

# 1

## CAPÍTULO

O manual das práticas dos esportes  
no Programa Segundo Tempo



## Manual para o ensino dos esportes no PST

Pablo Juan Greco  
Siomara A. Silva  
Gustavo de Conti T. Costa

Nós, integrantes do Centro de Estudos de Cognição e Ação (CECA) da Escola de Educação Física Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais em parceria com o Grupo de Estudos das Capacidades do Rendimento nos Esportes Coletivos (Gecrec), da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), escrevemos este livro objetivando auxiliar você, professor, (seja coordenador de núcleo, professor e/ou monitor), na elaboração e planejamento das atividades pedagógicas no marco do Programa Segundo Tempo -PST-. Pensamos em atividades e jogos para os diferentes espaços em que o PST é oferecido. Nossos trabalhos de pesquisa na área de Metodologia de Ensino dos Esportes se apoiam na proposta teórica do PST e se transformaram em sugestões para a práxis desse PST. Queremos oferecer alternativas que os auxiliem no seu trabalho do dia a dia, nas suas aulas, tanto na sua programação quanto na realização dessas na prática com os alunos.

Tomamos como base a proposta teórica formulada no capítulo 'Organização e Desenvolvimento Pedagógico do Esporte no Programa Segundo Tempo' (de autoria de Greco, Silva e Santos), do livro Fundamentos Pedagógicos do Programa Segundo Tempo: da reflexão à prática, coordenado por Oliveira e Perim (2009). Esse material é distribuído gratuitamente aos núcleos pelo Ministério do Esporte, por meio da Secretaria Nacional de Esporte Educacional que coordena o PST. Lembrando que esse livro também é denominado de 'livro branco', por ser a segunda obra relacionada à capacitação dos professores do PST. O livro anteriormente utilizado como apoio no primeiro ciclo de capacitação dos coordenadores de núcleo é conhecido como 'livro verde', no qual também se encontra um capítulo relacionado com a 'Metodologia do Ensino dos Esportes no marco do Programa Segundo Tempo'. Nos capítulos citados se explicam de forma resumida os conteúdos teóricos que dão sustentação à proposta pedagógica.

Neste trabalho se relaciona o método de ensino com os princípios:

- a) jogar para aprender;
- b) aprender jogando.

Estes dois princípios constituem a base pedagógica e metodológica para formulação das atividades direcionadas ao ensino dos esportes no PST.

Na concepção teórica deste livro, foram analisadas e ampliadas as propostas pedagógicas e metodológicas anteriormente formuladas para o ensino dos esportes no PST.

O presente capítulo descreve uma concepção pedagógica contemporânea do ensino-aprendizagem do esporte para o PST. Levando a você, professor/monitor, um conjunto de jogos e exercícios já experimentados, já vivenciados e aplicados tanto em nossas atividades de pesquisa, quanto em nossas aulas com crianças e adolescentes dos grupos de PST. Temos certeza que essas sugestões auxiliarão não somente no planejamento das suas aulas, mas também para aproximar sua prática ao atendimento às necessidades relacionadas ao referencial teórico da proposta, e conseqüentemente levarão seus alunos a um aprendizado pleno de desafios, motivando-os cada dia mais a participação no PST. Desenhamos, assim, um cenário favorável à implementação das ações relacionadas com o planejamento pedagógico, para sua concretização no dia a dia do PST, conforme solicita o manual de Implantação de Núcleos. As atividades propostas respeitam as necessidades dos diferentes contextos sócio-históricos e culturais, sendo sempre possível e desejado que você, professor, direcione as mesmas conforme as características específicas da sua região, do seu grupo, das experiências e vivências do seu grupo, que complemente

os jogos e atividades como as que você já experimentou, com as que você sempre trabalhou; procure analisar suas propostas tendo como referência o marco teórico do PST e integre as propostas neste texto a seu repertório, na sua 'bagagem, na sua memória de vida' etc. Certamente, o Manual para o ensino dos esportes no PST enriquece o acervo de cada um dos professores e monitores do PST, e pela sua vez o mesmo será enriquecido pelo seu aporte. No texto apresentamos uma visão prospectiva que permite pensar, refletir a prática e buscar o aperfeiçoamento da metodologia de ensino dos esportes no PST. Com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento dos alunos participantes, levando-os a auto-organização, a um constante aprender a aprender sem negligenciar as características socioculturais e ambientais, do local em que esse núcleo do PST se desenvolve.

No PST, consideramos o esporte como um vetor de educação e promotor de cidadania, certamente de qualificação dessa cidadania. O esporte é pedagógico, é educativo e sua prática permite inúmeras alternativas de fomento e de formação da personalidade.

O esporte nas suas raízes se vincula à humanidade, à cultura, à pluralidade, mas particularmente, para nós como professores, nos permite considerá-lo no seu viés pedagógico. Trata-se de uma oportunidade ímpar na qual por meio do esporte se induz à transformação da realidade social. Assim, nosso aluno tem participação ativa, se converte em interlocutor e produz diferentes interligações em domínios nos que se assumem e transmitem valores, normas, princípios. Assim, o aluno forja a construção da sua identidade, e se impulsiona na busca de novos desafios, novas possibilidades de vida, amplia sua compreensão do conceito qualidade de vida.

Portanto, o ensino-aprendizado dos esportes não se resume isoladamente a transmissão de técnicas, de gestos motores, ou de combinações táticas. O ato de ensinar esportes significa desenvolver e potencializar as capacidades, as habilidades, as competências dos alunos participantes do PST. Ao manifestar-se, ao assumir atitudes, quando expressar os sentimentos, não só de vitória ou derrota, o aluno do PST estará sintetizando o prazer, o companheirismo, a colaboração, a solidariedade com os outros colegas, sendo estas formas de expressão do seu comportamento, do desenvolvimento da sua personalidade.

O eixo norteador do ensino-aprendizagem dos esportes no PST se relaciona com os princípios:

- 1) jogar para aprender;
- 2) aprender jogando.

Portanto, é importante desenvolver o conhecimento do 'saber o que fazer' (que na psicologia do esporte é denominado de conhecimento declarativo), e ao mesmo tempo o 'saber como fazer' (denominado de conhecimento processual). Ambas as formas de conhecimento se complementam entre si, e se relacionam com aprender os esportes. Por exemplo, em uma situação de jogo no handebol, é necessário encontrar respostas à situação que se defronta, mas para se jogar e se ter sucesso no jogo, além de saber o que fazer, é necessário escolher uma técnica adequada e saber fazer, saber realizá-la. Assim, temos que no ensino dos esportes é necessário se desenvolver os processos de aprendizagem tática (saber o que fazer) e de aprendizagem motora (saber fazer).

Desta forma, na proposta metodológica sugerida, contemplamos a solicitação de um conceito de desenvolvimento humano pautado nas ideias sugeridas no relatório de Delors, publicado pela ONU (1996). Isto é, todo o processo de ensino-aprendizagem objetiva o desenvolvimento das alternativas para que a pessoa consiga aprender a:

- Ser;
- Fazer;
- Conhecer;
- Conviver.

No PST, por meio do esporte e ensinando o esporte no dia a dia, além de concretizar a proposta de Delors, teremos opções ou condições de nos aproximar do sonho desse grande pedagogo brasileiro, Paulo Freire (1996), que sempre nos relatava em suas obras a necessidade de se educar para a autonomia e de se educar para a libertação...

No *Manual para o ensino dos esportes no PST*, marcamos o ritmo da planificação das práticas. Sabemos que brincadeiras e jogos são vitais para os processos de crescimento e desenvolvimento (motor, cognitivo, social-afetivo e psicológico). A liberdade vivenciada pelas crianças e a ocupação do tempo livre com jogos e brincadeiras, propiciam a estimulação motora e cognitiva com amplitude significativa, o que favorece sobremaneira uma futu-

ra participação em atividades de exigência mais complexa nesses domínios, como é o caso da prática de esportes. Conforme nossa proposta, o desafio para todo o professor ou monitor consiste em resgatar as brincadeiras de rua das crianças de 'antigamente', tais como subir em árvores, jogar de mãe da rua, policiais e ladrões, bobinho, taco, ou 'bente altas' como se conhece em Minas Gerais, e muitas outras, e assim oportunizar a aquisição rica e variada de experiências de movimentos.

A aquisição de experiências pode acontecer de duas formas diferentes: incidental ou de forma intencional. O jogo, ou 'jogar' é uma das formas mais importantes de aprendizado incidental. Quando as crianças (mas também o adolescente e o adulto) jogam, elas criam mentalmente cenários de decisão, desenvolvem a percepção, atenção, as emoções envolvem o fazer, a imaginação leva criação etc. Quando se joga, ao jogar, não interessa quais sejam os jogos, se apresentam situações nas que surgem possibilidades de aprendizado incidental, e assim, quem joga aprende sem saber que está aprendendo... !!! Por isso, na proposta pedagógica do PST, são sugeridos dois processos de aprendizagem que antecedem aos processos de treinamento. Na proposta, dividem-se os processos de aprendizagem tática, e um outro de aprendizagem motora. Ambos precedem ao treinamento técnico-tático, que é específico do esporte formal.

Vamos a utilizar uma metáfora, diremos que o processo de aprendizagem tática objetiva que o aluno aprenda a 'ler' o jogo, isto é, 'saber o que fazer'. Sabemos que a 'leitura' do jogo se faz necessária para a compreensão a orientação e a tomada de decisão da pessoa na situação do jogo. O processo de aprendizagem motora visa que o aluno desenvolva sua capacidade de 'escrever' o jogo bem como de lhe oferecer um amplo 'vocabulário motor' (variabilidade). Isto vai lhe permitir melhor confecção de frases (fazer os gestos motores, em sequencias, fintas antes de realizar os fundamentos escolhidos para a ação). Ou seja, a aprendizagem tática permitirá desenvolver as ideias necessárias ao 'saber fazer', e o processo de aprendizagem motora o 'saber como fazer'.

Para auxiliar na planificação das aulas e conseguir aumentar a motivação dos alunos desde o seu início, reiteramos a sugestão realizada nos livros verde e branco: de construir as aulas preferentemente a partir da aprendizagem tática, isto é, começar com a apresentação de um jogo, construir o

conhecimento planificado para o dia a partir do jogo e de situações de jogo apoiadas nos elementos comuns (universais: passe, dribling, chute, etc.) das modalidades. Em um segundo momento da aula, o jogo deve ser complementado com atividades relacionadas com o processo de aprendizagem motora. Claro, muitos pensaram, mas nós fazemos atletismo, ou natação, ou uma das atividades ginásticas, ou peteca!!!! Não interessa qual modalidade, o jogo e a aprendizagem tática significa oportunizar transferência de informações, transferência de conhecimento!!!! De experiência. Outra dúvida que surge frequentemente refere-se à questão de quais são esses famosos elementos comuns, que denominamos de Universais, dos esportes... São, por exemplo, em relação à técnica: o passe, a condução, o dribling, o chute, o lançamento etc. Em relação à tática: aspectos relacionados a processos cognitivos, tais como percepção, atenção, concentração, tomada de decisão, pensamento etc.. Estes se apresentam quando em um jogo se realizam, por exemplo, ações de sair da marcação, se oferecer, se orientar, cruzeiros, bloqueios, cortinas, tabelas etc.

Os parâmetros que constituem o processo de aprendizagem tática são:

- a) as capacidades táticas básicas;
- b) os jogos para o desenvolvimento da inteligência e criatividade tática;
- c) as estruturas funcionais.

Todos os jogos apresentados neste livro foram previamente experimentados pela equipe de trabalho, pelos monitores e voluntários dos laboratórios. Assim, os jogos relacionados com o desenvolvimento das 'Capacidades Táticas Básicas' permitem ao praticante compreender que nos esportes de invasão para se conseguir ganhar é necessário: acertar o alvo, transportar a bola para o objetivo, jogar em conjunto, criar superioridade numérica - ou seja, tirar vantagem tática -, reconhecer espaços, se oferecer se orientar, superar o adversário). Nesses jogos, se apresentam diferentes alternativas que com certeza poderão ser variadas, adaptadas etc pelo professor ao nível da turma, aos interesses da mesma configurando assim uma rica coleção para o dia a dia. Em relação aos jogos apresentados para o parâmetro 'Jogos para desenvolvimento da inteligência e criatividade tática' todos eles foram expe-

rimentados, jogados, e muito analisados, para depois ser novamente jogados até que os diferentes detalhes da estrutura organizacional do jogo, das exigências que o mesmo coloca, das capacidades que ele solicita e desenvolve, etc. foram amplamente compreendidas. Nesse momento, foram colocados à disposição do leitor.

No Quadro 1 podemos observar resumidamente alguns dos jogos que se relacionam com os parâmetros inerentes às capacidades táticas básicas. Todos estes jogos você encontra detalhados nas páginas a seguir.

Parâmetro	Nome do jogo	Joga-se com
Acertar o alvo	Jogos de pontaria	Mão, pé, raquete
Transportar a bola para o objetivo	Jogo da Velha na forma de estafetas, com estafetas e trocas de posições	Mão, pé, raquete
Jogo em conjunto	Soma de passes	Mão, pé
Criar superioridade numérica - Tirar vantagem tática	'bobinho' 2x1, de 3x2. Jogo dos Dois Setores...	Mão, pé
Reconhecer espaços	Jogo de cair no bambolê. Jogo das três equipes	Mão, pé
Se oferecer se orientar	Jogo do gol central	Mão, pé
Superar adversários	Jogo dos setores	Mão, pé

Quadro 1 - Capacidades táticas básicas e exemplos de jogos para seu desenvolvimento

Fica então o desafio, quantos jogos você conhece? Vamos procurar classificá-los conforme suas exigências em um desses parâmetros? Caso tenha dúvidas, mande para nosso correio eletrônico. Vamos estudá-los, vamos jogá-los e vamos mandar resposta para você, assim em próxima publicação muitos mais colegas poderão compartilhar dessa interação. Disponibilizaremos a mesma aos outros milhares de colegas que trabalham no PST.

Quantos jogos podemos criar a partir de diferentes combinações, de diferentes ideias suas e de seus alunos, para desenvolver esses parâmetros necessários a complementar o processo de aprendizagem tática? A imagina-

ção de professores e alunos contribui para o surgimento de muitas variações em relação aos jogos. Jogue, desenvolva opções de aprendizagem incidental.

Parâmetro	Agrego pela minha experiência... Nome do jogo	Joga-se com
Acertar o alvo		Mão, pé, raquete
Transportar a bola para o objetivo		Mão, pé, raquete
Jogo em conjunto		Mão, pé, raquete
Criar superioridade numérica		Mão, pé, raquete
Reconhecer espaços		Mão, pé, raquete
Se oferecer se orientar		Mão, pé, raquete
Superar adversários		Mão, pé, raquete

Continuação: Quadro 1 - Capacidades táticas básicas e exemplos de jogos para seu desenvolvimento

Outro momento muito estudado pelos nossos grupos de pesquisa relaciona-se com o desenvolvimento de jogos em situações, utilizando as 'Estruturas Funcionais'. Neste caso, na metodologia, mudamos do princípio jogar para aprender, agora ao se realizar atividades nas 'Estruturas Funcionais', estamos seguindo o princípio de aprender jogando. Neste *Manual para o ensino dos esportes no PST*, as atividades estão divididas em três níveis de dificuldade, isto é, estão relacionadas com três possíveis níveis de experiência do seu aluno: Inicial, Intermediário, Avançado. Esta classificação é somente uma sugestão para o professor, para o monitor, pois somente você conhece seu grupo, você o conhece melhor que ninguém, portanto você poderá determinar qual atividade apresenta um desses níveis de dificuldade, e assim iniciar o planejamento e a distribuição dos conteúdos adaptando-os ao seu grupo. Em cada atividade ou em cada jogo, as variações de dificuldade para mais ou para menos sempre serão possíveis. Você professor/monitor deve estar atento para melhor 'encaminhar' o aluno ao sucesso. Também destacamos que algumas das atividades, por exemplo, de handebol, jogar 1 x 1 + 1, nível intermediário, podem ser adaptadas para o futsal, e aplicadas no nível iniciante dessa turma ou outras combinações que você professor/monitor considere importantes.

Entre as atividades descritas para se trabalhar as 'Estruturas Funcionais', por exemplo, as estruturas ou constelações de jogo 1 x 0, ou na de 1 x 0 + 1, são consideradas como básicas a qualquer modalidade. Por esse motivo, desenvolveremos, no *Manual para o ensino dos esportes no PST*,

jogos a partir da estrutura 1 x 1 + 1, também divididas nos níveis: inicial, intermediário e avançado. Queremos nessa concepção de trabalho desenvolver nos alunos do PST a capacidade de jogar diferentes modalidades esportivas a partir do próprio jogo, como ele jogava quando estava na rua. Ou seja, seguir o princípio de jogar para aprender, e aprender jogando. Nas Estruturas Funcionais se joga para aprender e também se aprende jogando, seja nas constelações de 1 x 1 + 1, de 2 x 2, com ou sem curinga, com superioridade ou inferioridade numérica etc. Colocamos que se joga para aprender, pois os participantes por meio de situações de jogo com poucos participantes (2 x 2/ 3 x 3 etc.) podem exercitar a sua criatividade e inteligência na busca de soluções aos problemas presentes durante o jogo. Mas também afirmamos que nas Estruturas Funcionais se joga para aprender, pois, por meio de situações de jogo com poucos jogadores se têm mais oportunidades de ter contato com a bola, se ataca e se defende se joga como no jogo competitivo, mas com menos participantes, em espaços e com quantidade de participantes que o professor deverá ir modificando, de forma a oferecer sempre novos desafios de aprendizado aos alunos do PST.

Da mesma forma que organizamos o processo de aprendizagem tática, a seguir, descreveremos como planejamos o processo de aprendizagem motora. Neste caso devemos considerar que para um adequado processo de aprendizagem motora é necessário se desenvolver dois conteúdos: por um lado trabalhar as capacidades coordenativas e por outro desenvolver as habilidades técnicas. Poderíamos afirmar que estes conteúdos dão corpo à ideia de 'saber fazer', que a criança consiga realizar os gestos os movimentos, isto

é prepará-la para 'saber executar', que consiga realizar com sucesso diferentes exercícios, diferentes atividades que solicitam sua competência motora.

O processo de aprendizagem tática se complementa com o processo de aprendizagem motora. Ou seja, saber ler o jogo, ter boa leitura do mesmo, que caracteriza uma adequada capacidade tática não é suficiente para se jogar bem. Para jogar também é esperado que o aluno consiga resolver, do ponto de vista motor, as exigências que o jogo lhe apresenta nesse momento. Isto é, a leitura do jogo somente não é suficiente, saber o que fazer, mas não saber fazer/realizar a resposta necessária não leva ao sucesso no jogo e conseqüentemente não traz uma situação de felicidade, de alegria, de confiança, para o praticante. Por isso, o processo de aprendizagem tática necessita ser complementada com o saber 'escrever' o jogo com o saber fazer, saber realizar os gestos técnicos necessários para resolver as situações de jogo que se defrontam. Mas, no *Manual para o ensino dos esportes no PST* resulta importantíssimo destacar que propomos um afastamento dos perigos presentes nas metodologias de iniciação no esporte aplicando o método analítico. Também daquelas metodologias que induzam a uma possível especialização precoce. Negamos aquelas propostas que conduzam nossas crianças a uma formação de estereótipos motores, bem como a uma limitação da sua criatividade, que a levam a repetir gestos sem contextualização, sem opção a não ser aquele do padrão 'ideal' de um movimento.

Por isso, no *Manual para o ensino dos esportes no PST*, se propõe de forma reiterada, jogar para aprender, resgatando jogos da cultura popular, continuamente com propostas de atividades e exercícios para desenvolver a coordenação e as habilidades (técnicas), pois nestas não há 'o padrão' um modelo ideal de movimento, um gesto técnico específico. Temos sim movimentos que serão mais ou menos coordenados, sem ter que estar dependentes de um aparente modelo ideal. Ao realizá-los procura-se uma solução para a tarefa ou problema motor que se coloca na prática. Nessa perspectiva se constroem os princípios pedagógicos do PST acima citados, do jogar para aprender e do aprender jogando, desenvolvendo paralelamente a capacidade motora por meio de um adequado e progressivo processo de aprendizagem motora.

Por outro lado, concordamos com a colocação de Merleau-Ponty (1999) quando destaca que aprender não significa ser capaz de repetir o mesmo gesto, mas que perante a situação, dar uma resposta adaptada por meios diferentes. Isto solicita, portanto, o desenvolvimento da coordenação

motora, uma capacidade básica que nos permite realizar movimentos.

As capacidades coordenativas sustentam e possibilitam a realização de movimentos, de se concretizar a ação por meio de uma coordenação motora. Segundo Bernstein (1967), coordenação motora se considera como um processo de educação do domínio dos graus de liberdade redundantes do organismo ao realizar um movimento. Isto é, coordenar um movimento significa - além de dar significado a ele -, colocar uma ordem temporal e espacial nesse movimento na situação em que este é solicitado. Incorpora-se uma intencionalidade ao movimento, isto é, direciona-se a resolver uma tarefa, portanto, considera ele como uma ação motora. O desenvolvimento das capacidades coordenativas, da coordenação e das habilidades faz parte do processo de aprendizagem motora. Ambos se relacionam com os processos de desenvolvimento humano, nomeadamente o motor que se apresenta como um processo de "ordenamento sequencial, em que a sequência dificilmente se altera, mas a velocidade de desenvolvimento difere de indivíduo para indivíduo" (TANI, 2008, p. 14).

Neste livro, objetivamos levar aos coordenadores de núcleo, aos professores e monitores que trabalham no dia a dia com o Projeto Segundo Tempo jogos e atividades que podem ser combinados de mil e uma formas diferentes, como explicaremos do capítulo 5. O desejo é subsidiar de forma simples, clara e concreta a práxis do docente, auxiliando-o com este material didático, mas também convidando-o a elaborar variações, junto com os alunos. A biografia de movimento do aluno do PST se constrói por meio da aquisição de experiências de movimentos de forma incidental durante muitos anos, resgatando jogos e brincadeiras populares, jogar para aprender. A tarefa do professor e do monitor se constitui na organização e planejamento de jogos e atividades que estimulem que possibilitem essa forma de aprendizado, e essa não é uma tarefa fácil, requer compromisso e muita dedicação ao estudo e ao trabalho. Ao estudo das obras de referência, ao trabalho de planificar e colocar em prática, corrigindo, melhorando constantemente.

Na sequência do processo de ensino-aprendizagem proposto neste capítulo aos conteúdos inerentes à aprendizagem tática, seguem-se os conteúdos relacionados à aprendizagem motora. Assim, após desenvolver os conteúdos do treinamento da coordenação ofertam-se atividades para desenvolver as denominadas 'Habilidades Técnicas'. Oito parâmetros constituem as mesmas, um conjunto de habilidades que são comuns a todas as modalidades esportivas e que fazem uma espécie de 'ponte' entre a coordenação



e a técnica (considerada como fundamento específico de uma modalidade) propriamente dita dos esportes. Muitas atividades podem ser combinadas e realizadas com a mão, com o pé, com a raquete e o bastão. Portanto, solicitamos ao professor que sempre procure desenvolver um desses parâmetros, por exemplo, organizar os ângulos, e realizar a atividade com a mão, com o pé e com uma raquete ou bastão. Desta forma, teremos segurança de que todas as alternativas motoras, todas as possibilidades de coordenação do movimento foram atendidas. Para que seja ainda mais completo, essa habilidade pode ser colocada na situação de realizá-la sendo submetida aos condicionantes de pressão colocados para melhoria da coordenação.

Segue exemplo para melhor compreensão:

‘Organização ou controle dos Ângulos’: são atividades que visam oportunizar “a melhoria das sensações sensório-motoras, nas quais a tarefa solicita regular e conduzir de forma precisa a direção de uma bola lançada, chutada ou rebatida” (KRÖGER; ROTH, 2002, p. 142). No Quadro 2 apresentamos um exercício para desenvolver este parâmetro.

Atividade: acerte o seu!!!

**Descrição:** Colocar os alunos em duplas e no chão colocar, entre eles, dois bambolês em distâncias reguladas conforme o espaço. Os dois alunos um de frente para o outro devem tentar acertar a bola no arco que estiver mais perto do colega. Os lançamentos são alternados com a mão e com o pé, portanto, se utilizam bolas de cores diferentes ou de modalidades diferentes.

**Variação:** Qual dupla acerta mais vezes (pressão de precisão), qual dupla acerta, por exemplo, três vezes mais rápido (pressão de tempo). Alternativa, qual dupla faz mais lançamentos/chutes diferentes acertando os bambolês (variabilidade).

Quadro 2 - Exercício para desenvolvimento da habilidade técnica ‘organização e controle dos ângulos’



Neste manual das práticas, descrevem-se jogos e exercícios que oportunizam a recuperação do ensino dos esportes por meio do brincar, da procura de formas naturais de movimentos (entendidos como o decorrer têmporo-espacial da ação comportamento motor). Sem pressão de tempo, sem querer ganhar um jogo, sem especialização precoce e sem repetição monótona, com qualidade, com paciência, com aumento da variabilidade das atividades diariamente, passo a passo, com paixão e coragem. Sem copiar modelos estereotipados de atletas de alto rendimento, que são muitas vezes impostos às crianças em idades precoces, abolir a premissa de ‘buscar resultados’ quanto antes melhor. Oportunizar ao aluno aprender sem saber que está aprendendo.

O desenvolvimento das capacidades caracteriza trabalhar nas diferenças individuais no nível de ‘potencialidades’ do aluno do PST, no nível das funções dos processos internos necessários à regulação psicomotora das ações. As capacidades constituem o pré-requisito para mais de uma estrutura de diferentes movimentos e apresentam uma amplitude e generalização variada, comum a todos os esportes, essa é a sua principal característica. Propomos paralelamente desenvolver as habilidades, a aptidão, a competência e de certa forma a inteligência tática e motora. Os processos de aprendizagem tática e de aprendizagem motora devem ser entendidos como uma orientação para o desenvolvimento das capacidades do aluno do PST. Assim, uma quantidade variada, rica e criativa de experiências de movimentos em todas as áreas sem a especificidade do esporte, é oferecida paralelamente nesses dois momentos. Por meio de jogos e brincadeiras (jogar para aprender) de diferentes jogos são gradativamente incorporadas experiências motoras, que permitem a integração e cooperação posteriormente no aprendizado das técnicas específicas para todos os esportes. O objetivo principal é a expansão de todas as capacidades cognitivas-sociais-afetivas-motoras em uma base ampla que sirva de reserva, para facilitar, futuramente, o aprendizado específico. O ensino-aprendizagem no PST é um processo temporal em longo prazo, em vários estágios, com o objetivo de formação, preparação para uma prática constante e salutar do esporte. Postula-se que a partir dos elementos comuns dos esportes, dos parâmetros comuns constitutivos da tática e da técnica que estão presentes nas diferentes modalidades esportivas, pode-se construir um conjunto de atividades que permitam o desenvolvimento da lógica e da compreensão tática do jogo sem submeter crianças e iniciantes, em geral, aos desgastantes processos de repetição de técnicas para logo

depois que estas são dominadas possa se jogar. Também postulamos que é possível por meio do desenvolvimento da coordenação e de um conjunto de habilidades técnicas oportunizar o processo de melhoria da capacidade de realizar movimentos, o que leva a maior autonomia de decisão.

Assim, todo processo de ensino-aprendizado solicita a interação entre quem ensina e quem aprende, depende das relações e interações que se desenvolvem entre as pessoas. Portanto, o processo de ensino-aprendizagem deve incentivar gradativamente seus alunos à construção de uma ideia, de um conceito, dia após dia é necessário se 'aprender a aprender'. Isto é, se conseguir a autonomia, oportunizar a própria libertação, pois a aprendizagem é um processo contínuo que não pode ter interrupções.

Já colocamos em outros textos que ser professor é fácil. Mas ser um bom professor solicita coragem, dedicação, paixão, muito estudo, e principalmente a necessidade interna de somente se sentir realizado quando nosso aluno avança, aprende, se desenvolve, adquire autonomia, levanta voos cada vez mais altos.

Boa leitura! use os jogos e atividades aqui propostas de forma crítica. Experimente, modifique, adapte, mas não desista.

**Nosso e-mail para sugestões de jogos e/ou atividades de coordenação ou habilidades, copie o formato do Manual para o ensino dos esportes no PST e envie para nós. Agradecemos antecipadamente: [ceca\\_ufmg@yahoo-grupos.com.br](mailto:ceca_ufmg@yahoo-grupos.com.br)**