

**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
UNIVERSIDADE FEDERAL DE VIÇOSA - CAMPUS FLORESTAL INSTITUTO  
DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**GUILHERME LEITE DE OLIVEIRA**

**Residência Pedagógica: descrição de uma vivência e experiência de  
trabalho através da ginástica**

**FLORESTAL – MINAS GERAIS 2023**

**GUILHERME LEITE DE OLIVEIRA**

**Residência Pedagógica: descrição de uma vivência e experiência de trabalho através da ginástica**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade Federal de Viçosa UFV - Campus Florestal, como parte dos requisitos para obtenção do título de licenciado em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Neilton de Souza Ferreira Junior.

**FLORESTAL – MINAS GERAIS  
2023**



**Ministério da Educação**  
**Universidade Federal de Viçosa**  
**Campus Florestal**  
**Instituto de Ciências Biológicas e da Saúde**  
**Licenciatura em Educação Física**

---



### **TERMO DE APROVAÇÃO**

#### **Residência Pedagógica: descrição de uma vivência e experiência de trabalho através da ginástica**

Guilherme Leite de Oliveira

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado no dia 14 de dezembro de 2023, como defesa no SEMINÁRIO DE DEFESA DE TCC. O candidato foi arguido pela Banca Examinadora composta pelos professores abaixo assinados.

---

Neilton de Sousa Ferreira Júnior  
Coordenador da Disciplina EFF 497  
Presidente da Banca e Orientador

---

Juliana de Oliveira Torres  
Professora Convidada  
Avaliadora interna à UFV

---

Dara Tatiane Gonçalves  
Professora Convidada  
Avaliadora externa à UFV

**FLORESTAL – MINAS GERAIS**  
**2023**

## **RESUMO**

Obedecendo a um formato de artigo, o presente trabalho visa descrever em forma de relato de experiencia, uma vivência a partir do ponto de vista do residente Guilherme Leite de Oliveira do programa residência pedagógica que aconteceu de maio a junho do ano de 2023. Na qual ele trabalhava ginastica com os alunos de primeiro, segundo e terceiro ano da Escola Estadual Serafim Ribeiro de Rezende. A construção da sequênciia para as aulas foi feita em conformidade entre o grupo de residentes (6 residentes) e o professor preceptor, na qual se apoiaram na BNCC, nas metodologias experimentadas na faculdade e na experientia de um dos alunos do grupo que foi ginasta. A organização dos residentes aconteceu no formato de revezamento de trios, cada trio deveria comparecer 2x na semana e os dias se alternavam entre segunda e quinta ou terça e sexta. As turmas de primeiro e segundo ano tinham apenas uma aula semanal e os terceiros anos contavam com 2 aulas semanais. Durante todo processo o grupo de residentes levaram em consideração os alunos como centralizadores das atividades, adaptando ou trocando tentando atender a necessidade dos mesmos. Concluo que o relato de experiencia se apresenta nesse contexto não apenas como um testemunho particular do cotidiano das experiencias pedagógicas, mas como possibilidade estratégica de avaliação.

**Palavras- chave:** Residência Pedagógica, Ginástica, Educação Física.

## **Sumário**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1. INTRODUÇÃO.....</b>                                | <b>6</b>  |
| <b>2. CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS .....</b>              | <b>10</b> |
| <b>3. DESENVOLVIMENTO DAS ATIVIDADES .....</b>           | <b>12</b> |
| 3.1 Contextualizando o conteúdo ginástica .....          | 11        |
| 3.2 Caracterizando o tempo, o espaço e o grupo .....     | 11        |
| 3.3 Aula 1: terça-feira, dia 02 de maio de 2023.....     | 12        |
| 3.3.1 Cambalhota!.....                                   | 12        |
| 3.4 Aula 2: segunda-feira, dia 08 de maio de 2023 .....  | 13        |
| 3.4.1 Coelhinho!.....                                    | 13        |
| 3.5 Aula 3: terça-feira, dia 16 de maio de 2023.....     | 14        |
| 3.5.1 De cabeça para baixo .....                         | 14        |
| 3.7 Aula 6: terça-feira, dia 05 de junho de 2023.....    | 16        |
| 3.7.1 Folga antes da apresentação.....                   | 16        |
| 3.8 Aula 7: segunda-feira, dia 12 de junho de 2023 ..... | 17        |
| 3.8.1 E chegou o grande dia! .....                       | 17        |
| <b>4. RESULTADOS .....</b>                               | <b>19</b> |
| <b>5. CONSIDERAÇOES FINAIS.....</b>                      | <b>21</b> |
| <b>6. REFERÊNCIAS .....</b>                              | <b>22</b> |

## **INTRODUÇÃO**

O Programa Residência Pedagógica (PRP), regulamenta a concessão de bolsas para graduandos que participam de estágios de residência pedagógica e que estão devidamente matriculados em cursos de licenciatura, tendo concluído pelo menos 50% do respectivo curso. Esse trabalho tem efeito substitutivo de 3 módulos do estágio obrigatório. A importância do PRP se expressa pela capacidade de contribuir com o processo de formação teórico e prático dos residentes, estabelecendo uma distinta conexão entre aluno-residente-preceptor, induzindo assim à pesquisas colaborativas e diálogos entre escola e universidade (CAPES, 2018).

Pensando especificamente na contribuição teórico-prática, o PRP possibilita criar e recriar estratégias na forma de trabalhar do professor a partir de projetos e atividades pedagógicas, esportivas, de lazer e de cultura. O caso que aqui será analisado trata-se da primeira experiência do residente como “professor”, condição que permitiu colocar em prática, sempre sob supervisão de seu preceptor, os conteúdos dos processos de formação acadêmica. É preciso ressaltar desta experiência a forte interação com os alunos, seguindo da possibilidade de desenvolvimento coletivo de estratégias que melhor dialogavam com os diferentes grupos de alunos. A proximidade com a prática pedagógica cotidiana é sem dúvida um diferencial na formação em licenciatura, o que nos remete à necessária ampliação e qualificação do PRP.

Está claro que o PRP tem como objetivo aperfeiçoar a formação dos discentes de cursos de licenciatura por meio do desenvolvimento das aulas que fortaleçam o campo da prática e conduzam o residente a exercitar de forma ativa a relação entre teoria e prática profissional docente. Para que isto ganhe corpo, dinâmica e complexidade, os residentes são colocados em cena e estimulados a utilizar coleta de dados, fazer diagnósticos sobre o ensino e a aprendizagem escolar, dentre outras tarefas didáticas e metodológicas que dialogam imediatamente com o currículo do ensino superior. A complexidade envolvida nesse processo pede por um trabalho adicional relacionado ao registro e avaliação do que está sendo feito, do contrário não é possível falar em

reformulação e reciprocidades críticas essenciais à reestruturação dos próprios cursos de licenciatura.

Uma escala ainda maior a que os residentes estão inseridos diz respeito ao papel do PRP no fortalecimento, ampliação e consolidação da relação entre a Institutos de Ensino Superior (IES) e escolas. Espera-se dessa integração o fortalecimento de experiências interinstitucionais e colaborações que permitam que recém-graduados possam encontrar redes de apoio férteis à realização de experiências profissionais. Por fim, a experiência no PRP tem por horizonte promover a adequação dos currículos e propostas pedagógicas dos cursos de formação inicial de professores da educação básica às orientações da Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018). Dimensionar todas estas implicações não é tarefa fácil, sobretudo quando os residentes não são estimulados a produzirem memórias das experiências das quais participam. Uma vez que estas experiências compõem um todo dentro de uma política pública com finalidades mais amplas, é de se supor que a produção de saberes e conhecimentos por parte dos residentes compreende um gesto de interesse público, muito embora a ação avaliativa seja um gesto a priori individual.

O PRP, iniciado em novembro de 2022 na Universidade Federal de Viçosa – Campus Florestal (UFV- CAF), no curso da Educação Física, contempla 3 escolas da rede pública de ensino, sendo elas: Escola Municipal Dercy Alves Ribeiro (EMDAR) que contêm alunos do fundamental 1, Escola Estadual Serafim Ribeiro de Rezende, com alunos do ensino médio, Escola Estadual Maria Rita Duarte, com alunos do ensino médio e fundamental 2, na qual atuam 17 residentes (alunos do curso em educação física), 3 preceptores 1 para cada escola(professores que atuam nas escolas), e 1 coordenador geral (professora da graduação). A cada 6 meses de programa os residentes são reorganizados e mudados de local para que todos possam atuar em todas as 3 escolas. Os residentes foram divididos em grupos de 6 e alocados para suas escolas. Seguimos uma linha de trabalho dentro da organização do professor, não participamos da montagem do planejamento anual, apenas acompanhamos na montagem e realização das atividades.

Pensando nas mais diferentes possibilidades de divulgação dos trabalhos feitos no PRP, o texto científico figura como um dos principais métodos. A publicação de textos científicos é uma maneira recorrente das(os) especialistas fazerem com que seus achados e reflexões sejam acessados e discutidos pelos seus pares do campo acadêmico e pela sociedade de maneira geral. Os manuscritos mais lidos são aqueles que apresentam informações de interesse e com escrita que potencialize sua leitura, especialmente diante da crescente quantidade de publicações (PEREIRA, 2018).

Suárez (2008), por sua vez, nos mostra que os Relatos de Experiencia revelam uma parcela importante do saber pedagógico construído e reconstruído ao longo da vida profissional em meio a multiplicidade de situações e reflexos. Trata-se de uma forma ou método literário distinta, capaz de capturar detalhes, dinâmicas e processos que geralmente escapam à percepção do “rigor metodológico” ou são excluídos do processo de análise como coisas “de menor importância”.

Eles são relevantes para uma construção acadêmica quando adotados como recursos didáticos nas iniciativas de formação de professores, como registros de trabalho norteadores de avaliações, como relatórios passíveis de partilha e análise coletiva de ações individuais e coletivas. Uma vez que explicitam as concepções dos seus autores, convidam à análise, tomada de posição e principalmente à discussão e solução coletiva de problemas (SUÁREZ, 2011)

Portanto, é importante destacar que a produção científica, conjugada com a produção de relatos de experiências, é um dos aspectos que compõem a formação acadêmica profissional, pois há uma relação direta com a construção de novos saberes, tendo a leitura e a escrita como condições para o ideal desenvolvimento investigativo e a assertiva apresentação de seus achados (STOCKMANNS et al., 2018; NEIRA, 2017).

Assim, o trabalho aqui descrito em formato de relato de experiência, elaborado na forma de artigo, contará como foi realizado as motivações para eleição de um determinado tema, os objetivos de aprendizagem, as atividades realizadas, as respostas

dos estudantes às situações vividas, os instrumentos avaliativos empregados, os resultados alcançados e as impressões dos residentes acerca da ação educativa nas aulas de ginásticas pelos residentes do PRP para estudantes do ensino médio da Escola Estadual Serafim Ribeiro de Rezende.

Importa frisar que o presente relato se soma a um conjunto de trabalhos semelhantes, especificamente no campo da educação física, tendo em vista que a ação pedagógica, mesmo que sempre orientada por referenciais teóricos, por muito tempo foi negligenciada enquanto espaço/tempo de produção de saberes e conhecimentos que, mais tarde, serão descritos, obedecendo aos parâmetros da científicidade. Esta pesquisa não estabelece uma separação entre o científico e o não-científico. Parte do princípio de que a distância entre esses campos não é necessariamente evidente, ou sequer deveria ser, uma vez que o objetivo da primeira é estar o mais próximo possível da segunda e vice e versa. Portanto, o que essa pesquisa também *tenta* fazer é dar identidade a um processo coletivo, ainda que a memória que compõe o relato seja “individual” (HALBWACHS, 1990).

## **CONSIDERAÇÕES METODOLÓGICAS**

Na medida em que a construção deste relato não utiliza instrumentos que envolva pesquisa com pessoas ou instituições, e obedece aos critérios descritos no item VIII do artigo 1º da Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde, não se fez necessária a submissão do projeto de pesquisa ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos. A proposta aqui apresentada tem por característica um esforço descritivo, um exercício analítico e de sistematização fundamentalmente qualitativo, baseado em experiências pedagógicas recentemente vivenciadas.

Ancorado à Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e em experiências formativas no contexto da graduação, a escolha metodológica de configuração da pesquisa compreende a descrição de atividades realizadas no contexto de um programa estágio que me desafiou a protagonizar atividades que considerei de fundamental importância a minha formação, mas que também poderiam servir à reflexão de futuros residentes, professores e instituições de ensino.

Com o auxílio de planos de aula, busco descrever as práticas pedagógicas realizadas que tinham o planejamento inicial de 5 semanas, mas que acabou se estendendo entre os meses de maio e junho de 2023. Essas práticas se caracterizaram pelo ensino dos seguintes fundamentos da ginástica: rolamento para frente e para atras (cambalhota), Estrelinha; Mortal; Ponte e vela; Parada de 3 e 2 apoios; Montagem das apresentações; Apresentação.

A elaboração desse roteiro ocorreu em conformidade do professor preceptor (Daniel) e do grupo de residentes, que utilizaram da BNCC, da metodologia e prática pedagógica de ginástica, e do conhecimento de um dos residentes que havia sido ginasta quando mais novo. Para aplicação das aulas o grupo foi dividido em 2 trios que se revezavam durante a semana, seguíamos o mesmo tema, mas com aulas diferentes, o primeiro trio dava as aulas de segundas e quintas, e o segundo trio dava as aulas de terças e sextas. Durante cada dia dávamos aula para o primeiro, segundo e terceiro ano e todos eles recebiam o mesmo planejamento de aula daquele determinado trio, os terceiros anos eram os únicos com 2 aulas na semana, por isso eles faziam o mesmo tema 2x, uma vez com cada trio. Os primeiros anos tinham aula do Projeto de Vida nas sextas-feiras, esse é uma matéria colocada na grade curricular do novo ensino médio, ela era ministrada por nosso preceptor (Daniel) e por isso o acompanhávamos nas aulas e muitas vezes também ministramos as aulas.

Essas aulas tinham duração de 50 minutos, momento em que os alunos

precisavam se deslocar de suas salas até o espaço de aula, o que demorava por volta de 10 minutos. O espaço reservado às aulas era fechado com tatame, colchão e caixa de som no espaço cedido pela coordenadora do curso de Educação Física licenciatura da UFV – Campus Florestal.

A descrição deste relato de experiência recorre fundamentalmente à memória, compreendida nos termos de Maurice Halbwachs (1990), como uma propriedade da experiência coletiva que encontra sua síntese na experiência sensível dos indivíduos. Sabendo que toda memória é documento, e que todo documento guarda alguma memória, assumo o ato de *lembrar* como uma ação orientada ao *conhecer* e à própria *produção do conhecimento*, ciente de que esse elemento geralmente marginalizado no processo de construção do conhecimento é, na verdade, o pilar fundamental do saber científico. Lembrar, por isso mesmo, comprehende a ação racional e voluntariamente orientada à reconstrução de experiências e processos complexos que, no caso do presente relato, se volta para reconstituição de experiências em nível de estágio. Isto significa dizer que, como toda boa ciência precisa enunciar, se trata de uma reconstituição de experiências limitada ao ponto de vista, leituras e estudos do narrador, autor do presente trabalho.

As atividades elencadas abaixo estão organizadas em forma de *calendário/relatório*, obedecendo a uma sequência mais ou menos linear de acontecimentos dentro de cada dia de aula. Isso não significa sugerir que a linearidade da exposição representa processos de progressão e/ou evolução de atividades, tampouco pretendo aqui apresentar uma avaliação desenvolvimentista de desempenho. Trata-se da distribuição de acontecimentos em que o real só pode ser compreendido *no-todo-em-movimento*, isto é, nos seus pequenos começos, evoluções, sinuosidades, contradições, descobertas, aprendizagens e ambiguidades. Na mesma direção, este relato também não propõe um exame do comportamento das turmas, embora esses elementos componham a paisagem das atividades concretas que constituem o dia a dia do PRP.

## **DESENVOLVIMENTO DAS ATIVIDADES**

### **1.1 Contextualizando o conteúdo ginástica**

A ginástica é um elemento da cultura corporal de movimento, um objeto de estudo da Educação Física e uma modalidade histórica e diversificadamente presente no elenco de atividades propostas pelos professores da área. Integra os Parâmetros Curriculares Nacionais desde a sua primeira formulação, bem como a mais recente BNCC (2018), compreendida pela última como um sistema de práticas corporais que oferece possibilidades de exploração das capacidades acrobáticas e expressivas do corpo, além de promover aspectos relacionados à interação social, experiências de aprendizagem compartilhada e ambiente de baixa competitividade. A(s) ginástica(s) podem ser constituídas de exercícios no solo, no ar envolvendo salto, e em aparelhos como trapézios, cordas e fitas elásticas. Oferecem possibilidades de experiência individual ou coletiva, e contam com um conjunto variado de desafios acrobáticos, dos mais simples aos mais complexos, como as famosas piruetas, rolamentos, paradas de mão, pontes, pirâmides humanas, etc.

### **1.2 Caracterizando o tempo, o espaço e o grupo**

Com base nisso, as atividades de ginástica foram selecionadas como conteúdo a serem trabalhados com os estudantes no período de maio a junho de 2023 prevendo uma sequência programática com duração de 5 semanas. Localizada na cidade de Florestal, região metropolitana de Belo Horizonte, a unidade de ensino em que se desenvolveram as atividades se chama Escola Estadual Serafim Ribeiro de Rezende, sendo o grupo de estudantes que delas participaram pertencentes ao ciclo do ensino médio.

As

aulas

foram realizadas no espaço apropriado, fechado, com tatame e colchão, cedido pela UFV, pois os alunos utilizam a universidade durante o período da manhã tendo aulas da rede estadual e escola técnica à tarde. A UFV - Campus Florestal oferece além dos cursos da graduação, cursos de ensino técnico, e aulas para o ensino médio. Por isso, existe uma parceria entre a Instituição UFV e a Escola do Estado situada na cidade que permite que os estudantes da Escola Estadual ao final do ensino regular, obtenham o diploma de curso técnico da UFV.

O elenco de atividades a serem tematizadas e ensinadas foi:

- Rolamento para frente e para trás (cambalhota).
- Estrelinha
- Parada de 3 e 2 apoios
- Ponte e vela
- Revisão e mortal
- Montagem das apresentações
- Apresentação

### **1.3 Semana 1: terça-feira, 02/05/2023 e Projeto de vida.**

#### **1.3.1 Cambalhota!**

Na primeira aula, tentando contextualizar o conteúdo, O trio 1 em que eu fazia parte fez perguntas aos alunos sobre o conhecimento e experiência que eles tinham sobre as ginásticas. Esclarecemos a eles algumas questões a respeito de gravação (utilização da imagem do colega sem permissão do mesmo) e sobre o problema do *bullying*. Assim, foram feitas as seguintes perguntas: (processo que ocupou ao menos 15 minutos de aula):

- Quem já praticou?
- Por quanto tempo praticou?
- O que eles sabem sobre as ginásticas?
- Quais as diferenças entre elas?

Logo depois entramos na parte principal da aula, na qual o objetivo era o ensino do rolamento para frente e para trás, iniciamos a atividade com o rolamento para frente. Utilizando uma folha de papel, orientamos os alunos a manterem essa folha presa ao pescoço com o queixo, de modo a evitar que os alunos colocassem a cabeça diretamente ao solo. Depois orientamos que se mantivessem na “posição do sapo” e finalizassem o movimento com o levantando o quadril/bumbum, colocando a cabeça entre as pernas. Para fins de exemplificação, o movimento foi feito por nós residentes, depois por cada aluno individualmente com o acompanhamento do professor.

A segunda parte ficou para o rolamento para trás. Orientamos a manter a folha presa ao pescoço com o queixo, ainda com o objetivo de garantir a segurança quando no contato com o chão, acompanhado de movimento com os joelhos no peito, de costas para o chão, fazendo um movimento “de gangorra” que lhes permitisse alguma aproximação ao movimento original. Seguimos para a realização do movimento original, completo, partindo da posição de cócoras. Processo que durou aproximadamente mais 10 minutos.

Na terceira e última parte da aula fizemos um “campeonato mundial de rolamento” como forma de descontração. Nesse desafio, os alunos deveriam dizer seu nome, bairro que representavam e realizar o movimento, podendo repetir o gesto por até 3 vezes, finalizando assim os últimos 5 minutos de aula.

Observamos que houve muito receio durante o começo da aula, mas aos poucos os alunos foram se soltando e confiando nas atividades propostas e nos residentes, o que resultou em grande descontração e um bom campeonato ao final da aula.

#### **1.4 Semana 2: segunda-feira, 08/05 2023 e quinta-feira, 11/05/2023**

##### **1.4.1 Coelhinho!**

Na aula do dia 08/05 o tema da aula era estrelinha. Nossa trió iniciou as aulas conversando com os alunos a respeito da aula anterior, questionando-os sobre o que acharam; como foi a aula, e se sentiram à vontade para fazer as atividades.

Na primeira parte da aula fizemos alongamentos estáticos, atividades de mobilidade geral e corrida. O tempo utilizado com a conversa e as atividades de aquecimento foi de aproximadamente 12 minutos. O elenco de habilidades a serem trabalhadas no dia foram:

- Alongamento de cadeia posterior;
- Quadríceps;
- Flexores e extensores do punho;
- Mobilidade de quadril (90x90);
- Tórax;
- Corrida em volta do tatame.

Após o aquecimento, demos início a segunda parte, especificamente dedicada ao tema da série de aulas. A primeira atividade proposta foi a do “coelhinho”, que consistia em movimentar os alunos em uma situação semelhante à da “estrelinha”. Para que a estrelinha seja realizada, explicávamos, que era necessário colocar as duas mãos ao chão, mantendo-as ao lado do corpo; em seguida, é necessário manter o tronco flexionado e saltar com as duas pernas juntas, lançando o corpo a frente das mãos. Fizemos os gestos inicialmente com cada um dos alunos, depois orientamos para que eles reproduzissem indo e voltando sobre as linhas do tatame. Atividade que levou aproximadamente 10 minutos para ser realizada.

Na terceira proposta, os alunos deveriam realizar o mesmo movimento, mas agora tentando manter o tronco e as pernas eretas. Novamente fizemos inicialmente com cada um dos alunos, depois orientamos para que eles o fizessem, indo e voltando sobre as linhas do tatame. Mais 10 minutos se seguiram.

Com o tempo restante de 7 minutos, devido a boa aceitação ao campeonato mundial realizado na aula anterior, voltamos a realizá-lo, agora com o tema estrelinha.

Ao final da aula percebemos que havia aumentado o número de alunos em relação a aula anterior, e que as atividades propostas “deram certo” no geral. Os alunos aparentemente estavam mais à vontade com os desafios propostos e assim aprenderam o movimento correto e mais rapidamente, ao passo que, os mais receosos aprenderiam se tivéssemos mais tempo de aula a nossa disposição.

## **1.5 Semana 3: terça-feira, 16/05/2023 e Projeto de vida.**

### **1.5.1 De cabeça para baixo**

O trio deu início as atividades da aula conversando com os alunos, perguntando sobre a semana deles, como estavam, e se estavam se sentindo bem naquele dia. O estado de humor dos alunos é importante para identificarmos o tipo de dificuldade e quantidade de gente que teríamos em aula. O tema daquela semana era parada de 3 e 2 apoios, novamente começamos as atividades com atividades de mobilidade, alongamento e aquecimento. Utilizamos cerca de 10 minutos para fazer tudo isso.

- Alongamento de cadeia posterior;
- Quadríceps;
- Flexores e extensores do punho;

- Mobilidade de quadril (90x90);
- Tórax;
- Corrida em volta do tatame.

Na segunda parte da aula orientamos aos alunos que formassem duplas, um deles ficaria em pé fazendo a atividade e o outro seria o responsável pela segurança do colega. Na atividade o aluno deveria entrelaçar os dedos das mãos, apoiar os braços no chão em formato de triângulo igual na prancha de cotovelo e colocar a cabeça entre os braços apoiada no chão. Depois pedimos para que eles dessem impulso com os pés para que tentassem aproximá-los ao colega que estava atrás dele. O companheiro deveria segurar suas pernas tentando deixá-lo o mais ereto possível. Demos algumas dicas para os alunos, falamos para que eles contraírem os glúteos (bumbum) e tentarem respirar devagar. O tempo gasto foi de 10 minutos.

Na última parte da aula demos foco a parada de duas mãos, utilizando-se das duplas já formadas e a atividade anterior, pedimos aos alunos que repetissem o movimento agora com a palma da mão em total contato com o solo, fazendo força como se quisesse empurrar o chão e se afastar dele. Fizemos até o final do tempo da aula.

## **1.6 Semana 4: segunda-feira, 22/05/2023 e quinta-feira, 25/05/2023**

### **1.6.1 A ponte caiu!**

Na quarta aula do planejamento começamos as atividades direto com o aquecimento entre 5 e 7 minutos de atividades, porque a aula era curta e queríamos deixar um tempo livre para os alunos. As atividades de aquecimento foram pensadas nas mobilidades da coluna torácica, devido ao tema da aula ser vela e ponte. Utilizamos:

- Flexores e extensores do punho;
- Mobilidade de quadril (90x90);
- Tórax.

Iniciamos as atividades pedindo aos alunos para formarem duplas, um deles ficaria abaixado em posição próxima a de quatro apoios o outro se colocaria de costas para o abaixado e de barriga para cima. O objetivo era fazer com que o aluno de cima tentasse ficar na posição de ponte com o apoio do colega dando sustentação. Logo depois, pedimos aos participantes que repetissem o início da atividade e quando o

primeiro da dupla conseguisse se manter estabilizado, o segundo deveria sair de debaixo do colega deixando que ele realizasse o movimento sozinho. Destinamos cerca de 15 minutos para esta atividade.

Na segunda aula fomos direto para atividade vela, por ser um elemento mais simples e sem tanta complicaçāo. Mostramos aos alunos como fazer e demos as orientações de manter o abdômen contraído ou respirar devagar e manter as pernas juntas estabilizadas e o bumbum contraído. 10 minutos foram gastos para fazer essa atividade.

Antes de encerrar as aulas desse dia reunimos os alunos e demos algumas orientações: A próxima aula seria de revisão de todos os elementos feitos até o momento, que a última aula aconteceria uma apresentação em grupo da turma valendo 5 pontos e por isso a aula anterior da apresentação, seria destinada aos ensaios e montagem da coreografia da turma.

### **Semana 5: terça-feira, 30/05/2023 e sexta-feira, Projeto de Vida**

#### **Campeonato Mundial**

Para a quinta aula ficamos responsáveis por fazer a revisão de todos os elementos praticados até o momento. Para isso, pensamos na estratégia de retornar a ideia do campeonato mundial de ginástica na escola. Os alunos escolheram nomes e países para que eles pudessem representar, seguimos a ordem das atividades que haviam sido apresentadas e no final como havíamos conseguido o colchão praticamos o mortal para frente, esta atividade foi muito praticada pelos alunos. Quando adquiriram confiança na execução do movimento começaram a fazer em velocidade.

### **1.7 Semana 6: terça-feira, 06/06/2023 e sexta-feira, Projeto de vida**

#### **1.7.1 Folga antes da apresentação**

A sexta aula ficou reservada à montagem da apresentação para o dia final da ginástica. Não levamos nenhuma atividade. A única coisa que fizemos foi levar um vídeo demonstrativo que havíamos feito durante a aula de metodologia de ensino da ginastica na faculdade. Durante o tempo de aula, tentamos incentivá-los a montarem suas coreografias, porém, não tivemos muito sucesso. Alguns até tentaram pensar ou elaborar alguma coisa, outros aproveitaram para praticar os elementos, deram saltos mortais, mas grande maioria das turmas preferiram ficar sentados. Relembramos aos

alunos que a atividade “valeria 5 pontos” e que o tempo mínimo de coreografia seria de 1:30 minutos, para a qual deveria ser escolhida uma música de acompanhamento à apresentação, dado que nesse dia a caixa de som estaria disponível para apresentação.

## **1.8 Semana 7: segunda-feira, 12/05/2023 e Quinta Feira, 15/05/2023**

### **1.8.1 E chegou o grande dia!**

Na sétima aula, que era nossa última semana na ginástica, percebemos ao chegar que as turmas não estavam prontas e que deveríamos destinar mais algum tempo daquela aula para ensaio. Reforçamos que os 5 pontos somente seriam válidos para aquela aula e, se não houvesse a apresentação, os pontos da atividade daquele dia não seriam computados. Após estas orientações, deixamos o espaço do tatame aberto para que eles iniciassem as atividades. As turmas foram se organizando e aos poucos começaram a surgir as primeiras músicas, pedaços de coreografia, líderes e organizadores. Os alunos da “bagunça”, ensaios e a apresentação final. A música “Shake it off”, da Taylor Swift, apareceu como escolha das turmas 4x, talvez por estar presente nos aplicativos de dança naquele momento.

Chegando no final do horário das aulas, surgiram as apresentações. Tivemos excelentes apresentações e, em algumas, fomos convidados a participar. Das demais, participávamos à distância. Em alguns momentos, na montagem da coreografia dívamos palpites e ideias. Algo que chamou a atenção foi o fato de ter uma música sendo escolhida repetidas vezes e em nenhuma delas no refrão houve repetição da coreografia, já que a música era escolhida por estar famosa em um aplicativo de dança.

Encerramos assim o ciclo de atividades com a ginástica.

## **RESULTADOS**

Na prática corporal dos elementos ginástica se mostrou um forte componente curricular para os alunos. Ela permitiu trabalhar as práticas/valências do corpo humano, vivenciar e experimentar novas formas de ensino, trabalhar conceitos de sexualidade utilizando uma modalidade esportiva relativamente comum e que, por vezes, é marginalizada no próprio ambiente escolar.

Na Base Nacional Comum Curricular, BNCC (Brasil, 2018), a Educação Física aparece como um componente curricular encarregado de tematizar as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social. E estas práticas aparecem subdivididas em unidades temáticas, sendo elas: brincadeiras e jogos, esportes, ginásticas, danças e lutas.

Além disto, foi aceita e acolhida pela grande maioria dos alunos. Tivemos a maior média de participantes nas aulas 12 alunos por aula, nos conteúdos anteriores tínhamos 5 ou 6 alunos. O resultado foi aparecendo atividade após atividade, aula após aula com os alunos se mostrando capazes de compreender as propostas, de dialogarem com os professores, e até mesmo de ajudarem na criação das atividades.

Para Hildebrandt-Stramann (2003) a Educação Física escolar deve refletir criticamente sobre sentido do esporte que é ligado a sobrepujança e a comparação objetiva, entendendo o esporte nas aulas de uma maneira qual possibilite aos estudantes a mudá-lo conforme seus interesses, necessidades e modo de vida não somente como competição.

A Educação Física no Ensino Médio deve ter suas características particulares, inovadoras e diferenciadas devido aos estudantes estarem na adolescência considerando sua fase cognitiva, física social e cultural. (BETTI; ZULIANI, 2004 *apud* PEREIRA; MOREIRA, 2005).

Com isso, obtive conhecimento na área do ensino nesse conteúdo, não havia praticado o esporte e a única experiência vivida por mim aconteceu na metodologia e prática pedagógica da universidade. Pude experimentar temas diferentes, realizar algumas atividades de outros colegas, e descobrir como adaptar quando os alunos não queriam fazer.

A interação entre aluno-residente saber em como lidar e convencer aos alunos para que praticassem as aulas. Quando os alunos não estavam motivados para realizar as aulas, utilizei das conversas em grupo com temas de vida, ou mostrei o que faríamos de

exercício, ou até mesmo negocie com eles para que participassem das aulas.

As dinâmicas de organização de turma em como tentar organizá-los de maneira rápida para que não faltasse tempo para realizar as atividades, negociações para resolução de conflitos como fazer para aqueles alunos que demonstravam medo ou receio de realizar algum movimento na atividade conseguissem fazer a ação, foram alguns dos aprendizados que consegui obter durante esse período de trabalho.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Na apresentação desse relato fica evidente a importância da residência pedagógica no processo de formação de acadêmicos do curso de licenciatura, aqui representados pela Educação Física. No entanto, demonstra também que os relatos de experiência são ferramentas que se mostraram fundamentais tanto para uma base teórica quanto para a prática. Logo, utilizar-se dessa ferramenta como embasamento para montagem de ciclos e programas de aula, fará com que os residentes consigam se planejar melhor e tenho ideias capazes de serem colocadas em prática nos seus horários de aula.

A ginástica mostrou-se uma ótima ferramenta para trabalhar o esporte no meio escolar, pois ela nos permite trabalhar atividades práticas do dia a dia, através de rolamentos, corridas, atividades de força, equilíbrio, resistência de maneira lúdica, analítica ou composta. Nesse sentido, enquanto professores devemos buscar meios de nos fundamentarmos quanto a esse tema para que nossas aulas sejam cada vez melhores.

“É pensando criticamente a prática de hoje ou de ontem que se pode melhorar a próxima prática” (FREIRE, p. 44, 1996). Diante disso, olhando para o relato descrito e após a leitura de outros relatos com perspectiva na educação física cultural, percebo que mesmo com a boa demanda de alunos, a boa relação aluno-professor e entendimento das propostas, sempre se pode buscar um algo a mais, ou provocar os alunos para que eles mesmo buscam certa informação, para que a próxima aula não seja voltada apenas no fazer, mas que o aluno entenda que é necessário saber por que fazer e para o que fazer. Assim, devemos enquanto professores pesquisar maneiras de trabalho, refletir sobre o que estamos transmitindo, sobre nossas práticas, se está sendo correto, compreendido e no que devemos melhorar.

Em síntese, o PRP ajuda a formar profissionais capacitados, proporciona vasto aprendizado aos acadêmicos, e permite unir conhecimentos teóricos e práticos. Nesse viés, os relatos de experiência constataram sua importância através do conhecimento fornecido neles, como excelente forma de pesquisa sobre trabalhos realizados. Além disso, a ginástica continua sendo um forte conteúdo de ensino. Por conseguinte, participar e ler sobre esse tema ajudou no meu processo de formação, no campo teórico e no prático. Agradeço ao PRP pela oportunidade e espero que ele continue por bons anos, sempre se adaptando às necessidades dos alunos, dos residentes, dos professores-preceptores e dos coordenadores.

## **REFERÊNCIAS**

BETTI, Mauro; LIZ, Marlene Terezinha Faco. **Educação Física Escolar:** a perspectiva de alunas do ensino fundamental. Motriz, Rio Claro, v.9, n.3, p. 135-142, set./dez., 2003. BRASIL. Lei n.10.793, de 01 de dezembro de 2003. Altera a redação do art. 26, §3º, e do art.92 da Lei n. 9.394, de 20 de dezembro de 1996. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Poder Executivo, Brasília, DF, 2 dez. 2003. Seção I, p. 3.

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

BRASIL (2018). Edital Capes 06/2018. Disponível em <https://www.capes.gov.br/images/stories/download/editais/01032018-Edital-6-2018>.

FREIRE, Paulo. Pedagogia da Autonomia: saberes necessários à prática educativa. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

HALBWACHS, MURICE. **A memória coletiva.** 2 ed. São Paulo: Vértice, 1990.

HILDEBRANDT-STRAMANN, Reiner. **Textos pedagógicos sobre o ensino da educação física.** 2ed. RS: INIJIÚÍ, 2003.

MACHADO, L. V.& CASTRO, A. **Uma experiência do Programa Residência Pedagógica com a abordagem da teoria das inteligências múltiplas.** Seminário de Integração e Socialização de Pesquisas e Práxis Pedagógica em Matemática, 1, 1-4. 2019.

MUSSI, R. F. de F.; FLORES, F. F.; ALMEIDA, C. B. de. **Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. Práxis Educacional,** Vitória da Conquista, v. 17, n. 48, p. 60-77, 2021. DOI: 10.22481/praxedu.v17i48.9010. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/praxis/article/view/9010>. Acesso em: 29 dez. 2023.

NEIRA, M. **Análise e produção de relatos de experiência da educação física cultural:** uma alternativa para a formação de professores. TEXTOS FCC, São Paulo, v. 53, p. 52-103, nov. 2017.

PEREIRA, M. G. **Redação de artigo científico.** Editorial. Cadernos brasileiros de medicina, v. 1, p. 6, 2018.

PEREIRA, STOILOV; MOREIRA, CARLOS. **A participação dos alunos do ensino médio em aulas de educação física: algumas considerações. Revista da Educação Física/ UEM Maringá,** v. 16, n. 2, p. 121-127, set., 2005.

SILVA, M.& FERREIRA, A.&JESUS, I.&ALENCAR, G.& ARAUJO, V. **Consciência**

**fonológica: articulação entre teoria e prática por meio do programa residência pedagógica.** Trabalho apresentado no III Encontro das Licenciaturas Região Sul, Curitiba, Brasil. (2019)

STOCKMANNS, J. I. *et al.* **Escrita/reescrita acadêmico-científica no ensino superior:** um processo em construção permanente. **Revista Mundi Sociais e Humanidades**, Curitiba, v. 3, n. 3, p. 40-57, 2018.

SUÁREZ, D. H. **La tradición crítica en educación y reconstrucción de la pedagogía.** In: ELISALDE, R.; AMPUDIA, M.: teoría e historia de la educación popular en Argentina y América Latina. Buenos Libros, Buenos Aires, 2008. p. 193-214.

SUÁREZ, D. H. **Relatos de experiência, saber pedagógico y reconstrucción de la memoria escolar.** Educação em Revista, Belo Horizonte, v. 27, n. 1, p. 387-416, abr. 2011.

