



Simpósio de Integração Acadêmica

“Ciências Básicas para o Desenvolvimento Sustentável”

SIA UFV 2023



UMA ESCOLA DA BOLA PARA INICIANTES AOS JOGOS ESPORTIVOS

Ronald Q. Mendes¹ (Bolsista PIBEX), Alyne A. A. Rodrigues¹ (Mestranda), Mariana C. Lopes¹ (Coordenadora),
¹Departamento de Educação Física - Universidade Federal Viçosa, Viçosa, MG, Brasil

Palavras-chave: Iniciação esportiva, criança, saúde

Projeto de extensão – Área: Ciências da Saúde – **Subárea:** Educação Física

Introdução

O jogo com bola é muito adorado pelas crianças, independentemente de sua classe social. Entretanto, o trânsito, construções ou o nível de violência elevado, por exemplo, dificultam a prática esportiva em ambientes externos. Por isso, cada vez mais crianças conhecem o brincar apenas em uma tela de computador ou em manetes de vídeo game. Segundo dados da Organização Mundial de Saúde (OMS, 2011), somente 21% das crianças alcançam a quantidade mínima de atividade física recomendada pela instituição.

Objetivos

Resgatar a cultura do jogo de rua, por meio da realização de atividades lúdicas em forma de jogo e brincadeiras, buscando desenvolver as capacidades motoras e cognitivas das crianças, além de valores sociais.

Material e Método

Amostra:

Alunos das salas 4 e 5 do LDH, do turno da manhã e da tarde. Crianças de outras instituições de ensino, na faixa etária de 3 a 10 anos de idade. Aproximadamente 140 crianças no total.

Procedimentos:

- As aulas são realizadas duas vezes na semana para cada turma, com duração média de 50 minutos cada.
- Aulas de iniciação esportiva por meio da metodologia da Escola da Bola. Os conteúdos são jogos e brincadeiras diversificadas, sem foco em nenhum esporte em específico. Nossas atividades utilizam diferentes partes do corpo (p.ex. pé, mão, cabeça, etc.), além de diversos materiais (p.ex. raquete, caixas, bambolês, etc.) e bolas.



Resultados e Discussão

- No período de maio a agosto de 2023, foram realizadas mais de 80 aulas.
- Pode-se observar grande evolução nos aspectos de equilíbrio, habilidades motoras básicas de locomoção, principalmente de correr e saltar, assim como, as habilidades manipulativas (conduzir, lançar, chutar).
- Desenvolvimento de valores morais, éticos e sociais, como o respeito com os colegas de sala e professores e respeito a vez do outro.
- Melhora em lidar com as próprias emoções e sentimentos, principalmente relacionados à frustração; assim como na resolução de problemas de forma autônoma.



Conclusões

O projeto tem alcançado a maior parte de seus objetivos, sendo que há uma boa aceitação das atividades pelas crianças e do grupo docente da instituição.

Agradecimentos

Equipe e coordenação do LDH e ao Departamento de Economia Doméstica da UFV