

# PROGRAMA DE ESCALADA EM ROCHA COMO EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ALUNOS DO ENSINO MÉDIO

Dimitri Wuo Pereira<sup>1</sup>, Gisele Santos de Carvalho<sup>1</sup>, Friedrich Richter<sup>1</sup>

## RESUMO

A educação é um tema para discussão em todas as partes do mundo, debatendo-se o papel que desempenha no desenvolvimento das pessoas e da sociedade focando-se na qualidade que garanta a formação de cidadãos autônomos, críticos e participativos, capazes de atuar com competência, dignidade e responsabilidade na sociedade em que vivem (BRASIL, 1998). Costa (1992), estabelecendo uma relação entre educação e natureza sugeriu que podemos antever uma Educação Física de caráter ecológico, sendo a escalada uma das modalidades do esporte de aventura que está contida no eixo transversal meio ambiente dos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1999). Pensamos na escalada, pois é uma atividade humana que busca uma ascensão, por motivos esportivos, de saúde, de exploração etc. (GALLAHUE & OZMUN, 2001), e que segundo Hyder (1999) vem ganhando novos adeptos inclusive nas escolas. Pretendemos demonstrar os benefícios da aprendizagem da escalada no ensino médio bem como os motivos e expectativas dos alunos nessa prática. O método utilizado foi o estudo de caso avaliativo Thomas & Nelson (2002), com o propósito de revelar como essa proposta de Educação Física se organiza em uma instituição de ensino de São Paulo. Os resultados demonstram a escolha por essa atividade como uma opção diferenciada para as aulas de Educação Física regular. Também apresentaram que os participantes do programa compreenderam o conceito da atividade proposta. O programa valorizou nos alunos a convivência com a natureza, que segundo Costa (2000), proporciona lazer e induz o praticante a interagir de forma consciente, adquirindo respeito à natureza e assim o respeito próprio. Pelo caráter diferenciado, o programa obteve participação efetiva e motivada dos alunos, despertando o interesse na atividade física. Entre os benefícios citados tivemos aspectos físicos, afetivos, sociais e psíquicos, contribuindo com a formação dos cidadãos conscientes, críticos e com autonomia para tomar suas próprias decisões concordando com os PCN's (BRASIL, 1999), reafirmando sua importância no processo de ensino-aprendizagem interdisciplinar. Acreditamos que esse estudo possa contribuir para uma reflexão de uma Educação Física voltada para os valores da cidadania, da ética e do compromisso com o meio ambiente, sendo relevante à contribuição da escalada nesse sentido.

**Palavras-chave:** Escalada, ensino médio, educação física

## ABSTRACT

Education is a subject for discussion in all parts of the world, are debating the role play in the development of individuals and society focusing on the quality which guarantees the formation of autonomous citizens, critical and participatory, capable of working with competence, dignity and responsibility in the society in which they live (BRASIL, 1998). Costa (1992), establishing a relationship between education and nature suggested that can foresee a Physical Education of ecological character, and climbing of the arrangements for the adventure sports that is contained in the transverse axis environment of the Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1999). We thought in climbing because it is a human activity that seeks a rise for reasons sports, health, research etc. (GALLAHUE & OZMUN, 2001), and that according Hyder (1999) is winning new fans even in schools. We want to demonstrate the benefits of learning climbing in high school as well as the motives and expectations of the students in that practice. The method used was the case study evaluative Thomas & Nelson (2002), with the purpose of revealing how this draft Physical Education is organized into an institution of education of Sao Paulo. The results demonstrate the choice for this activity as an option for the different classes of Physical Education. Also present that the participants of the program understood the concept of the proposed activity. The program rewarded students in a coexistence with nature, which according to Costa (2000), provides leisure and induces the practitioner to interact on a conscious, gaining respect to the nature and thus the respect himself. For the character differently, the program got motivated and effective participation of the students, arousing the interest in physical activity. Among the benefits cited were physical, emotional, social and psychological, contributing to the formation of citizens aware, critics and autonomy to make their own decisions agreeing with the PCN's (BRASIL, 1999), reaffirming its importance in the teaching-learning interdisciplinary. We believe that this study may contribute to a reflection of a Physical Education focused on the values of citizenship, ethics and the commitment to the environment, and relevant contribution to the climbing of this.

**Key-words:** Climbing, high school, physical education.

## INTRODUÇÃO

O ato de subir e descer as montanhas, atravessar rios, mares e geleiras, desde a pré-história era um meio de nossos antepassados sobreviverem, pois tinham que procurar alimentos e também abrigo, assim desenvolveram alguns elementos corporais. Literalmente falando, escalar é sinônimo de trepar, subir em alguma coisa. Desse ponto de vista a escalada se amplia a toda atividade humana que busca uma ascensão, por motivos esportivos, de saúde, de exploração de pesquisa, profissionais etc. (GALLAHUE & OZMUN, 2001). O termo escalar, portanto define uma subida que pode ser uma montanha, um morro ou até mesmo o brinquedo de trepar das crianças.

Nos dias de hoje a escalada tomou contornos de atividade esportiva e de lazer, diferindo de seu início quando os objetivos eram de realizar grandes conquistas, período em que o homem começou a escalar por prazer, segundo Ortiz (2001). O espírito aventureiro presente nas atividades de aventura e risco calculado, permitiu ao homem contemporâneo jogar com as chances de conquistar, com o destino e com as adversidades, imprimindo outros sentidos ao esporte.

O termo Alpinismo ou Montanhismo geralmente vem associado à escalada, pois seu início foi dado nos Alpes, e o ato de subir montanhas deu origem à escalada que conhecemos. Em sua progressão a escalada foi dividindo-se em outras especialidades, segundo Pereira (2007, p. 73) cada tipo de escalada tem objetivos, técnicas e regras diferentes, além de serem praticadas em superfícies e localizações diversas. As escaladas estão divididas em gelo e rocha. A escalada em rocha se subdivide em: escalada livre, boulder, escalada esportiva, big-wall. Há, ainda, escaladas indoor, praticadas em paredes construídas especificamente para as práticas com agarras que imitam fendas e saliências de rochas (PEREIRA, 2007, p. 73.).

A Escalada Esportiva é uma prática que utiliza as técnicas e movimentos de montanhismo e que tem como objetivo exigir o máximo de força e concentração da pessoa que a pratica em vias ou caminhos de curta distância, cerca de 30 metros de altura com o máximo de dificuldade técnica. A escalada indoor, realizada em paredes construídas pelo homem para imitar a natureza derivou da escalada esportiva e vem atraindo novos adeptos ao esporte (CEB, 2004) e “devido ao risco controlado e o custo reduzido ganhou espaços em outros ambientes e com públicos variados, como é o caso da escola” (HYDER, 1999).

Por falarmos em escola, a educação é um tema para discussão em todas as partes do mundo, debatendo-se o papel que desempenha no desenvolvimento das pessoas e da sociedade focando-se na qualidade que garanta a formação de cidadãos autônomos, críticos e participativos, capazes de atuar com competência, dignidade e responsabilidade na sociedade em que vivem. Para atender a todas essas necessidades verificou-se que a educação brasileira precisaria de uma reforma para elaborar projetos, redefinir objetivos, buscar conteúdos mais significativos para os alunos e novas formas de avaliação (BRASIL, 1998). Na nova proposta curricular a Educação Física foi integrada a proposta pedagógica da escola como componente curricular ajustando-se as faixas etárias e as condições da população (BRASIL, 1999).

Costa (1992), estabelecendo uma relação entre educação e natureza sugeriu que podemos antever uma Educação Física de caráter ecológico, sendo a escalada uma das modalidades de esporte de aventura que está contida no eixo transversal meio ambiente dos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1999), pensamos na escalada como conteúdo importante para o ensino médio.

Encaminhando essa discussão para o micro espaço social que é a escola e especificamente, o espaço das aulas de Educação Física, a escalada esportiva pode entrar como alternativa nas aulas do professor e pode ser uma ferramenta de trabalho para a diversificação das aulas dos alunos do ensino médio, pois percebemos que os conteúdos da Educação Física vão além das modalidades esportivas com bola (futebol, voleibol, basquetebol e handebol). Também percebemos que nem sempre o professor de Educação Física está apto a desenvolver outras possibilidades motoras, talvez pela formação acadêmica ou mesmo pela cultura corporal brasileira.

Delineado esse problema pretendemos demonstrar os benefícios da aprendizagem da escalada no ensino médio bem como os motivos e expectativas dos alunos nessa prática.

## DESCRIÇÃO METODOLÓGICA

Foi utilizado o estudo de casos avaliativo que segundo Thomas e Nelson (2002: 295), diz: “Estudo de caso avaliativo também envolvem descrição e interpretação, mas o propósito principal é utilizar dados para avaliar o mérito de alguma prática, programa, movimento ou evento. A eficácia deste tipo de estudo de caso conta com a competência do pesquisador para utilizar a informação disponível para fazer julgamentos”.

Segundo os autores, os participantes selecionados dependem do problema a ser estudado: pode ser uma pessoa, uma instituição, uma turma, um projeto, um programa ou um conceito. Portanto o programa de ensino de escalada no ensino médio é nosso objeto de estudo e os alunos participantes desse programa farão parte de nosso procedimento de pesquisa.

## **AMOSTRAS**

Segundo Thomas e Nelson (2002), os participantes selecionados para o estudo de caso dependem do problema a ser estudado podem ser uma pessoa (aluno, professor ou treinador), uma instituição (uma escola como apenas uma sala), uma turma, um programa, um projeto ou um conceito. O pesquisador estabelece alguns critérios como: idade, anos de experiência, evidência do nível de especialidade, situação e ambiente, para incluir no estudo e depois encontra participantes que atendam aos seus critérios. Esse programa de ensino foi composto por 15 jovens de ambos os sexos, cursando o ensino médio em uma escola particular localizada na região sul da cidade de São Paulo, com faixa etária entre 14 e 18 anos, que frequentaram as aulas do curso de escalada em rocha oferecido como disciplina curricular.

## **PROTOCOLOS**

Thomas e Nelson (2002: 295), afirmam que “o estudo de caso é bem flexível em relação à quantidade e ao tipo de dados que são reunidos, como também quanto aos procedimentos utilizados na coleta de dados”. Os dados para estudo de casos podem ser observação, entrevistas ou documentos. Alguns estudos de casos propõem e testam hipóteses e outros tentam construir teorias.

Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram um instrumento de sondagem conceitual de inventário contendo 5 perguntas abertas sobre escalada, o programa de ensino e um questionário pós-programa prático de escalada contendo 4 perguntas abertas.

Os pesquisadores contataram a diretoria da escola e explicaram sobre os objetivos da pesquisa, solicitando a autorização para aplicação da pesquisa naquela instituição de ensino. Uma vez autorizados contataram os alunos do grupo que participariam da escalada promovida pela Educação Física da escola, informando-os sobre os objetivos da pesquisa, assegurando-os de que manteriam sigilo absoluto quanto a identificação dos participantes, e que os dados coletados seriam utilizados exclusivamente com finalidade científica. Explicaram ainda que o procedimento estaria atendendo as normas do código de ética dos profissionais de Educação Física bem como a Resolução nº 196/96 que trata da pesquisa com seres humanos Botelho e Capinussu (2006). Esclarecendo que os voluntários poderiam deixar de participar da pesquisa em qualquer momento em que lhes conviesse, sem que isso acarretasse qualquer prejuízo.

Foi ainda solicitado o “consentimento informado” devidamente assinado pelos voluntários maiores de 18 anos e o mesmo documento assinado pelo responsável do participante menor de idade. Cumprida as formalidades necessárias foi agendada uma data para visitar a escola de acordo com o coordenador. O primeiro instrumento foi aplicado antes do programa de ensino de escalada, ocasião em que foram lidas as perguntas e tiradas as dúvidas dos alunos que logo a seguir responderam individualmente a todas. Durante o período de 14 a 18 de maio de 2007 foi aplicado o programa de ensino. O segundo instrumento foi aplicado após a prática da escalada na rocha. Os participantes foram reunidos numa sala para responderem o questionário seqüencialmente, evitando assim a contaminação de dados.

## **RESULTADOS**

O resultado da pesquisa será exposto em relação a cada questionamento sobre o programa de ensino de escalada.

## **O CONCEITO DE ESCALADA.**

Alguns participantes definiram a escalada como um ato de subir montanhas, paredes e pedras, enquanto outros citaram que é um esporte com caráter de divertimento e lazer. O resultado vai ao encontro com Ferreira (1999) e Pereira (2007), que concordam quanto à definição da palavra escalada, como um ato de subir em montanhas, pedra, ou qualquer outro lugar. Nesta mesma linha de pensamento Costa (2000), explica que a prática esportiva de escalada é realizada como lazer ou atividade educacional, onde é usado o

tempo livre para estar junto à natureza em florestas e montanhas, por exemplo, desenvolvendo a versatilidade dos praticantes e promovendo prazer e divertimento que advém da atividade, além de poder permitir a realização de projetos interdisciplinares e transdisciplinares no processo de aprendizagem.

### **A OPÇÃO PELA ESCALADA.**

A maioria dos participantes comenta ser uma experiência nova e também que escolheram para cumprir a carga horária de Educação Física. Na verificação dos resultados os participantes não explicaram os motivos que levaram a escolha da escalada como forma de cumprir sua carga horária. Entretanto Mattos e Neira (2000), apontam o fato de muitos alunos encararem a disciplina de Educação Física apenas como componente da grade curricular isso acaba gerando desinteresse e propicia o uso de conteúdos repetitivos e sem função para o cotidiano, além de não estimular a prática de atividades fora da escola. A prática da Educação Física em locais diferenciados do ambiente escolar pode como no caso desse programa aumentar a participação nas aulas e tornar os conteúdos atrativos e diferenciados. Cardoso (2006), acredita que as práticas na natureza despertam assim a curiosidade pelo novo, propiciando emoções e sensações concordantes com os interesses dos jovens e adolescentes como diz Uvinha (2001).

### **COM RELAÇÃO AO QUE ESPERAM APRENDER.**

Citaram as técnicas de escalada e o convívio com a natureza. Pereira (2007), explica que o aprendizado das técnicas de escalada estão divididas em segurança e movimentação, sendo as de segurança: ancoragens, top rope, guiada em ponta de corda, rapel, que servem para proteção e como forma de fixação na rocha. As técnicas de movimentação são utilizadas ao subir, descer ou fazer travessias. Quanto aos tipos de movimentação e a velocidade que devem ser executados estão envolvidas o equilíbrio estático, dinâmico, apoio nos pés, mãos e etc. O conjunto destas técnicas auxilia o participante de forma a otimizar seus movimentos, pois desenvolve o domínio do corpo e o equilíbrio, facilitando com a chegada ao objetivo e melhorando as habilidades no cotidiano. Segundo Costa (2000), o esporte junto à natureza, além de proporcionar lazer, induz o praticante a interagir de forma consciente, adquirindo respeito à natureza, que inclui a não depredação do ambiente em que se encontra construindo a consciência ambiental, a autoconfiança, a superação de limites, o companheirismo, a tolerância ao sucesso e ao fracasso, e com esse conjunto o respeito próprio.

### **OS BENEFÍCIOS DA ESCALADA ESCOLAR.**

Foram citados o desenvolvimento físico, a cooperação e a superação de limites. A escalada trabalha com todos os grupos musculares sem sobrecarregar uma única parte, melhora a agilidade, a repetição de alguns movimentos costuma gerar resistência física, força e melhora a coordenação motora e equilíbrio, propiciando ao indivíduo superação de desafios cada vez maiores onde envolvem cooperação e tomada de decisão entre os participantes, é uma atividade que propicia a resolução de problemas e a manifestação das inteligências corporais cinestésicas, (GORDON, 1998; SOUZA, 2001; PEREIRA, 2007).

Entre outros benefícios que a escalada proporciona em relação à qualidade de vida temos: a saúde; os aspectos como as relações interpessoais, a autoconfiança e a superação do medo; e no aspecto cognitivo a tomada de decisão. Aspectos esses que foram citados pelos participantes do programa. No aspecto ambiental o programa permite com que haja uma aproximação entre o indivíduo e o ambiente natural que segundo Darido (2001), participa na formação de valores, contribuindo na construção do comportamento, por isso Cardoso et. al. (2006) afirma que a educação ambiental pode ser implantada nas aulas de Educação Física.

### **O GOSTO PELO ESPORTE**

Apesar da escalada ainda ser um esporte pouco difundido alguns alunos já o citaram como esporte preferido. Pelo fato da escalada escolar ser vivenciada em ambientes diferenciados (rochas, clubes, ginásios etc) há uma maior aceitação dos alunos em praticarem o esporte, sendo que todos os participantes gostaram do programa na escola, para Darido (2001), essas questões mostram um possível caminho para expandir e diversificar o conceito da Educação Física.

## O APRENDIZADO

A pesquisa revela que seis participantes aumentaram sua confiança e quatro superaram desafios. Esses fatores já eram esperados em suas idealizações quanto à aula de escalada. Para Hyder (1999) os alunos são encorajados a dar o melhor de si, eles decidem o melhor momento para superar um desafio, lembrando que cada um deve respeitar seu próprio limite.

Quanto ao aprendizado técnico, um participante mencionou o conhecimento adquirido afirmando ter aprendido a realizar a segurança e o rapel, dois participantes citaram a estruturação de estratégias, onde Pereira (2007) afirma que a escalada trabalha a memória e capacidade de visualizar problemas e criar estratégias para alcançar os objetivos, seja para resolver situações de escalada ou do cotidiano.

Os participantes do programa afirmam que deve ser dada continuidade a esse tipo de proposta de Educação Física escolar. De acordo com Costa (2000), Sena e Bezerra (2004), Cardoso (2006), Darido (2001), Mattos e Neira (2000) através de novas experiências os participantes tem a oportunidade de vivenciar uma atividade física diferenciada e orientada, que por consequência propicia prazer e bem estar, além de enriquecer nos aspectos cognitivos, sociais e afetivos indo ao encontro com as finalidades da Educação Física no ensino médio estabelecidas pelos PCN's, todos os participantes concordaram com a proposta feita pela escola, chegando a mesma conclusão que os autores.

## CONCLUSÃO

Essa pesquisa teve como objetivo analisar a utilização da escalada como conteúdo programático para as aulas de Educação Física do ensino médio da Educação Básica. Os conteúdos desenvolvidos durante as aulas de escalada trazem benefícios nos aspectos sociais, afetivos e cognitivos, além de contribuir para formação dos cidadãos conscientes, críticos e com autonomia para tomar suas próprias decisões o que atende as propostas dos PCN's.

Desenvolvemos um estudo de caso, para analisarmos essa nova proposta de conteúdo e estratégia na Educação Física escolar confrontando informações literárias com os resultado de dados coletados em campo, sendo que, houve uma relação entre a pesquisa de campo e as literárias, identificando e ampliando assim seu caráter educativo.

A implantação da escalada como conteúdo programático em escolas particulares e públicas, onde são desenvolvidas atividades que trabalham o ser humano de forma integral, trazendo benefícios como a aquisição de conhecimento através da expressão corporal, resistência física, força, coordenação motora, equilíbrio, autoconfiança, superação de limites, companheirismo, bem estar, educação ambiental e favorecendo a relação interpessoal entre aluno x aluno e professor x aluno, despertando assim o prazer em praticar atividade física pode ser uma solução para a evasão e o desinteresse pela Educação Física.

A aplicação da escalada no ensino médio, por ser considerada uma aula diferenciada, estimula os alunos a participarem das aulas, cria novos desafios, novas referências, valorizando a transposição de obstáculos em busca do êxito na realização dos objetivos pretendidos. Os alunos, principalmente adolescentes estão à procura de novas experiências e estímulos para a prática das aulas de Educação Física como sugere Uvinha (2001).

Acreditamos que esse estudo possa contribuir para o a construção de uma Educação Física mais integrada ao projeto pedagógico das escolas pelo seu caráter interdisciplinar e para a reflexão sobre os conteúdos próprios da Educação Física brasileira. Essa nova forma de encarar os conteúdos está contemplada numa concepção de pensamento complexo sugerida por Morin (2000), pois vê o processo educacional em suas múltiplas representações e não de forma fragmentada e determinada. A reflexão sugerida no texto prevê uma necessidade apontada por Morin (2001) em frase de Karl Marx "quem educará os educadores?". Que nos faz pensar sobre nossas próprias práticas e teorias.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BOTELHO, R. G. & CAPINUSSU, J. M. Introdução às diretrizes internacionais e nacionais sobre ética em pesquisa envolvendo seres humanos: relação na Educação Física. Revista de Educação Física, n. 133, mar. 2006, p. 59 – 68.

BRASIL, S. E. F. Parâmetros Curriculares Nacionais: terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1998.

- BRASIL, M. E. Parâmetros Curriculares Nacionais: ensino médio. Brasília: Ministério da Educação, 1999.
- CARDOSO, R. A.; SILVA, A.; FELIPE, R. G. Educação pela aventura: desmistificando sensações e emoções. In: I Congresso Brasileiro de Esporte de Aventura, Santa Catarina. Anais. Santa Catarina: CBAA, 2006.
- CEB - Centro Excursionista Brasileiro. A história do montanhismo mundial. On line, São Paulo, 2004. Disponível em <<http://www.webventure.com.br>> . Acesso em 03.01.2007.
- COSTA, M. L. V. apud: GEBARA, A. & MOREIRA, W. W. Educação Física e esportes: perspectivas para o século XXI. Campinas: Papirus, 1992.
- COSTA, M. L. V. Esportes de aventura e risco na montanha. um mergulho ao imaginário. 1º Edição. São Paulo: Manole, 2000.
- DARIDO, S. C.; RANGEL-BETTI, I. C.; RAMOS, G. N. S.; GALVÃO, Z.; FERREIRA, L. A.; MOTA E SILVA, E. V.; RODRIGUES, L. H.; SANCHES, L.; PONTES, G.; CUNHA, F. A. A educação física, a formação do cidadão e os Parâmetros Curriculares Nacionais, Revista Paulista Educação Física, São Paulo, V.15, Nº 1, p.17-32, 2001.
- FERREIRA, B. H. A. Novo Aurélio século XXI: o dicionário da língua portuguesa. 3ª Edição. Rio de Janeiro: Editora Nova Fronteira, 1999.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. Compreendendo o Desenvolvimento Motor: Bebês, Crianças e Adultos. São Paulo: Phorte Editora, 2001.
- GORDON, N. Just for the fun of it? Transverse wall for fourth and fifth grade children, Teaching Elementary Physical Education, V9, Nº5, pg. 24-25, 1998.
- HYDER, A. M. Have your Students Climbing the Walls – The growth of Indoor Climbing. Journal of Physical Education, Recreation & Dance, vol. 70 n.9 p.32-39, Nov/Dec, 1999.
- MATTOS, M. G; NEIRA, M. G. Educação Física na Adolescência: Construindo o conhecimento na escola. São Paulo: Phorte Editora, 2000.
- MORIN, E. Os sete saberes necessários a educação do futuro. São Paulo, Cortez: Brasília, DF: UNESCO, 2000.
- MORIN, E. Os problemas do fim do século. Lisboa: Editorial Notícias, 2001.
- ORTIZ, A. O montanhismo no mundo. On line, São Paulo, 2001. Disponível em: <<http://www.360graus.terra.com.br/montanhismo>> Acesso em 24.03.2007.
- PEREIRA, D. W. Escalada. (Coleção Agôn, o Espírito do Esporte). Coordenadores: Osvaldo Luiz Ferraz & Jorge Dorfman Knijnik. São Paulo, Odysseus Editora, 2007.
- SENA, D. C. S.; BEZERRA, E. J. Práticas corporais na natureza: relações de lazer e vida cotidiana. In: XVI Encontro Nacional de Recreação e Lazer, São Paulo. Anais... São Paulo: ENAREL, 2004.
- SOUZA, M. T. A Inteligência Corporal – Cinestésica como manifestação da Inteligência Humana no Comportamento de Crianças, 2001. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas.
- THOMAS, R. J. & NELSON, K. J. Métodos de pesquisa em atividade física. Porto Alegre: Artmed, 3.ed., 2002.
- UVINHA, R. R. **Juventude, Lazer e Esportes Radicais**. São Paulo: Manole, 2001.

<sup>1</sup>Centro Universitário Nove de Julho – UNINOVE – S. P.