

A PRÁTICA DO ATLETISMO COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL

Allison Pintos Sabedra ¹
Ana Carolina Wagner ²

RESUMO

O presente relato de experiência tem como eixo principal a prática do atletismo como ferramenta de inclusão e desenvolvimento social para crianças de uma escola periférica. Desenvolvido no contexto escolar, através do PIBID, o projeto teve como objetivo oportunizar o acesso ao esporte, promovendo o aprendizado técnico da modalidade e a formação cidadã dos estudantes através do acesso à cultura corporal do movimento, possibilitando que os estudantes fizessem da prática do atletismo um espaço de aprendizagem, participação e pertencimento. Os treinos ocorreram priorizando atividades adaptadas às faixas etárias e respeitando os diferentes ritmos de aprendizagem, prevalecendo a vivência das possibilidades da modalidade — corridas, saltos e arremessos — como experiências formativas baseadas na BNCC. Nesse processo, observou-se que a prática esportiva amadureceu a socialização entre os colegas, apresentando valores como cooperação, respeito e disciplina. O ambiente dos treinos tornou-se um espaço seguro de convivência, onde as crianças puderam perceber-se como praticantes da modalidade, fortalecendo sua identidade com o sentimento de pertencimento ao esporte, ambiente escolar e sociedade. Além das atividades regulares, a escola incentivou a participação em eventos esportivos abertos ao público, levando as experiências dos alunos além do espaço escolar. Estes possibilitaram maior interação com a comunidade em diferentes públicos, contribuindo para que os estudantes se reconhecessem como participantes ativos da sociedade. Ao vivenciarem as competições, passaram a compreender o esporte como uma oportunidade de pertencimento social e de construção de novas perspectivas de futuro. Como resultado, percebeu-se que o atletismo atuou diretamente na formação integral dos alunos, auxiliando no desenvolvimento físico, nas habilidades socioemocionais e comunicativas. A inserção em práticas coletivas e em eventos públicos favoreceu a autonomia e preparou os estudantes para desafios futuros, como a continuidade da formação escolar, assim, o esporte escolar mostrou-se um importante instrumento de transformação social e ampliação de horizontes.

Palavras-chave: Atletismo, Pertencimento, Ambiente Escolar.

INTRODUÇÃO

¹ Supervisor PIBID do Curso de **Educação Física** da Universidade Federal do Pampa - RS, allisonsabedra@unipampa.edu.br

² Graduando pelo Curso de **Educação Física** da Universidade Federal do Pampa - RS, anawagner.aluno@unipampa.edu.br



A Educação Física escolar tem sido cada vez mais desafiada a promover práticas pedagógicas que contemplem a diversidade presente no ambiente escolar. Nesse cenário, a inclusão social torna-se um princípio fundamental, exigindo dos professores estratégias que garantam a participação efetiva de todos os alunos.

Estes desafios são mais complexos em comunidades escolares das zonas periféricas que muitas vezes não possuem infraestrutura adequada para a sua realização, como também apresentam dificuldades na realização das práticas em virtude da falta de segurança.

De acordo com a Base Nacional Comum Curricular, a Educação Física deve assegurar o acesso às práticas da cultura corporal, promovendo experiências que valorizem as diferenças e incentivem a participação coletiva (BRASIL, 2018). Nesse sentido, o atletismo apresenta-se como uma possibilidade pedagógica relevante, pois envolve habilidades básicas como correr, saltar e lançar, comuns a todos os indivíduos.

Além disso, o atletismo permite adaptações que favorecem a inclusão, tornando-se uma ferramenta potente para o desenvolvimento social e educacional dos alunos. Assim, este estudo busca refletir sobre o papel do atletismo como prática inclusiva no contexto escolar, sendo realizado em parceria com o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação a Docência

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como um relato de experiência, com abordagem qualitativa, desenvolvido no contexto do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência, em uma escola pública de educação básica, envolvendo turmas do ensino fundamental, tanto dos anos iniciais quanto dos anos finais.

A pesquisa está fundamentada na perspectiva da pesquisa participante, na qual o professor/pesquisador atua diretamente no processo pedagógico, buscando compreender e transformar a realidade educacional. Conforme aponta Demo (2004, p. 36), a pesquisa participante implica envolvimento ativo do pesquisador com o contexto investigado.

Segundo Carlos Rodrigues Brandão, a pesquisa participante é uma abordagem metodológica que rompe com a ideia tradicional de pesquisa neutra e distante, colocando o



pesquisador como sujeito ativo no processo social investigado, em interação direta com os participantes.

Para Brandão, a pesquisa participante não se limita à coleta de dados, mas envolve compromisso social, diálogo e transformação da realidade. Nesse sentido, ela é construída coletivamente, valorizando os saberes dos sujeitos envolvidos.

As intervenções foram realizadas após as aulas da escola, todas as sextas-feiras às 17:30, com a participação de aproximadamente 40 estudantes, com idades entre 7 e 15 anos incluindo alunos com diferentes níveis de habilidade motora, bem como distintos perfis sociais e educacionais. Também fizeram parte alunos com deficiência.

O contexto escolar apresentava diversidade significativa, o que demandou a adoção de estratégias pedagógicas inclusivas, voltadas à participação de todos.

As atividades foram organizadas a partir dos conteúdos do atletismo, focando principalmente em atividades lúdicas, onde buscou desenvolver o gosto pela prática das atividades.

- Corridas (velocidade, resistência e revezamento);
- Saltos (distância e altura adaptados);
- Lançamentos (com materiais alternativos e seguros).

As práticas foram desenvolvidas ao longo de todo o ano, cada aula com duração de aproximadamente 1h, sendo estruturadas em três momentos:

1. Aquecimento (geralmente com uma brincadeira que envolvesse corrida);
2. Desenvolvimento das atividades principais (atletismo adaptado);
3. Alongamento e conversa sobre a aula.





Local onde foram realizadas as aulas.

Fonte: autores.

Além das atividades desenvolvidas na escola, o grupo de corrida também participou de corridas na cidade, tais como o Circuito Uruguaianense de Corridas, promovido pela Associação de Corredores de Rua de Uruguaiana (ACORU), Circuito Sesc de Corridas. Os alunos também participaram de jogos escolares, tais como os Jogos Escolares do Rio Grande do Sul (JERGS) e os Jogos das Escolas Municipais de Uruguaiana (JOGUS).



Equipe da escola participando de um campeonato escolar.



REFERENCIAL TEÓRICO

O atletismo escolar pode ser considerado a modalidade básica para todas as demais unidades temáticas dentro da educação física, pois necessita de movimentos motores que serão utilizados nas demais, tal como corrida, salto, arremesso.

A esta inclusão da prática do atletismo no ambiente escolar, tem uma importância decisiva para a formação de crianças e jovens, na medida em que esta modalidade pode lhes proporcionar vivências e experiências básicas, fundamentais para o seu desenvolvimento motor. (BRAGADA, 2000).

Dentre as diversas práticas do atletismo, as corridas de rua tem ganhado bastante adeptos em nosso país, sendo praticadas tanto por adultos quanto em ambientes escolares. Diante desta grande adesão, a escola surge como um ambiente propício para desenvolver iniciação a modalidade.

De acordo com Valter Bracht (2005), o esporte deve ser compreendido para além do rendimento, sendo necessário ressignificá-lo no âmbito educacional, de modo que contribua para a formação crítica e emancipatória dos sujeitos. Nessa perspectiva, o atletismo pode ser trabalhado não apenas como prática técnica, mas como meio de desenvolvimento de valores como cooperação, respeito às diferenças e participação social.

O Coletivo de Autores (1992) reforça que a Educação Física escolar deve tratar a cultura corporal de forma crítica, possibilitando aos estudantes compreenderem e vivenciarem práticas corporais em suas múltiplas dimensões. O atletismo, por ser uma das manifestações mais antigas da cultura corporal, permite adaptações que favorecem a participação de todos, independentemente de habilidades prévias, gênero ou condição física.

Desta maneira, baseado no acima exposto, o atletismo pode ser uma ferramenta inclusiva nas práticas escolares, promovendo a atividade física em espaços que não necessitam de tanta estrutura para o seu desenvolvimento.

RESULTADOS E DISCUSSÃO



A implementação das atividades de atletismo evidenciou resultados significativos no que se refere à inclusão social dos participantes, especialmente no contexto escolar e/ou em projetos vinculados à iniciação esportiva. Observou-se que, por se tratar de uma modalidade com ampla possibilidade de adaptação — envolvendo corridas, saltos e lançamentos — o atletismo favoreceu a participação de estudantes com diferentes níveis de habilidade, ampliando o engajamento coletivo.

Inicialmente, foi possível identificar um aumento progressivo na participação dos alunos que, em contextos tradicionais de práticas esportivas, tendiam à exclusão, sobretudo aqueles com menor domínio técnico ou menor aptidão física. A diversificação das atividades, com uso de materiais alternativos e adaptação das regras, contribuiu para a construção de um ambiente mais acolhedor e democrático. Esse resultado dialoga com as proposições de Elenor Kunz (2001), ao defender uma abordagem crítico-emancipatória que valoriza o movimento como forma de expressão e inclusão.

Outro aspecto relevante refere-se ao desenvolvimento de atitudes relacionadas à cooperação, respeito às diferenças e trabalho em grupo. Durante as atividades, observou-se que os estudantes passaram a valorizar não apenas o desempenho individual, mas também o esforço coletivo, resignificando a lógica competitiva tradicional do esporte. Tal constatação está alinhada com Valter Bracht (2005), que aponta a necessidade de reconstrução do esporte no contexto educacional, priorizando sua função social e formativa.

Além disso, verificou-se que o atletismo contribuiu para o fortalecimento da autoestima dos participantes. Alunos que inicialmente demonstravam resistência ou insegurança passaram a se envolver de maneira mais ativa, especialmente quando suas potencialidades foram reconhecidas em diferentes provas (como corridas de resistência, saltos ou arremessos). Esse processo reforça a ideia de que o esporte, quando pedagogicamente orientado, pode atuar como instrumento de valorização individual e inclusão social, conforme defendido por Mauro Betti (1991).

No que se refere às orientações curriculares, os resultados observados estão em consonância com a Base Nacional Comum Curricular (2018), que propõe a valorização da diversidade e a garantia de participação de todos os estudantes nas práticas corporais. O



atletismo, nesse sentido, mostrou-se uma ferramenta potente para concretizar tais diretrizes, sobretudo quando trabalhado de forma inclusiva e contextualizada.

Entretanto, também foram identificados desafios no processo de implementação. Entre eles, destacam-se a limitação de espaço físico adequado, a escassez de materiais específicos e, em alguns casos, a resistência inicial dos estudantes frente a práticas menos tradicionais no ambiente escolar. Tais dificuldades exigiram a adoção de estratégias pedagógicas criativas, como a utilização de materiais alternativos e a flexibilização das atividades, reforçando o papel do professor como mediador do processo educativo.

Outro ponto que contribuiu bastante no desenvolvimento das atividades foi a participação das famílias durante as atividades, por ser realizado no horário em que os pais/responsáveis não estão trabalhando, houve a possibilidade de acompanhamento das aulas, o que acabou gerando mais segurança para os praticantes.

Dessa forma, os resultados indicam que a prática do atletismo, quando desenvolvida a partir de uma perspectiva inclusiva e pedagógica, contribuiu significativamente para a promoção da inclusão social. Mais do que uma prática esportiva, o atletismo se consolida como um espaço de vivência, interação e construção de valores, favorecendo a formação integral dos sujeitos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das análises realizadas, evidencia-se que a prática do atletismo, quando orientada por uma perspectiva pedagógica inclusiva, configura-se como uma importante ferramenta de promoção da inclusão social no contexto educacional. Sua diversidade de provas e possibilidades de adaptação permite que estudantes com diferentes habilidades, interesses e condições participem de forma ativa e significativa, contribuindo para a democratização do acesso às práticas corporais.

Os resultados indicam que o atletismo favorece não apenas o desenvolvimento de habilidades motoras, mas também a construção de valores fundamentais, como respeito às diferenças, cooperação, autonomia e valorização do outro. Nesse sentido, a prática esportiva deixa de ser centrada exclusivamente no rendimento e passa a assumir um papel formativo,



alinhando-se às concepções defendidas por Valter Bracht e Elenor Kunz, que compreendem o esporte como um fenômeno cultural e educativo.

Além disso, destaca-se a relevância do papel do professor como mediador desse processo, sendo responsável por adaptar conteúdos, metodologias e estratégias de ensino que garantam a participação de todos. A atuação docente, fundamentada em princípios críticos e inclusivos, mostra-se essencial para ressignificar o atletismo no ambiente escolar, aproximando-o das diretrizes propostas pela Base Nacional Comum Curricular (2018), especialmente no que se refere à valorização da diversidade e à inclusão.

Entretanto, também se reconhecem os desafios enfrentados, como limitações estruturais, falta de materiais e a predominância de uma cultura esportiva ainda voltada ao desempenho. Tais aspectos reforçam a necessidade de investimentos em formação docente, políticas públicas educacionais e valorização da Educação Física escolar como componente curricular essencial.

Por fim, conclui-se que o atletismo, ao ser trabalhado de forma crítica, reflexiva e inclusiva, ultrapassa sua dimensão esportiva e se consolida como um instrumento de transformação social. Assim, sua inserção qualificada no contexto escolar contribui para a formação integral dos estudantes, promovendo não apenas o desenvolvimento físico, mas também a construção de sujeitos mais conscientes, participativos e socialmente integrados.

AGRADECIMENTOS

CAPES (Coordenação de Aprimoramento de Aperfeiçoamento de Nível Superior)

REFERÊNCIAS

BETTI, Mauro. Educação Física e sociedade. São Paulo: Movimento, 1991.

BRANDÃO, Carlos Rodrigues. Pesquisa participante. São Paulo: Brasiliense, 1984.

BRAGADA, José. O atletismo na escola: proposta programática para abordagem dos lançamentos “leves”. 2000.



BRACHT, Valter. Educação Física e aprendizagem social. Porto Alegre: Magister, 2005.

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: Ministério da Educação, 2018.

COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do ensino de Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.

KUNZ, Elenor. Transformação didático-pedagógica do esporte. 3. ed. Ijuí: Unijuí, 1994.

