EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA PÚBLICA: professores e professoras como intelectuais da sua prática pedagógica[6]

Daniel Teixeira Maldonado[7]
Valdilene Aline Nogueira[8]
Uirá de Siqueira Farias[9]

Resumo: O objetivo desse estudo foi demonstrar que uma nova tradição didático-pedagógica nas aulas de Educação Física Escolar está surgindo na educação brasileira. Apresentaremos quatro relatos de experiência, organizados na Educação Infantil, no Ensino Fundamental e Médio, por docentes de Educação Física que lecionam na escola pública. Nos projetos educativos apresentados, dois professores e uma professora sistematizaram a sua prática pedagógica tematizando as brincadeiras, as lutas, as danças e a musculação, buscando problematizar com os/as estudantes conhecimentos históricos, políticos, econômicos, sociais, biológicos e fisiológicos relacionados com as práticas corporais, além de possibilitar vivências de diferentes gestos dessas manifestações da cultura corporal. Concluímos que as aulas de Educação Física apresentadas nesse estudo proporcionaram uma leitura de mundo sobre as práticas corporais, viabilizando a ampliação do pensamento crítico dos/das discentes da Educação Básica.

Palavras-chave: Educação Física Escolar; Prática Pedagógica; Pensamento Crítico.

PHYSICAL EDUCATION IN PUBLIC SCHOOL: teachers as intellectual of their pedagogical practice

Abstract: The aim of this study was to demonstrate that a new didactic-pedagogical tradition in Physical Education classes is emerging in Brazilian education. We will present four experience reports, organized in kindergarten, elementary and high school, by Physical Education teachers who teach in the public school. In the educational projects presented, two teachers and one teacher systematized their pedagogical practice by thematizing the games, the fights, the dances and the bodybuilding, seeking to problematize with the students historical, political,

6 Essas reflexões foram apresentadas no II Encontro Pensando a Educação Física Escolar.

7 Doutor em Educação Física pela Universidade São Judas. Docente do Instituto Federal de São Paulo

8 Mestre em Educação Física pela Universidade São Judas. Docente da Universidade de Guarulhos e da Prefeitura de São Paulo.

9 Mestre em Educação Física pela Universidade São Judas. Docente da Prefeitura de São Paulo e de Santo André

economic, social, biological and physiological knowledge related to the body practices, besides allowing experiences of different gestures of these manifestations of body culture. We conclude that the Physical Education classes presented in this study provided a world reading about body practices, enabling the expansion of critical thinking of students of Basic Education.

Keywords: School Physical Education; Pedagogical practice; Critical thinking.

Introdução

Nas últimas décadas, as inovações curriculares têm sido realizadas nas escolas brasileiras quando os professores e as professores desenvolvem a sua consciência crítica, questionando os conhecimentos que são considerados culturalmente validos, reconstruindo a seleção dos conteúdos que são debatidos na escola e pensando em projetos educativos que podem proporcionar uma leitura de mundo aos/às estudantes que participam das suas aulas (ARROYO, 1999).

Especificamente nas aulas de Educação Física Escolar, muitos/as docentes estão publicando na literatura da área relatos descrevendo experiências educativas que extrapolam o mero exercitar-se. Nas propostas apresentadas, os/as educadores/as tematizam as danças, as lutas, as ginásticas, os esportes, os jogos e as brincadeiras, problematizando conhecimentos históricos, políticos, econômicos, sociais, fisiológicos e biológicos que atravessam essas práticas corporais (NEIRA, 2017; VENÂNCIO et al., 2017).

Defendemos que os professores e as professoras de Educação Física que atuam na Educação Básica passaram a organizar a sua prática político-pedagógica levando em consideração a produção de conhecimento mais progressista da área, reconstruindo essas teorias e produzindo saberes com as suas experiências educativas (BRACHT, 2015).

Portanto, saímos de um paradigma intitulado por pesquisadores da área "entre o não mais e o ainda não" (GONZÁLEZ; FENSTERSEIFER, 2009) para um momento em que os/as docentes podem ser considerados/as como intelectuais da sua prática pedagógica (MALDONADO; NOGUEIRA; FARIAS, 2018).

Essa transformação paradigmática ocorreu a partir do momento em que os/as educadores/as do componente curricular que lecionam na Educação Básica passaram a apresentar as suas experiências pedagógicas em eventos da área, publicar esses relatos em revistas científicas e capítulos de livros, participar de grupos de estudos, elaborar dissertações e teses em programas de Mestrado e Doutorado e refletir sobre a sua prática pedagógica dentro dos muros escolares (MALDONADO; JABOIS; NEIRA, 2019).

Assim, indo ao encontro dessas pesquisas, o objetivo desse estudo foi demonstrar que uma nova tradição didático-pedagógica nas aulas de Educação Física está surgindo nas escolas brasileiras, a partir do relato de experiências de dois professores e uma professora que lecionam na escola pública.

Experiências pedagógicas

A educação pública brasileira apresenta diversos problemas e, muitas vezes, é considerada por especialistas como um serviço de baixa qualidade. Salientamos que no ano de 2019, professores e professoras da prefeitura de São Paulo entraram em greve, durante dois meses, porque os governantes do município decidiram aumentar para 14% o desconto do seu salário para "bancar" o regime previdenciário dos servidores. Entendemos que esses profissionais vivem, diariamente, situações limites e que procuram, mesmo com tantas dificuldades, organizar as suas ações didáticas de acordo com o seu inédito viável (FREIRE, 2005).

Nas próximas páginas iremos descrever quatro relatos de experiência contados por dois professores e uma professora de Educação Física, que ministram as suas aulas na escola pública e passam por dificuldades e pressões de ordem social, política, institucional, organizacional e pedagógica diariamente no seu cotidiano de trabalho, mas ainda assim organizam suas práticas pedagógicas com uma nova concepção paradigmática, em que os/as docentes desse componente curricular podem ser considerados como intelectuais.

Um professor ou uma professora de Educação Física pode ser considerado como intelectual transformador quando consegue analisar o contexto histórico da escola pública e do próprio componente curricular, produzir uma prática pedagógica problematizadora, que reconheça os conhecimentos científicos e os saberes populares acumulados e militar em favor da democracia participativa e o combate das desigualdades econômicas, políticas e sociais (BOSSLE, 2018).

Nesse contexto, Bossle (2018) complementa as suas reflexões com a seguinte indagação. Como podem os/as educadores/as construir um projeto pedagógico que legitime uma forma crítica de prática intelectual?

Na tentativa de responder essa pergunta e produzir novas reflexões sobre a temática, iremos relatar experiências que aproximam dois professores e uma professora que organizam a sua prática político-pedagógica com autoria e criticidade, a partir do conceito de professores como intelectuais apresentado por Bossle (2018). Temos convicção que os leitores e as leitoras irão observar, nas palavras dos/a autores/a das práticas educativas, que uma nova tradição pedagógica está surgindo nas aulas de Educação Física a partir da leitura dos projetos narrados.

Tematizando as brincadeiras nas aulas de Educação Física na educação infantil

Relatar experiências da Educação Física na Educação Infantil nunca foi tão necessário, uma vez que nesse nível da Educação Básica o componente tem história recente. Para tanto, vou apresentar uma parte da experiência que estou vivendo com uma turma de cinco anos, onde o principal intuito é considerar as crianças como produtoras de conhecimento, respeitando seus direitos e reconfigurando a aula do componente curricular, com a perspectiva de superar a visão hegemônica de desenvolver habilidades motoras, ou seja, possibilitando o acesso e a ampliação para os mais diversos temas da cultura corporal aos/às estudantes (BONFIETTI et al., 2018).

Romper com uma lógica vivida durante alguns anos da minha vida não foi tarefa fácil, e só foi possível pela constante busca de rever a minha prática pedagógica, me incomodar e olhar para as crianças como seres autônomos, que possuem seus interesses e curiosidades, dialogando com elas, deixando-as falar, se expressar e construir junto comigo aulas mais significativas.

No primeiro trimestre de 2019, em uma escola da Rede Municipal de Santo André – SP, projetei trabalhar com as crianças da Educação Infantil o tema brincadeiras. Iniciei esse percurso perguntando para as crianças quais eram as brincadeiras que eles conheciam. Nesse momento, uma chuva de falas tomou conta do nosso círculo, algo quase que incontrolável, elas queriam se expressar, apresentar seus conhecimentos. Ou seja, dar voz as crianças da Educação Infantil não é tarefa fácil, mas tudo necessita de processo e insistência. Não foi a primeira vez que fiz isso, mas cada vez parecia a primeira.

E foi dessa forma que iniciei o processo de construção do planejamento para essa turma, trazendo elementos que surgem das crianças, onde foi possível registrar diversas brincadeiras, tais como corda, pega-pega, jogar bolinha, adoleta, o mestre mandou, dançar, bambolê, peteca, cachorrinho, casinha e imitação. Diante de todo esse acervo de práticas corporais, o desafio era garantir que todas as sugestões fossem contempladas. Salientando que não se pode esquecer que a escola é imprevisível e dinâmica. Uma certa brincadeira pode não ser tão atrativa para as crianças e logo elas perdem o interesse, ou seja, as idas e vindas no planejamento são constantes na Educação Infantil.

Isso mostra o quanto o conhecimento sobre a Educação Infantil é importante, e entender que o/a professor/a deve entrar no mundo delas, e recuperar o interesse da atividade proposta com modificações que muitas vezes surge ali na hora. Em alguns momentos desses adotei a iniciativa de chamar todas

as crianças para o círculo e pedir sugestão para a brincadeira ficar mais interessante. Em outros, levei o som para a quadra e coloquei músicas para deixar a brincadeira mais divertida.

Dentro desse leque de atividades algumas me chamaram a atenção, pois elas tinham muito interesse em brincar com alguns materiais como os bambolês, as cordas e as bolinhas coloridas. As crianças, durante nossas conversas, falaram que queriam aprender a pular corda igual a turma do 5º ano, e isso foi bem interessante, pois combinamos que mesmo a aula sendo com outra brincadeira, o professor deveria deixar alguns momentos para a brincadeira de corda, inclusive a organização de distribuição dos materiais ficariam por conta delas, onde uma criança em cada dia seria a responsável pela distribuição das cordas.

Figura 1 – Momento de escolha das brincadeiras, brincadeiras com bambolês, cordas e bolinhas coloridas

Fonte: Elaborado pelos autores.

Deixando claro que aqui narro uma parte da experiência pedagógica, concluo que o trabalho com a Educação Infantil necessita ser pensado para além dos aspectos motores, e essa prática pedagógica teve como objetivo realçar os conhecimentos das crianças, tratando de práticas corporais suscitadas por elas, sendo assim, tratadas levando em consideração seu momento enquanto seres sociais autônomos, além de tentar, a todo o momento, romper com o adultocentrismo que habita as aulas de Educação Física.

Nessa lógica, não existe o objetivo de desenvolver aspectos motores, mas sim trabalhar pelo viés dos elementos da cultura corporal como gestos, expressões, ou seja, linguagem. Tratando o movimento tanto em sua dimensão biológica quanto expressiva, considerando sentidos, significados, sentimentos, historicidade e emoções (BONFIETTI et al., 2018). Algo que as crianças da Educação Infantil sabem fazer como ninguém.

Tematizando as lutas durante as aulas de Educação Física nas séries iniciais do Ensino Fundamental

Começo esse relato de experiência mencionando que refletir constantemente sobre a prática pedagógica é algo que demanda muito sentimento de querer mais, de navegar em campos que são desconhecidos, tanto pensando na prática da tematização, como no trato com os conceitos.

É exatamente nesse ir e vir reflexivo que decido romper com minhas escolhas rotineiras e decido tematizar as lutas com uma turma de 4º ano do Ensino Fundamental. Tudo se inicia com a exposição para as crianças das possíveis tematizações que poderiam ser desenvolvidas no terceiro trimestre de 2017. Ou seja, propus que estudaríamos uma prática corporal que não tinha sido abordada ao longo dos anos que fui professor dessa turma. As crianças então logo pensaram em aprender sobre as lutas e, de forma democrática, realizei uma votação em que resultou na escolha do tema.

Na avaliação diagnóstica sobre o que os/as estudantes conheciam sobre as lutas apareceram as distorções sobre o seu significado, muitas vezes conceituada como briga, tudo que era violência foi apresentado por eles e elas como sendo luta. A imagem que a mídia transmite dessa manifestação da cultura corporal foi determinante para que as crianças tomassem como certo a ideia de que briga era sinônimo de lutas.

Nesse mesmo período eu estava em contato com as leituras de Paulo Freire e, muitas vezes, vinha na cabeça as ideias de conscientização, tematização e emancipação. Como tudo isso poderia ser parte de minhas aulas de Educação Física, uma vez que na minha formação inicial eu nunca tive contato com as ideias do referido autor?

Após a imersão nessa literatura comecei a tentar trazer aproximações para minhas aulas. Assim, basicamente com a ideia de conscientizar os/as discentes sobre esse tema, organizei a minha prática pedagógica.

No início do projeto educativo, levei para os alunos e as alunas uma atividade que mostrava figuras de lutas e situações de brigas, sendo que eles e elas deveriam escrever abaixo de cada imagem aquelas que consideravam luta ou briga. Como diagnóstico foi muito interessante, uma vez que as crianças

exercitaram a análise das figuras e puderam expor suas impressões no momento que fomos discutir cada imagem.

Na aula seguinte apresentei aos/às estudantes a ideia de jogos de oposição, sendo esse o recurso que iríamos utilizar como elementos para nossas aulas práticas, ou seja, usando um termo de Paulo Freire, tivemos que descodificar a ideia que eles tinham das lutas para, posteriormente, codificar. Logo de cara, as crianças ficaram impressionadas com a diversidade de atividades que poderiam realizar e que serviam como exemplos para mostrar outra forma de ver as lutas. Utilizei como referencial o material do Ministério dos Esportes: Lutas, capoeira e práticas corporais de aventura, publicado no ano de 2017.

Após muitas reflexões e vivências, os/as discentes foram avançando nos estudos, aprendendo sobre as características a as classificações dessa prática corporal. Debati com os/as estudantes sobre as lutas e consumo e para ampliar as reflexões, solicitei para a turma que assistissem qualquer luta na TV com seus responsáveis, analisando elementos que estavam além da prática corporal.

No retorno dessa atividade, cada criança foi expondo aquilo que analisou. Nas falas deles e delas apareceram desde anotações simples como: tinha um ringue, as cores das luvas, o corte de cabelo dos atletas, como eles eram fortes, até análises mais profundas, como, por exemplo, o motivo que cada round de uma determinada luta passava uma menina de biquíni? Por que não poderia ser um homem? Por que parece tão violento a luta? A maioria das pessoas que vão assistir são homens. Ou seja, o simples fato de solicitar uma atividade que favoreça um olhar para além da prática mostrou ser um recurso interessante para discutir sobre o conteúdo das aulas, levando em consideração aspectos históricos, políticos e sociais relacionados com essa prática corporal.

Organizei vários jogos de oposição e desequilíbrio com as crianças, refletindo com elas sobre os princípios condicionantes dessa manifestação da cultura corporal. Algumas imagens dessas aulas podem ser observadas nas imagens abaixo.

Figura 2 – Esgrima de mão (Esquerda) e luta do galo (Direita)

Fonte: Elaborado pelos autores.

Quando escrevemos um relato parece que tudo foi perfeito. Pelo contrário, faço questão de dizer que trabalhar com as lutas foi um desafio, e algumas vezes frustrante, principalmente quando alguns meninos, ao final do projeto, consideraram e confundiam as lutas com brigas, inclusive em uma atividade avaliativa que apliquei, esse fato se apresentou. Eles justificaram que, "pra mim é violência, o atleta até sangra". Mesmo retomando a lógica das regras, e que ao fazer parte desse esporte o atleta sabe dos perigos que pode sofrer, eles defendiam essa ideia.

Trabalhar com as lutas foi um exemplo claro de como foi possível que eu refletisse constantemente sobre a minha prática pedagógica, mesmo com as críticas e ataques contra os professores e as professoras que estão sendo realizados na conjuntura política atual.

Tematizando as danças durante as aulas de Educação Física nas séries finais do Ensino Fundamental

Ao longo do ano de 2018, trabalhei como professora módulo na Rede Municipal de São Paulo. Professores/as módulos são professoras e professores concursados e que têm como função cobrir licenças e afastamentos de docentes da unidade escolar. Além disso, estes e estas educadoras atuam de maneira direta nas questões de apoio pedagógico, fazendo com que a organização do complexo cotidiano da escola aconteça de maneira mais tranquila.

Com o objetivo de traçar projetos pedagógicos dentro da Educação Física realizei com todas as turmas discussões acerca dos temas da cultura corporal. Nas turmas do oitavo ano percebi o interesse pelas discussões que transitassem acerca das questões das juventudes periféricas em São Paulo e criamos o projeto "Singularidades na Diversidade", onde juntamente com a professora de Língua Portuguesa temas que permeiam as juventudes foram problematizados ao longo do ano.

Como parte do Projeto "Singularidades na Diversidade" e também pela necessidade de ampliação do leque cultural dos/as estudantes e de problematizações sobre as práticas corporais que elas e eles já conheciam, iniciamos nas aulas de Educação Física um eixo chamado "Práticas Corporais das e nas Juventudes". Assim, tematizamos as danças, os esportes e as práticas corporais de aventura.

Na tematização das danças, assunto sobre o qual me debruço neste relato, discutimos com os/as estudantes quais as formas desta expressão corporal eram presentes em seus cotidianos, quais passavam na TV, quais eles/as tinham acesso e quais os limitantes para a vivência na escola e na comunidade. Nestas discussões, descobrimos

que três alunas da escola dançavam ballet em um projeto social desenvolvido por uma academia próxima da comunidade e que alguns estudantes participavam de duelos de MCs nas festas que aconteciam aos finais de semana nos arredores da escola. A maior parte dos/as estudantes afirmou que o Funk era a dança mais presente no cotidiano da comunidade e que gostavam do ritmo e da maneira como o corpo se portava na batida dos graves.

Por conta destas discussões decidimos que as danças tematizadas em nosso projeto seriam o Ballet, o Funk e o Hip Hop. Para o desenvolvimento do projeto, baseadas na obra de Paulo Freire, buscamos trabalhar com círculos de cultura para construir os temas a serem discutidos, lemos reportagens e buscamos problematizar os saberes que os/as jovens traziam sobre a prática corporal. Neste momento, tornou-se latente como as questões de gênero precisam ser desmistificadas nas aulas de Educação Física, pois eram controversas as opiniões sobre o que menino podia ou não dançar. Temas carregados de significados ligados às classes sociais também foram notórios nas discussões, com falas que marcavam o que para elas e eles era para "gente rica" e para "gente pobre", na mesma intensidade pudemos perceber a separação sensível entre a caricatura social de raça que colocava as meninas brancas como bailarinas e as meninas negras como funkeiras.

Frente a todas estas discussões, os círculos que se seguiram vieram para debater com os/as estudantes as questões de gênero, classe e raça que permeavam as danças escolhidas pelo grupo. Além das discussões nos círculos de cultura, vivenciamos as danças, ouvimos e interpretamos suas letras e elaboramos coreografias coletivas e individuais dos ritmos que estudamos. Durante uma semana, recebemos três convidados na escola: uma bailarina, um professor de Hip Hop e uma dançarina de funk. Estes profissionais colaboraram com seus relatos de vida sobre as práticas e ofereceram oficinas aos/ás estudantes, fortalecendo o projeto de maneira significativa.

Figura 3 – Oficinas de Hip Hop e Ballet

Fonte: Elaborado pelos autores.

Por fim, na mostra cultural da escola o projeto "Singularidades na Diversidade" foi exposto

à comunidade escolar, na oportunidade os/as estudantes também puderam apresentar, além das pesquisas e discussões que haviam realizado, as coreografias das danças que vivenciaram ao longo do projeto.

Figura 4 – Mostra Cultural e as apresentações dos temas

Fonte: Elaborado pelos autores.

Tematizando a musculação nas aulas de Educação Física no Ensino Médio

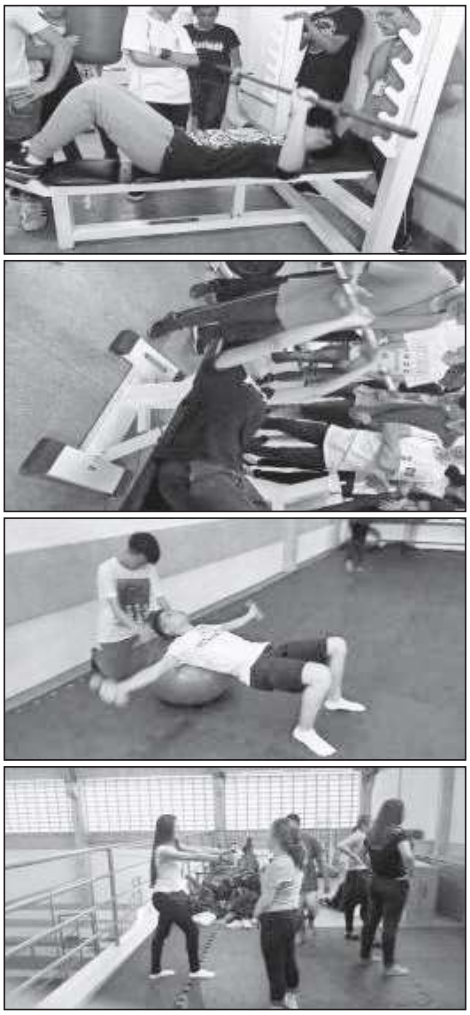
No último bimestre do ano de 2018 iniciei um projeto educativo onde foi tematizado a musculação com os alunos e as alunas do Ensino Médio do Instituto Federal de São Paulo. As aulas foram iniciadas com discussões fisiológicas e biológicas relacionadas com essa prática corporal. Nesse contexto, discuti com os/as estudantes as orientações para que adolescentes iniciem o treinamento de força e convidei a nutricionista do campus para explanar sobre a utilização de suplementos alimentares e anabolizantes, na perspectiva de debater os efeitos ergogênicos dessas substâncias e os possíveis malefícios que elas podem causar no organismo dos seres humanos.

Após esse primeiro contato com a temática, levei os/as jovens para uma academia que a escola possui. Mostrei aparelhos de musculação que ativam todos os músculos e convidei alguns alunos e algumas alunas para vivenciar esses gestos. A intenção dessa aula era que todos e todas conhecessem os exercícios e a musculatura que cada um deles ativava. Esse foi um momento importante para iniciar a montagem de um programa individual de musculação para cada discente.

Organizei uma segunda vivência em que os/as jovens aprenderam a fazer alguns exercícios de musculação com elástico e de forma funcional. Nessa perspectiva, ampliei as experiências

dos/das discentes com essa prática corporal, possibilitando que a montagem do seu treino fosse realizada com um leque maior de exercícios, além de problematizar a ideia que as pessoas só podem praticar musculação dentro de uma academia. A seguir, os leitores e as leitoras podem observar imagens dessas experiências.

Figura 5 – Musculação nas aulas de Educação Física no Ensino Médio



Fonte: Elaborado pelos autores.

Ainda em 2018, para iniciar os debates de ordem política e econômica que perpassam a musculação, pedi que os/as discentes realizassem uma pesquisa em espaços públicos de lazer onde é possível vivenciar essa prática corporal. Além disso, os alunos e as alunas precisavam analisar os valores que as academias de ginástica cobravam para as pessoas realizarem um treino de força. Como esses/as jovens moram em diferentes bairros da cidade de São Paulo, foi muito interessante ver a variedade de valores que as academias de musculação cobram para realizar um treinamento e como existe uma diversidade de espaços públicos com aparelhos de ginástica em bom estado para a população realizar atividade física, principalmente nos bairros mais periféricos. Entretanto, ficou claro nessa pesquisa que as pessoas com menor poder aquisitivo dificilmente terão acesso aos espaços privados que oferecem esse serviço, pois os preços cobrados estão cada vez mais inacessíveis para a maioria dos trabalhadores.

Ao iniciar o ano letivo de 2019, voltei a ser docente dessa turma e continuei o trabalho sobre essa manifestação da cultura corporal. A primeira discussão realizada foi sobre os benefícios da musculação para idosos que perderam massa muscular, mulheres que entraram na menopausa, jovens que querem aumentar a força e a massa muscular, possibilitar o

aumento do gasto energético e melhorar a saúde da população.

Dando continuidade ao projeto, convidei a nutricionista do campus, mais uma vez, e ela orientou os/as estudantes a pensarem na sua alimentação de acordo com a intensidade do treino de musculação que pretendem realizar. Além disso, uma discussão muito interessante sobre os guias alimentares do Brasil e de diversas partes do mundo foi realizada com os/as discentes, colocando em circulação um debate sobre os aspectos culturais que fazem parte das recomendações nutricionais para a população em diferentes culturas. Nesse aspecto, a nutricionista realizou um alerta sobre o consumo de alimentos ultraprocessados nas periferias e como essa questão estimula a alimentação com poucos nutrientes da população com menor poder aquisitivo.

Também assisti um documentário com os alunos e as alunas que discute o acesso que pessoas de diferentes classes sociais possuem para frequentar espaços públicos e privados que possibilitem a realização de atividade física e de atividades prazerosas relacionadas ao lazer. O filme "Entremundo" mostra as desigualdades sociais contemporâneas mergulhando um dia em um dos bairros mais desigual de São Paulo. Nesse contexto, os/as discentes debateram criticamente sobre aspectos relacionados com o lazer, saneamento básico, saúde pública, alimentação, arquitetura do bairro e educação, fazendo uma reflexão ampla e profunda sobre o conceito de saúde e qualidade de vida na sociedade contemporânea.

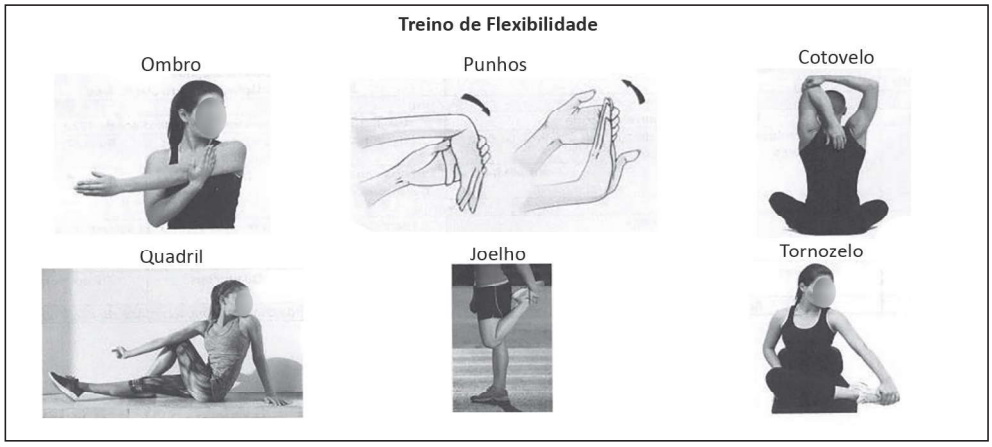
Figura 6 – Apreciação de palestras e documentários nas aulas de Educação Física no Ensino Médio

Fonte: Elaborado pelos autores.

Após todas essas reflexões e debates, os/as jovens elaboraram o seu próprio treino de musculação, levando em consideração os conhecimentos que aprenderam durante as aulas de Educação Física e os seus objetivos com essa prática. Nesse treinamento, também foi necessário levar em consideração como seria estimulado a resistência cardiovascular e a flexibilidade. Uma dessas fichas de treinamento pode ser analisada na imagem abaixo.

Figura 7 – Elaboração do treinamento de musculação nas aulas de Educação Física no Ensino Médio

Ficha de Treinamento	Nome: Gabriela Maria Souto Araújo			Objetivo: Saúde Intensidade: Adaptação à musculação-leve		
Domingo	Descanso					
Segunda	Resistência Cardiorrespiratória			30 minutos de corrida com frequência cardíaca de 122,4 bpm – 142,8bpm		
Terça	Força - Membros Superiores	2 séries de 15 repetições	Peck Deck	Puxador Alto	Elevação Lateral dos Braços com Halteres	Pulley Tríceps
			Peitoral Maior	Latíssimo do Dorso e Bíceps Braquial	Deltóide	Tríceps Braquial
Quarta	Descanso					
Quinta	Flexibilidade			Exercícios anexados sendo feitos durante 15 segundos cada e forçando 5 segundos		
Sexta	Força - Membros Inferiores	2 séries de 15 repetições	Mesa Flexora	Cadeira Adutora	Cadeira Extensora	Leg Press
			Bíceps da coxa	Adutor Longo e Adutor Curto	Quadríceps	Tríceps Sural
Sábado	Resistência Cardiorrespiratória			30 minutos de corrida com frequência cardíaca de 122,4 bpm – 142,8bpm		



Fonte: Elaborado pelos autores.

Finalizei o projeto educativo solicitando que os/as discentes realizassem uma análise sobre a arquitetura do seu bairro. Após a realização dessas pesquisas, constatamos que em 23 bairros do estado de São Paulo existem muitos espaços públicos para a prática de atividade física (praças, parques, ciclovias, ruas de lazer, centros esportivos). Entretanto, esses espaços são mantidos com qualidade quando a população consegue se organizar e cobrar dos governantes a manutenção deles. Essa fala foi muito forte no relato dos alunos e das alunas durante as apresentações.

Nos aspectos ligados a alimentação, o estudo mostrou que nos bairros periféricos os alimentos ultraprocessados são mais vendidos e, muitas vezes, com um valor mais acessível para a população mais carente de recursos financeiros. Nesse sentido, realizar uma alimentação saudável se torna quase inviável em algumas regiões do estado de São Paulo.

Portanto, ao debater com os/as discentes conhecimentos

históricos, políticos, econômicos, sociais, biológicos e fisiológicos que se relacionam com a musculação, a visão de mundo dos/das estudantes sobre essa prática corporal foi ampliada e o pensamento crítico estimulado.

Fiz essas perguntas aos/às estudantes que deixo aqui registradas para os/as docentes que fazem a leitura desse texto. O que adianta saber elaborar o próprio treino e reconhecer os benefícios de praticar atividade física se existem vários aspectos sociais, políticos e econômicos que inviabilizam a realização da musculação pela população brasileira? Como que as pessoas podem se organizar para cobrar o poder público a manutenção dos espaços de lazer existentes nos seus bairros?

Penso que essas reflexões são relevantes e importantes para pensar, em conjuntos com os/as jovens do Ensino Médio, como exercer uma cidadania ativa e lutar pela diminuição das desigualdades sociais e econômicas da nossa sociedade.

Considerações finais

A partir dos relatos de experiência apresentados, afirmamos que uma nova tradição didático-pedagógica está surgindo nas aulas de Educação Física, principalmente porque os professores e as professoras desse componente curricular estão organizando projetos educativos levando em consideração a produção de conhecimento da área, produzindo saberes durante a sua prática político-pedagógica e se tornando um/a intelectual no cotidiano escolar em que ministra as suas aulas.

Apesar das diversificadas demandas e dificuldades vivenciadas diariamente nas escolas brasileiras, os salários insuficientes e a falta de reconhecimento da sociedade contemporânea sobre a profissão docente, a construção de práticas político-pedagógicas autorais, legitima uma forma crítica de prática intelectual, no nosso modo de compreender a docência.

REFERÊNCIAS

ARROYO, M. Experiências de inovação educativa: o currículo na prática da escola. In: MOREIRA, A. F. B. **Currículo:** políticas e práticas. 4ª ed. Campinas, SP: Papirus, 1999. p. 131-164.

BOSSLE, F. Nosso "inédito viável": professor de Educação Física intelectual transformador. In: MALDONADO, D. T.; NOGUEIRA, V. A.; FARIAS, U. S. **Os professores como intelectuais:** novas perspectivas didático-pedagógicas na Educação Física Escolar brasileira. Curitiba: CRV, 2018. p. 19-34,

BRACHT, V. Educação Física, método científico e reificação. In: STIGGER, Marco Paulo. **Educação Física + Humanas**. Campinas, SP: Autores Associados, 2015. p. 1-22.

FREIRE, P. **Pedagogia da esperança**: um reencontro com a pedagogia do oprimido. 12ª ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2005.

GONZÁLEZ, F. J.; FENSTERSEIFER, P. E. Entre o "não mais e o ainda não": pensando saídas do não lugar da Educação Física Escolar I. **Cadernos de Formação RBCE.**v. 1, n. 1, p. 9-24, 2009.

MALDONADO, D. T.; JABOIS, D. P.; NEIRA, M. G. Organização didático-pedagógica das aulas de Educação Física na Educação Básica: entre o "não mais" e o "ainda não". **Conexões**: Educação Física, Esporte e Saúde. Campinas – SP, v. 17, p. 1-17, 2019.

MALDONADO, D. T.; NOGUEIRA, V. A.; FARIAS, U. S. **Os professores como intelectuais:** novas perspectivas didático-pedagógicas na Educação Física Escolar brasileira. Curitiba: CRV, 2018.

NEIRA, M. G. **Educação Física cultural**: o currículo em ação. São Paulo: Labrador, 2017.

VENÂNCIO, L. et al. **Educação Física no Ensino Fundamental II**: saberes e experiências educativas de Professores(as)-Pesquisadores(as). Curitiba: CRV, 2017.