

A Educação Física na formação de cidadãos saudáveis

Educação Física

Enviado por:

Postado em:05/05/2011

Tudo isto deve ser trabalhado já na infância, aliando a Educação Física à educação moral e intelectual, formando cidadãos conscientes e com senso crítico.

Éverton Oliveira - Redação Saúde Plena Enquanto disciplina escolar, a Educação Física significa muito mais do que simplesmente esporte e recreação. Mas essa visão é recente e ainda está longe de ser assim encarada com unanimidade, graças a uma série de preconceitos e obstáculos. Para que a Educação Física possa desempenhar plenamente o seu papel enquanto ferramenta disciplinar é preciso que profissionais (pedagogos, diretores e professores) e beneficiados (pais e alunos) tenham a consciência da importância dessa matéria. A Educação Física precisa ser vista como algo muito mais complexo e necessário do que uma série de aulas com brincadeiras sem propósito plausível. Ela ensina ao jovem os efeitos do movimento sobre o corpo, o que além de representar de maneira objetiva o que outras disciplinas curriculares apresentam – como a Biologia, por exemplo –, ainda possibilita a interação social e a adoção de hábitos mais saudáveis desde cedo. O desenvolvimento de habilidades motoras e a interação com um conjunto de movimentos corporais que ajudam nos processos cognitivo, psicológico e de sociabilidade e visão cidadã também são características associadas à Educação Física. Tudo isto deve ser trabalhado já na infância, aliando a Educação Física à educação moral e intelectual, formando cidadãos conscientes e com senso crítico. As aulas precisam ter dois ingredientes básicos: planejamento e motivação. É preciso fazer com que todos os alunos, sobretudo os que possuem limitações físicas e técnicas, se interessem pela atividade, mas sem imposição e sim, aprendizado. Para isso também é preciso ter criatividade para despertar o desejo dos jovens. A Educação Física deve aproximar o aluno de um conhecimento corporal de movimento, mas de uma forma completa, transmitir conhecimentos sobre a saúde, sobre várias modalidades do mundo dos esportes e do fitness. É preciso também que o conteúdo das aulas seja adaptado à individualidade de cada aluno e ao seu grau de desenvolvimento na atividade. É uma oportunidade de desenvolver potencialidades, buscando promover a inclusão. O professor tem de inovar e diversificar, pois o campo de trabalho envolve muitas atividades que podem ser trabalhadas com os alunos como jogos, competições, dança, música, teatro, expressão corporal, práticas de aptidão física, jogos de mímica, gincanas, leituras de textos, trabalhos escritos e práticos, etc. O campo é muito amplo. Basta o professor ser responsável, ter seriedade e muita criatividade. É um trabalho que requer muita criatividade e suor, mas os resultados valem a pena! Este conteúdo foi acessado em 05/05/2011 no sítio Saúde Plena. Todas as informações nela contida são de responsabilidade do autor.