos Olímpicos, a ser um pouco mais divulgado pela mídia, em especial, pela televisão, que noticia resultados, recordes, nomes de atletas, entre outras coisas que merecem ser conhecidas pela população.

Entretanto, para além das competições inerentes a esse esporte, é preciso que se conheça mais do atletismo; é preciso que se explore o seu lado educacional, afinal, por meio

dele, é possível explorarmos as habilidades motoras básicas, seus movimentos específicos, sua história e regras, despertando, nas crianças, o gosto e o interesse por essa bela modalidade esportiva. Em outras palavras:

Não seria demais reforçar a importância que o atletismo assume na formação da criança em qualquer faixa etária. Sem exigir materiais muito complexos, formado por regras fáceis, de aprendizagem rápida e que se repetem em muitas provas, o atletismo é composto por movimentos que motivam todos aqueles que o praticam. Contudo, tratado muitas vezes, como um esporte de base para as demais modalidades esportivas, a especificidade do atletismo quase sempre é deixada em segundo plano, comprometendo seu conhecimento mais amplo. (MATTHIESEN, 2007).

Em função de uma triste realidade escolar, que denuncia certo descaso no que diz respeito ao ensino do atletismo, fazendo com que as crianças praticamente o desconheçam, procuramos desenvolver um Projeto de Extensão Universitária em que pudéssemos colaborar, de fato, para a sua difusão e conhecimento.

Não à toa, nos inspiramos na proposta das dimensões dos conteúdos, mencionada por Darido (2005), explorando, durante as aulas do projeto, suas dimensões: conceitual, procedimental e atitudinal. Em linhas gerais, abordamos os aspectos conceituais quando nos referimos à sua história, regras e conceitos; os procedimentos, ao explorarmos o “fazer” e o “como fazer”; e as atitudes, ao abordarmos valores e comportamentos que merecem ser discutidos com as crianças e jovens.

Bastante recente na área, essa perspectiva de ensino tende a ir além da visão recorrente de que a Educação Física é um espaço do “fazer” ou do brincar, como lembra Darido (2005), sem que, necessariamente, se discuta seus sentidos, significados e compromissos com a transmissão da cultura. Logo, se faltam profissionais dedicados a explorar essa vertente, também faltam programas que incorporem o atletismo como um dos conteúdos a serem trabalhados em aulas de Educação Física.

Nesse sentido, este texto se remeterá às atividades desenvolvidas pelo Projeto de Extensão “Atletismo para crianças e jovens”, com destaque para as atividades por ele desenvolvidas ao longo de 2007, fazendo, desse relato de experiência, um instrumento de divulgação de trabalhos nesse campo.

Com o apoio da PROEX, para a compra de materiais, além de duas bolsas de apoio acadêmico e extensão<sup>1</sup>, o projeto ainda contou com a participação de uma estagiária<sup>2</sup>, alunos de graduação, uma coordenadora e professores da Rede Pública de Ensino que contribuíram para viabilizarmos as exposições, visitas e divulgação das aulas regulares.

Ao relatarmos tal experiência nesse texto, esperamos demonstrar a facilidade de se trabalhar com o atletismo em qualquer faixa etária, seja por meio de jogos, brincadeiras ou atividades mais técnicas, aumentando, assim, o número de praticantes e conhecedores dessa modalidade esportiva.

## Objetivos

O objetivo deste texto consiste em relatar a experiência do Projeto de Extensão: “Atletismo para crianças e jovens” nas três frentes, a saber: aulas semanais; visitas à pista de atletismo da UNESP e exposição de imagens. Por meio dele, esperamos contribuir para a difusão do atletismo, realçando as atividades passíveis de serem desenvolvidas quando for essa a intenção do profissional de Educação Física.

## Metodologia

Tratando-se de um relato de experiência, procuraremos descrever neste texto, as fases do projeto, relatando seu desenvolvimento desde a sua divulgação até a aplicação das aulas semanais cujas atividades foram pautadas nas dimensões dos conteúdos: conceitual, procedimental e atitudinal; as visitas à pista de atletismo e as exposições de imagens em escolas da cidade de Rio Claro.

## Sobre a divulgação do projeto

A divulgação do projeto foi feita presencialmente em 11 escolas da cidade de Rio Claro, tanto da Rede Pública como na Rede Particular de Ensino, por meio de convites para a “exposição de imagens” e para a “visita à pista de atletismo da UNESP”. Além disso, foi realizada uma divulgação eletrônica para todas as escolas vinculadas à Diretoria de Ensino de Limeira, de modo que todos os professores de Educação Física de Rio Claro e região ficassem cientes da possibilidade de colaborarem com os três grupos de atividades do projeto.

Quanto à divulgação para a participação nas aulas semanais de atletismo, produzimos cartazes e convites encaminhando-os às escolas, além de convites feitos diretamente aos alunos, por meio do contato que tivemos com eles em sala de aula. Assim, considerando que a divulgação é essencial para o êxito do projeto, procuramos inserir imagens de experiências anteriores do projeto, de modo a motivar alunos e professores a participarem de suas atividades ao longo de 2007.

## Sobre a aplicação do projeto

### 1. Aulas semanais de atletismo:

As aulas semanais do projeto foram destinadas a alunos entre 10 e 16 anos (meninos

<sup>1</sup> Jacqueline Carvalho e Sofia Razaboni Prado, graduandas do 2º ano do Curso Licenciatura em Educação Física na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – UNESP – Rio Claro.

<sup>2</sup> Luciana Ceregatto, graduanda do 2º ano do Curso Licenciatura em Educação Física na Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” – UNESP – Rio Claro.

e meninas), durante duas vezes por semana, pela manhã, com duração de 60 minutos cada.

No início das aulas do projeto, 18 crianças, da Escola Estadual Prof<sup>a</sup>. Heloísa Lemenhe Marasca, da cidade de Rio Claro, que demonstraram interesse pelo projeto, fizeram suas inscrições freqüentando-o regularmente, apesar de algumas desistências durante o ano.

As aulas regulares tiveram início por meio de uma aula inicial em que os participantes foram apresentados a todos os setores da pista de atletismo. A partir dela, o projeto seguiu com o desenvolvimento de aulas específicas voltadas ao aprofundamento em cada uma das provas dessa modalidade esportiva.

As aulas foram baseadas em jogos pré-desportivos, brincadeiras e atividades cooperativas envolvendo habilidades motoras básicas como: saltar, correr, lançar, arremessar e o conhecimento dos materiais oficiais e alternativos, tais como: bolinhas de meia; discos de papelão; cordas; bambus; arcos; cones; cabos de vassoura e martelos de meia, objetivando o ensino das provas do atletismo, a partir de suas dimensões: conceitual, procedimental e atitudinal.

Em linhas gerais, podemos dizer que as aulas semanais foram pautadas em alongamento, aquecimento, parte principal e volta à calma. O alongamento era sempre diversificado e realizado ora em duplas, ora mantendo os alunos em círculo, utilizando arcos ou bambus. No aquecimento, a ênfase quase sempre estava no desenvolvimento de brincadeiras de corrida, algumas das quais propostas pelas próprias crianças. Na parte principal, a aula era destinada ao aprendizado de uma prova específica dentre as constantes do atletismo. Por fim, na volta à calma, mostrávamos aos alunos algumas imagens do atletismo, inclusive do atletismo para-olímpico, a fim de estimularmos as discussões e reflexões por parte das crianças. Além disso, foram discutidas situações vivenciadas por eles na própria aula, verificando suas impressões em relação às atividades e atitudes nela presentes.

Lembrando que as aulas do projeto foram orientadas pela perspectiva das dimensões dos conteúdos explorada por Darido (2005), procuramos, em cada umas delas, explorar o que segue.

Na “Dimensão Conceitual” procuramos abordar “o que se deve saber” de atletismo.

Assim, conhecer sua história e as mudanças pelas quais passou, suas regras e recordes mundiais, os modos corretos de execução de seus movimentos específicos e o conhecimento de seus materiais oficiais e alternativos, foram alguns dos aspectos desenvolvidos.

Na “Dimensão Procedimental” procuramos explorar “o que se deve saber fazer” no campo do atletismo, levando os alunos a vivenciarem seus movimentos e fundamentos básicos, vivenciando situações de brincadeiras e jogos.

Na “Dimensão Atitudinal” procuramos discutir “como se deve ser”, procurando valorizar a modalidade esportiva em questão; os jogos e brincadeiras a ela relacionados e/ou conhecidos pelas crianças, além de levá-los a respeitarem-se entre si e a cooperarem no desenvolvimento das atividades, realçando a importância de atitudes não-preconceituosas quanto aos níveis de habilidade e sexo, entre outras coisas.

Pautado nessas três dimensões e na idéia, presente em Darido (2005) de que não basta ensinar aos alunos a técnica dos movimentos, as habilidades básicas ou, mesmo, as capacidades físicas inerentes ao conteúdo em questão, mas integrá-los ao universo da cultura corporal de forma ampla e irrestrita, o Projeto de Extensão conseguiu, durante suas aulas regulares, colocar em prática essa perspectiva de ensino no campo do atletismo, coroado pelo êxito e interesse das crianças e jovens envolvidos.

É possível observar nas figuras 1, 2 e 3, imagens referentes às aulas semanais do projeto e aos materiais alternativos utilizados nas atividades desenvolvidas ao longo do ano.



**Figura 1.** Aulas Semanais



**Figura 2.** Materiais Alternativos



**Figura 3.** Materiais Alternativos

## 2. Visita à Pista de Atletismo da Unesp – Rio Claro:

Para as “Visitas à Pista de Atletismo” no campus da Unesp – Rio Claro, compareceram alunos de escolas da cidade de Rio Claro e da região (Cordeirópolis e Santa Gertrudes). No total, durante o ano de 2007, foram realizadas três visitas, envolvendo noventa crianças desde o Ensino Fundamental até o Ensino Médio.

A cada visita eram organizadas seis estações, nas quais as crianças se dividiam em grupos e permaneciam entre 10 e 15 minutos, antes de se direcionarem a estação seguinte, respeitando uma espécie de rodízio entre elas. As seis estações continham as provas do arremesso do peso, salto em distância, corrida de velocidade - 50 metros rasos, salto em altura, lançamento da pelota, lançamento do disco e lançamento do martelo.

Antes das atividades principais, as crianças realizavam um alongamento e um aquecimento envolvendo jogos e brincadeiras, tornando-se aptas à realização das atividades específicas de cada uma das estações.

As atividades em circuito destinaram-se ao ensino das provas de atletismo e de suas respectivas regras e procedimentos. Cada estação era monitorada por um estagiário, aluno do Curso de Educação Física da Unesp – Rio Claro<sup>3</sup>, dois deles bolsistas do projeto, sob supervisão da coordenadora do projeto.

Cada um dos estagiários tinha como objetivo explicar a prova a ser realizada na respectiva estação do circuito e suas principais regras, fazendo com que os alunos vivenciassem seus movimentos básicos. Além disso, os estagiários mencionavam como curiosidade, os recordes mundiais dos atletas nas respectivas provas fazendo com que as crianças conhecessem os nomes e marcas de atletas famosos.

Os materiais utilizados nas estações do arremesso do peso e dos lançamentos (pelota, disco e martelo) eram alternativos, sendo acessíveis às crianças, sem risco de machucá-las, além de favorecer a vivência nessa modalidade esportiva. Entretanto, os materiais oficiais também foram apresentados para que as crianças tivessem, pelo menos, um primeiro contato com o material utilizado em competições.



**Figura 4.** Vista à Pista

<sup>3</sup> Participaram os seguintes estagiários: Ana Carolina Flores Ribeiro da Silva; Esther Vieira Brum; Filipe Seraphim Manoel; George Luiz Cardoso Souza; Guilherme Rosolen; Guy Ginciene; Ivan Luis dos Santos; Lucas Solterman; e Natalia de Lemos.

Ao término da visita, durante conversa com os alunos visitantes, pudemos notar que muitos não conheciam algumas das provas trabalhadas, mas todos saíram satisfeitos, sobretudo por terem ampliado seus conhecimentos, além de se certificarem de que é possível praticar todas as provas do atletismo, desde que orientados corretamente.

A figura 4 ilustra, em parte, o envolvimento das crianças no desenvolvimento das atividades previstas para a visita à pista de atletismo da Unesp.

### 3. Exposição de Imagens: “Movimentos Comoventes”:

Imagens que comovem pela expressão dos atletas, pela beleza e pelo poder de superação que o atletismo proporciona, acompanhadas de dois cartazes contendo um texto específico<sup>4</sup>, foram colocadas em murais de quatro escolas, chamando a atenção dos alunos, principalmente, no que diz respeito às fotos da Para-Olimpíada, as quais os fizeram perceber e pensar o quanto o atletismo é importante e merece ser praticado.

A Exposição de Imagens: “Movimentos Comoventes”, teve como objetivo despertar o interesse das crianças, levando-as a conhecer, um pouco mais, as diferentes provas do atletismo e a possibilidade de superação de limites e conquistas apesar das dificuldades.

Relembrando as exposições realizadas ao longo de 2007, verificamos que a primeira ocorreu no dia 11 de maio de 2007, das 7h às 12h, na “Escola Nazarena de Ensino Fundamental” (ENEF), na cidade de Rio Claro, beneficiando cerca de 100 alunos; no dia 18 de maio de 2007, das 7h às 15h, ocorreu a segunda exposição na escola E.E. “Joaquim Ribeiro”, da cidade de Rio Claro, beneficiando cerca de 1600 alunos e no dia 25 de maio de 2007 das 7h às 12h, a terceira exposição ocorreu na E.E.P.G. “Profª. Carolina Augusta Seraphim”, da cidade de Rio Claro e contou com 270 alunos. A última exposição, durante o ano de 2007, ocorreu na

<sup>4</sup> O texto era o seguinte: *Sinônimo de força e velocidade, beleza e rendimento, o Atletismo, rico em movimentos que se valem das habilidades de correr, marchar, saltar, arremessar e lançar, aguça nossa sensibilidade, comovendo-nos... Um simples olhar, porém atento, para a cristalização de milésimos de segundos, eternizam imagens, muitas vezes, despercebidas de momentos de ação e graça. Provocar o olhar e, com isso, nossa percepção do quanto é belo e comovente o Atletismo! Eis o objetivo desta 2ª edição da exposição de imagens: “Movimentos comoventes”, misto de emoção e determinação.*

escola E.M. “Profª. Digiliah Camargo de Souza”, também da cidade de Rio Claro, no dia 19 de outubro de 2007 das 7h às 12h contando com aproximadamente 354 alunos.

Esse registro, ilustrado pela figura 5, vem demonstrar que as exposições foram bem acolhidas e despertou o olhar de cerca de 2324 alunos para o atletismo, ainda que muitos deles nunca o tenham, efetivamente, praticado.



Figura 5. Exposição de Imagens

## Resultados e Discussão

Em linhas gerais, o objetivo geral do projeto referente à difusão do atletismo entre as crianças e jovens da comunidade rio-clarense, foi plenamente atingido. Basta verificarmos o número de participantes do projeto e a satisfação no desenvolvimento das atividades ao longo de 2007. Particularmente, os objetivos específicos de iniciação dos movimentos e introdução às regras básicas do atletismo, também foram atingidos, ampliando o conhecimento das crianças e jovens acerca dessa modalidade esportiva.

Um grande entusiasmo por parte dos participantes foi demonstrado no desenvolvimento das atividades com fins educacionais, nos três grupos de atividades do projeto. Ou seja, cerca de 18 crianças nas aulas regulares; cerca de 90 alunos provenientes de 3 escolas públicas durante as visitas à pista de atletismo; e cerca de 2324 crianças do Ensino Fundamental e Médio de quatro escolas, nas quais ocorreram a exposição de imagens.

Ainda que tenhamos atingido um número pequeno de crianças nas “aulas regulares”, se

comparado com a quantidade de alunos que compõem uma escola, esse trabalho foi muito importante para o conhecimento do atletismo, considerando-se que as crianças que freqüentaram o projeto conheciam o esporte apenas pela televisão.

Com as “visitas à pista de Atletismo da Unesp – Rio Claro”, propiciamos às crianças um conhecimento do espaço e materiais oficiais do atletismo, apesar das dificuldades com o transporte das crianças, a disponibilidade de horários dos professores de Educação Física e a iniciativa das escolas para atenderem ao convite proposto.

Já com as “exposições de imagens”, conseguimos, definitivamente, introduzir o esporte na escola, atingindo um número bem maior de crianças do que nas outras atividades do projeto.

Pudemos perceber, também, que muitos alunos vieram participar das “aulas regulares” e das “visitas à pista” inspirados pela divulgação dos “Jogos Pan-americanos”, que aconteceram em 2007, no Brasil. Esse evento também auxiliou na aprendizagem dos alunos, já que esses vinham para as aulas com mais interesse, contando o que tinham visto na televisão em relação às provas do atletismo.

Além de terem seus objetivos gerais e específicos plenamente atingidos, o desenvolvimento desse projeto foi fundamental para a formação profissional dos alunos do Curso de Educação Física da Unesp – Rio Claro, os quais colaboraram, sobretudo, com o desenvolvimento das visitas à pista de atletismo.

Assim, para além da disciplina de “Fundamentos do Atletismo” própria da formação profissional, os alunos do Curso de Educação Física da Unesp, que participaram desse projeto, puderam estabelecer um contato mais próximo com o atletismo, conhecendo-o mais amplamente de modo que, no futuro, tenham maiores possibilidades de integrá-lo às suas atividades profissionais.

Para, além disso, vale ressaltar que o projeto foi apresentado em eventos científicos (PRADO et al., 2007, CARVALHO et al., 2007)<sup>5</sup>,

<sup>5</sup> Os trabalhos apresentados em eventos científicos ao longo de 2007 foram: PRADO, S. R., MATTHIESEN, S. Q., CARVALHO, J., CEREGATTO, L. P. *Atletismo para crianças e jovens na Unesp – Rio Claro. 2º Encontro Rio Clarense de*

proporcionando uma maior experiência na área acadêmica e possibilidade de difusão de conhecimento no universo científico.

Isso, certamente, faz desse projeto algo de fundamental importância na formação das crianças, jovens da comunidade rio-clarense e dos alunos da graduação, razão pela qual deverá ter continuidade nos anos seguintes.

## Conclusão

Com base no exposto, verificamos que, além de contribuir com a difusão do atletismo, este projeto contribuiu para a formação profissional em função da convivência dos envolvidos com a realidade de trabalho e experiência profissional.

Além de ser uma oportunidade de aproximação dos professores da Rede de Ensino de Rio Claro com a Universidade, o projeto, também, favoreceu os alunos, dando-lhes a oportunidade de conhecerem o espaço oficial, certamente, inexistente em suas escolas.

Para os estagiários do projeto essa foi uma oportunidade de atuação prática no universo do atletismo de modo que este possa ser um ponto de partida para a sua inclusão no âmbito escolar a partir de sua vida profissional futura. Para as crianças, foi uma chance única de conhecer essa modalidade esportiva tão pouco difundida pela sociedade brasileira, a qual, infelizmente, faz dele – atletismo – algo restrito a poucos e bem-dotados campeões.

Assim, se faltam professores dedicados ao trabalho com o atletismo, também faltam aqueles que se dedicam ao ensino dessa modalidade esportiva. Ou seja, faltam programas de atividades físicas que visem ensinar o atletismo em si, propiciando às crianças um reconhecimento daquilo que vivenciam em relação ao que observam, a partir da execução de grandes atletas em competições veiculadas pela televisão.

Nossa esperança é que esse relato de experiência possa levar uma palavra de incentivo aos profissionais de Educação Física, demonstrando-lhes as facilidades de se trabalhar

*Educação Física e Fórum Sesi: Vida Ativa, Rio Claro, SP, entre 29 de agosto à 1º de setembro de 2007 e CARVALHO, J., MATTHIESEN, S. Q., PRADO, S. R., CEREGATTO, L. Atletismo para crianças e jovens na Unesp – Rio Claro. XIX Semana de Estudos da Pedagogia – Educação: Formação e Transformação, UNESP – Rio Claro, SP, entre 24 à 29 de setembro de 2007.*

com o atletismo juntamente com as propostas das dimensões dos conteúdos, seja por meio de jogos pré-desportivos ou de atividades mais técnicas, aglutinando, ao seu redor, um grande número de praticantes.

Com isso, esperamos colaborar para que outros profissionais relatem suas experiências no campo do atletismo, ou inspirem-se nesse relato para o desenvolvimento de trabalhos que contribuam para a difusão dessa bela modalidade esportiva.

## Referências

CARVALHO, J.; MATTHIESEN, S. Q.; PRADO, S. R.; CEREGATTO, L. Atletismo para crianças e jovens na Unesp – Rio Claro. In: SEMANA DE ESTUDOS DA PEDAGOGIA, 19., 2007, Rio Claro, SP. **Educação: formação e transformação.** Apresentação oral. Não publicado.

DARIDO, S. C. Os conteúdos da educação física na escola. In: DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. **Educação física no ensino superior: educação física na escola: implicações para a prática pedagógica.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005. p. 64-79.

MATTHIESEN, S. Q. **Atletismo se aprende na escola.** Jundiaí: Fontoura, 2005.

MATTHIESEN, S. Q. **Educação física no ensino superior: atletismo teoria e prática.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

PRADO, S. R.; MATTHIESEN, S. Q.; CARVALHO, J.; CEREGATTO, L. P. Atletismo para crianças e jovens na Unesp – Rio Claro. In: ENCONTRO RIO CLARENSE DE EDUCAÇÃO FÍSICA, 2.; FÓRUM SESI: VIDA ATIVA, RIO CLARO, SP, 29 de agosto à 1 de setembro de 2007. Apresentação oral. Não publicado.

**Apoio: PROEX / UNESP**

Endereço:  
Sara Quenzer Matthiesen  
Avenida 24 A, 1515 Bela Vista  
Rio Claro SP Brasil  
Tel. (19) 3526.4348  
13506-900  
e-mail: [saraqm@rc.unesp.br](mailto:saraqm@rc.unesp.br)

Recebido em: 29 abril de 2008.  
Aceito em: 8 de outubro de 2008.



Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, Rio Claro, SP, Brasil - eISSN: 1980-6574 - está licenciada sob [Licença Creative Commons](#)