

RELATO DE EXPERIÊNCIA: ATLETISMO NA ESCOLA — (1º SEMESTRE DE 2025)

¹Mateus Assis dos Santos

²Profa. Me. Ana Beatriz Fortes de Carvalho

³Profa. Me. Rosalba Ramos Reis

⁴Carlos Eduardo Cesar Mine

O presente relato descreve uma experiência pedagógica realizada na E.M. Prof. José Ezequiel de Souza em Taubaté-SP, com turmas do 6º e 7º anos do Ensino Fundamental II. Ao longo do 1º semestre de 2025, foi trabalhado o Atletismo — especificamente corrida de revezamento, salto em distância e arremesso de peso — como conteúdo estruturante da Educação Física escolar. Objetivo: O objetivo geral foi trabalhar essas três modalidades de forma integrada, promovendo aprendizagem técnica básica e engajamento dos estudantes, e, como objetivos específicos, desenvolver capacidades físicas e motoras (força, velocidade, coordenação, equilíbrio e propriocepção), estimular habilidades cognitivas (atenção, estratégia e resolução de problemas) e socioemocionais (cooperação, respeito às regras e comunicação), para além disso, objetivou-se valorizar a prática de atividade física no contexto escolar. Metodologia: As intervenções metodológicas seguiram por meio da organização da sequência didática, utilizando-se de recursos de atividades que previram estações em circuitos, desafios cooperativos, instrução breve, demonstrações e respostas, respeitando princípios de progressão, especificidade, inclusão e segurança; na corrida de revezamento enfatizou-se o passe do bastão em zonas de troca e a sincronização de ritmos; no salto em distância, as fases de corrida de aproximação, impulsão, voo e queda; no arremesso de peso, a técnica de empurrar e o alinhamento postural, com adaptações por meio de bolas medicinais quando necessário; ...em consonância com a literatura que sustenta o atletismo como conteúdo pedagógico potente para a formação integral — articulando dimensões motoras, cognitivas e socioemocionais na escola — (Matthiesen, 2014; Moura et al., 2016), observou-se participação de todos os estudantes, elevação da motivação e melhora significativa nas habilidades específicas (melhora na coordenação, passe e gestão do tempo nas trocas; maior controle de impulsão e de aterrissagem no salto; evolução do gesto técnico no arremesso com maior estabilidade postural), além de ganhos em tomada de decisão, respeito às regras, comunicação e cooperação; conclui-se que a abordagem progressiva e adaptada potencializou a aprendizagem significativa e a inclusão, fortalecendo a relação entre atividade física, atletismo e o desenvolvimento global dos alunos no ambiente escolar.

Palavras-chave: atletismo escolar; corrida de revezamento; salto em distância; arremesso de peso; Educação Física; Ensino Fundamental.

¹Mateus Assis dos Santos - Graduando em Educação Física, Universidade de Taubaté (UNITAU), Taubaté-SP.

²Profa. Me. Ana Beatriz Fortes de Carvalho - Professora no curso de Educação Física pela Universidade de Taubaté (UNITAU). Coordenadora do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID).

³Profa. Me. Rosalba Ramos Reis – Supervisora Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID).

⁴Prof. Carlos Eduardo Cesar Mine – Supervisor Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID)