

A PRÁTICA DO ATLETISMO EM TEMPOS DE PANDEMIA: SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DOS ESTUDANTES

ALEXANDRE JUNIOR MENDES DA SILVA*, licenciado em Educação pela FEF - UFMT
THALLES BENEDITO DA SILVA*, licenciado em Educação Física pela FEF - UFMT
*Professores da Escola Estadual Governador José Fragelli - MT

Trata-se de um relato de experiência pedagógico realizado na disciplina de prática esportiva Atletismo com alunos matriculados na modalidade da Escola Estadual Governador José Fragelli, uma escola vocacionada ao esporte. Nesse sentido, o trabalho apresenta as ações desenvolvidas por meio do ensino remoto, bem como os alunos na situação do apostilado por motivo da pandemia devido ao Covid-19. O trabalho tem por objetivo relatar a experiência pedagógica com a apropriação do Atletismo com ênfase na promoção da saúde e qualidade de vida de seus estudantes. É inegável não mencionar a relação da atividade física e do exercício físico com o nosso sistema imunológico, com fatores ligados ao sedentarismo e psicológicos em tempos de pandemia devido ao isolamento social. Nessa perspectiva, o ensino do Atletismo não trabalha somente o véis da técnica, o fazer por fazer ou da performance esportiva, buscamos ir além, pensar na saúde do estudante e a importância de estar em movimento em sua casa e o mesmo compreender tanto na perspectiva conceitual como procedimental a importância do Atletismo para a sua saúde e qualidade de vida refletindo em suas atitudes. A pesquisa se apresenta em abordagem qualitativa. Utilizando-se do referencial teórico da pesquisa-ação, abordando algumas possibilidades da utilização do Atletismo como objeto da promoção da saúde e qualidade de vida dos alunos matriculados na disciplina dos anos finais do Ensino Fundamental e do Ensino Médio. Nesse sentido foi planejado uma ação utilizando dos treinamentos funcionais adaptados com a perspectiva técnica do Atletismo, já que o mesmo possui os elementos naturais do homem (andar, correr, saltar e lançar) e adaptar para as condições que o aluno encontrará em sua casa. Com o intuito de treinar/desenvolver os componentes da aptidão física relacionados a saúde. Nesse seguimento, nos apropriamos de algumas ferramentas digitais, tais como: WhatsApp, Microsoft teams, youtube e construção de apostilas para os alunos sem acesso a internet dotando da mesma perspectiva. No ensino remoto, as aulas são gravadas e ao vivo, como feedback os alunos retornam vídeos da execução dos movimentos propostos no dia, os alunos do ensino apostilado fica disponibilizado o contato do professor em caso de dúvidas, os mesmos recebem ligações para sanar dúvidas da proposta. A partir do retorno dos alunos, fotos/vídeos, rodas de conversa/debate, percebe-se a interação dos alunos com a proposta algo, satisfatório, mas que ainda necessita de cuidados uma vez que estamos a distância. Os alunos apresentam proposta de atividades adaptando as mesmas para a sua realidade o que vai de encontro com as questões do protagonismo e a autonomia dos alunos. Por fim, notamos que os alunos estão (re)conhecendo o Atletismo como uma prática da cultura corporal, sendo capaz de discerni-las de outras práticas, adotando uma postura autônoma na seleção de atividades e procedimentos para a manutenção ou aquisição de saúde. Conforme nossos encontros virtuais os alunos vão sanando as dúvidas e compreendendo a relação da sua prática esportiva e a necessidade de ficar em casa se movimentando para a manutenção da sua saúde e qualidade de vida.