

PRIMEIROS OBSTÁCULOS NO PARKOUR ESCOLAR

Marcelo Vieira
Licenciando em Educação Física – UNINOVE – SP

Dimitri Wuo Pereira
Mestre em Educação Física – UNINOVE – SP

Melissa de Marco
Mestre em Educação Física – UNINOVE – SP

RESUMO

Este estudo tem como finalidade explicar o que é o Parkour, modalidade francesa de atividade física criada por David Belle em 1980 que alguns estudos afirmam ser derivada e inspirada do *méthode naturelle* (Método Natural de Educação Física) desenvolvido por *Georges Hébert* combatente de guerra no Vietnã no séc. XX. Segundo Gallahue e Ozmun (2003) faz parte das habilidades motoras básicas de locomoção da criança: andar, correr, saltar, saltitar, rolar, rastejar, trepar, etc. “O Parkour é uma disciplina prática, é o estudo de aprender a navegar através de qualquer ambiente, utilizando apenas o seu corpo, superando todos os obstáculos no seu caminho. “É a arte prática de aprender a mover de um ponto a outro sem se preocupar com qualquer obstáculo que encontra no caminho” (TIEGE, 2010). Além de conhecer o Parkour e seus benefícios temos o objetivo de mostrar um modo de introduzi-lo nas aulas de Educação Física escolar. Mostraremos nessa pesquisa um trabalho realizado numa unidade do CEU, com aproximadamente 180 alunos, entre crianças e adolescentes (dos 4 aos 16 anos). A criação de um método para auxiliar o professor de Educação Física é o principal desafio desta pesquisa pela novidade do tema, pouca literatura disponível e empirismo da proposta. Acredita-se que a expressão dos alunos na iniciação da prática apresenta resultados importantes da aprendizagem de movimentos globais, agilidade, equilíbrio, força e flexibilidade, estimulando a criação de estratégias para as situações problemas apresentadas e possivelmente um avanço no raciocínio das crianças.

Palavras-chave: parkour, ensino infantil, educação física, método.

1.0 INTRODUÇÃO

Sou bailarino, professor e coreógrafo, vivo no mundo dança há mais de 15 anos e no momento curso licenciatura em Educação Física há 3 anos, seguindo para o bacharel. As práticas que envolvem a fantástica mecânica do movimento sempre me fascinaram e há 1 ano tive meu primeiro contato com o *Le Parkour*; veio através do convite de amigos praticantes de *Hip Hop*, ou melhor *B.Boys* que já se reuniam em espaços abertos, praças, terrenos e construções abandonadas, entradas e saídas de estações de trem e metrô bem como vielas com escadarias, corrimão, grandes muros, bancos, postes, etc. Tudo isso cai muito bem para a criatividade dos praticantes da modalidade que no Brasil, segundo o site *Le Parkour Brasil* (2010), já alcançou a incrível marca de mais de 50 mil adeptos.

Pretendo com esta pesquisa falar sobre a modalidade PK na íntegra números, dados nacionais e internacionais, conceitos, benefícios e sobre a possível ideia de criar um método para ser aplicado o PK com segurança e diversão no ensino infantil.

O *Le Parkour* surgiu por volta de 1980, na França criado por David Belle que usou inspirações do seu pai Raimond Belle, um dos combatentes na Guerra do Vietnã que usava alguma das técnicas semelhantes ao Parkour (que naquela época não possuía este nome) na guerra.

David Belle então adaptou essas técnicas e as batizou "*Le Parkour*" (O Percurso) que podemos simplificar daqui para a frente como PK. Após isso, com muita dedicação ele treinava sua disciplina e com o tempo foi reunindo adeptos. Mais tarde, ele apareceu em várias reportagens na mídia e então o PK passou de desconhecido à uma disciplina praticada no mundo todo (CHRISTIE, 2003).

O pai de David, Raymond Belle nasceu dia 03 de outubro de 1939 no Vietnã, naquela época conhecida como Indochina. Sua infância trágica foi marcada pelo assassinato do seu pai na violência que dominava o país na época, e pela separação da sua mãe durante a divisão do Vietnã em 1954. No entanto foi adotado pelo exército francês, recebeu treinamento militar em Dalat e completou sua educação militar em 1958, aos 19 anos. Devido a sua excepcional aptidão física, destacou-se entre os demais, juntou-se à equipe de bombeiros de elite, que era solicitada para as missões mais difíceis e perigosas de salvamento e devido a suas façanhas, recebeu vários títulos e medalhas ao longo de sua carreira. Em 1969, foi recompensado pelos seus esforços com uma medalha de honra de bronze. O sargento Belle deixou a brigada de incêndio em 1975, e veio a falecer em dezembro de 1999 (SERIKAWA, 2006).

Este treinamento militar pelo qual o sargento Belle passou foi baseado em outro estudo denominado Método Natural, desenvolvido pelo oficial da marinha francesa, Georges Hébert (BUI-XUÂN; GLEYSE, 2001 apud SERIKAWA, 2006). As construções antigas têm uma arquitetura com mais saliências e isso facilita a prática por ter mais locais de apoios permitindo ousar um pouco mais na arte de *PK* executando manobras. Veículos como carros, ônibus, caminhão e até vagões são muito bem aceitos pelos praticantes, pois há possibilidades de diferentes graus de alturas, comprimentos e fazem com que a arte alcance um ponto mais agressivo, arrojado e super radical.

Segundo Gallahue e Ozmun (2003) faz parte das habilidades motoras básicas de locomoção da criança: andar, correr, saltar, saltitar, rolar, rastejar, trepar, etc. O PK tem tudo isso como parte principal da modalidade fazendo o praticante acionar todos os grupos musculares da melhor maneira possível, já que não há uma técnica única definida isto é, os movimentos básicos de saltos, apoios e suspensões podem ser feitos de acordo com as habilidades e estilos de cada um dando mais liberdade aos movimentos.

Muitas vezes a prática também acontece em locais fechados (*indoor*) onde a estrutura pode ser melhor com relação aos riscos, quedas e impactos. O uso de alguns equipamentos de proteção é permitido e não descaracteriza de forma alguma a modalidade, se for praticado em local com piso adequado para suavizar e absorver impactos o corpo também agradece.

Espaços próprios e elaborados para ginástica com *plinto*, barras, *trampolins*, espaldares, cama elástica e tudo mais de direito que um centro olímpico pode oferecer seria um bom auxílio à modalidade, pois em muitos países o *PK* também já ganhou esses espaços, e após os treinos fechados partem para praticar *outdoor* onde a modalidade toma corpo e vida.

O Professor de Educação Física Escolar deve em tese educar através do movimento e a modalidade PK pode ser usada como ensino, não só movimento, sem significado, e sim poderão usar na vida, além de contribuir em muito com o desenvolvimento motor, cognitivo e social. Pode ser aplicado em qualquer espaço, com grande contribuição para melhorar as capacidades e habilidades.

“O feto em desenvolvimento, a cabeça forma-se primeiro e os braços formam-se depois das pernas. Da mesma forma, os bebês mostram um controle sequencial sobre a musculatura da cabeça, pescoço e tronco antes de ganhar controle sobre as pernas e os pés. Crianças pequenas são frequentemente desajeitadas e exibem um controle motor deficiente sobre suas extremidades inferiores. Isso pode ser por causa do

desenvolvimento cefalo-caudal incompleto e da complexidade das exigências da tarefa de caminhar de forma independente” (GALLAHUE e OZMUN 2001, p.61)

Escolhi e optei pelo PK por tratar de ser e uma atividade física, que reúne infinitas combinações de movimentos com os membros inferiores, sendo no caso a musculatura das pernas bastante acionadas, e isso trará um avanço motor para essa parte do corpo humano que formou-se depois, o sistema osséo da mesma forma está sendo junto fortalecido (GALLAHUE e OZMUN, 2001) de forma divertida podendo ser aplicada com as crianças facilmente nesse momento de crescimento e desenvolvimento.

Com relação ao material necessário, não precisamos falar de custos pois a princípio não existem. Com criatividade os espaços podem ser sempre adaptados, qualquer banco, escada, mureta, cadeira, as mochilas dos próprios alunos e até com uma simples faixa riscada com giz no chão já pode ser iniciada uma aula.

Na Universidade durante as aulas de Esportes Radicais tive também um contato muito significativo com o PK e pude verificar que embora nunca tivesse praticado poderia vir a ter uma identificação e de fato isso aconteceu, adorei a experiência que me fez ver algo diferente e positivo pois estou mergulhando na modalidade aprendendo, praticando e agora também repassando e trazendo mais adeptos para o mundo do PK. Busquei mais informações e conteúdo descobrindo que essa expressão de atividade tomou proporções mundiais por meio de divulgações gerais em filmes, comerciais e vídeos encontrados na internet; já existem diversas associações de PK em todo o mundo e diferentes estilos (PEREIRA e ARMBRUST, 2010).

“Tornar ou manter as aulas de Educação Física agradáveis, úteis, indispensáveis, motivantes, variadas, interessantes e bem organizadas é uma tarefa inadiável para as professoras / os professores de Educação Física. O sucesso desse empreendimento depende de uma reformulação considerável no modo de condução das aulas, a partir de um entendimento claro e inequívoco de que o objetivo, o conteúdo, os procedimentos didáticos e a avaliação da aprendizagem relacionada com as aulas de Educação Física devem estar em consonância com o primado da educação escolar e suas funções específicas e únicas. É essencial para a própria sobrevivência da Educação Física como componente curricular que tenhamos claro que o que pretendemos ensinar seja de fato condizente com aquilo que é nobre, valoroso e digno do processo de escolarização. Até o presente momento, tenho certeza de que, em termos gerais, por meio de nossos programas, tanto no papel, quanto nas situações reais de ensino e aprendizagem, não estamos sendo capazes de convencer a sociedade sobre a essencialidade de nossa presença na escola. É notório o estigma pertinente à Educação Física na escola: Educação Física é correr, fazer ginástica, jogar bola, lutar, dançar e brincar. A Educação Física é muito mais do que isso; devemos envidar esforços no sentido de recuperar tentativas passadas, negligenciadas e obscurecidas em razão de desconhecimento e / ou opção pelo mais fácil, porém débil, vulnerável e, por conseguinte, descartável. Mais especificamente, é importante e necessário enfatizar, nesta oportunidade, que Educação Física não é necessariamente sinônimo de Esporte” (MARIZ DE OLIVEIRA, 1998, p.04 e 05).

2.0 OBJETIVO

- Estudar possibilidades, meios, formas e verificar qual o momento ideal para utilizar o conteúdo do Le Parkour (PK) pois os movimentos naturais do ser humano é uma proposta a ser refletida pelo professor de Educação Física.
- Mostrar um método seguro, de como a prática da modalidade pode tranquilamente ser introduzida nas aulas de Educação Física Escolar .
- Propor essa modalidade como vivência para a criança de Educação Física Infantil será o principal foco dessa investigação.

3.0 METODOLOGIA

Este estudo iniciou a partir do meu contato direto com a modalidade, embora já observasse amigos praticantes treinando em locais públicos e outros até atuando em filmes e comerciais de televisão ainda não tinha me aventurado a fazer na realidade nenhuma aula ou treino sendo nas ruas ou dentro de alguma academia onde alguns costumam fazer e desenvolver os movimentos e manobras para, só assim então ir se aventurar e aplicar nas ruas com toda a adrenalina e emoção.

Segundo Severino (2000), os meios tecnoeletrônicos e informáticos podem ser seguramente usados e citados como fontes de documentação científica quando produzidos de forma pública sendo acessível a qualquer pessoa que deseje também obter a informação. O autor também afirma que não existem ainda normas oficiais que regulamentam tecnicamente esse tipo de referência, portanto pode-se proceder, sem prejuízo nenhum da precisão e qualidade da informação. Será feita uma revisão de literatura baseada nas normas sugeridas pelo autor.

A importância da ABNT pode ser explicada da seguinte forma:

“Sua finalidade é informar o leitor a respeito das fontes que serviram de referência para a realização da pesquisa que resultou no trabalho escrito. Essa bibliografia deve conter a indicação de todos os documentos que foram citados ou consultados para a realização do estudo, fornecendo ao leitor não só as coordenadas do caminhar do autor, mas também um guia para uma eventual retomada e aprofundamento do tema ou revisão do trabalho, por parte do leitor”. (SEVERINO, 2000, p.113).

O material colhido via internet será usado como fonte para estudo e nos auxiliará conhecer a modalidade, juntamos fotos, links, vídeos e matérias sobre David Belle, Sebastian Foucan e praticantes do PK de diversas partes do mundo. Os Filmes B-13, B-13 Ultimate e 007- Cassino Royleale são exemplos que podem ser indicados e analisados para verificar os conteúdos do PK sendo executados pelos próprios criadores da modalidade.

A minha experiência pessoal e com outras pessoas que praticam aqui no Brasil também será usada através dos relatos e vivências descritos no diário de campo bem como o próprio trabalho de introdução as práticas de PK para um grupo de aproximadamente 180 crianças de 04 a 16 anos estudantes e moradores das proximidades de um C.E.U.(Centro Educacional Unificado) localizado na zona leste de São Paulo durante o período de 4 meses que aconteceu entre fevereiro e junho de 2010.

4.0 REVISÃO DE LITERATURA

4.1 O que é *Le Parkour* ?

Le Parkour (em português:o percurso) ou *l'art du déplacement* (em português: arte do deslocamento) é uma atividade cujo princípio é mover-se de um ponto a outro o mais rápido e eficientemente possível, usando principalmente as habilidades do corpo humano.

“As pessoas praticam Parkour para um monte razões diferentes e têm as suas próprias interpretações e definições da mesma. Mas acho que no cerne da questão, o Parkour é uma disciplina prática, é o estudo de aprender a navegar através de qualquer ambiente, utilizando apenas o seu corpo, superando todos os obstáculos no seu caminho. É a arte prática de aprender a mover de um ponto a outro sem se preocupar com qualquer obstáculo que encontra no caminho” (TIEGE, 2010, p.13).

O PK é uma disciplina em que os praticantes conhecidos como traceurs, masculino ou traceuse, no feminino, usam seu corpo para passar obstáculos de uma forma rápida e eficaz. No PK aprendem-se técnicas, desde como subir, correr, se equilibrar em um muro até como pular de um lugar muito alto, porém o PK não é um esporte de pular prédios. Ele consiste em um homem correndo de alguém/algo e nenhum obstáculo pode pará-lo mas, ele não é só isso, além de passar os obstáculos devem ser executados os movimentos da forma mais natural possível como se tudo fizesse parte do seu corpo. Vale a pena ressaltar que se treina o PK para si mesmo e não para impressionar ninguém. AKIRA(2010)

A ideia é ajudar o ser humano a superar obstáculos de qualquer natureza no ambiente circundante desde galhos, pedras, grades, muros e paredes de concreto, podendo ser praticado em áreas rurais e urbanas.

O PK foi criado para ser utilizado em situações de adversidade ou emergência, mas também é praticado como uma atividade física a ser treinada e aprimorada, além de ser uma excelente maneira de manter a forma se divertindo. Quando se está atrasado para pegar um ônibus, por exemplo, o praticante pode utilizar dos seus conhecimentos do PK para se deslocar rapidamente transpondo os obstáculos e chegar a tempo. AKIRA(2010)

Quem deseja começar é importante, que procure praticantes mais experientes, para receber orientações e ter consciência de algumas regras básicas, dicas de vestimentas, segurança, bem como conhecer um pouco de sua história e finalidade inicial e principal, irá ouvir e aprender com muitos praticantes que o PK além de uma arte de praticar exercícios pode ser uma filosofia rumo a melhorar a qualidade de vida (AKIRA, 2010).

Estudos e pesquisas afirmam que as inspirações para essa arte surgiram de várias partes, primeiramente pelo *méthode naturelle* (Método Natural de Educação Física) desenvolvido por *Georges Hébert* no séc. XX. Soldados Franceses no Vietnã começaram a espelhar no trabalho de *Hébert* criando o treinamento militar: *parcours du combattant*.

Soares (2003, p. 25 apud SERIKAWA, 2006, p.06) afirma:

“Como tenente da marinha francesa, Hébert, teve a oportunidade de conhecer o mundo através de viagens no começo do século XX, que lhe trouxeram lembranças e observações de um ideal de beleza, saúde e força, de um povo cujo estilo de vida ainda não havia sido alcançado pelas civilizações européias”.

Em 1905 recebe a “incumbência de desenvolver e aplicar um programa de ensino de exercícios físicos na Escola de Fuzileiros de Lorient, sessão que contava, na época, com 1.200 homens”. SOARES, (2003, p.26 apud SERIKAWA, 2006, p.06).

Este programa já apresentava características básicas naturistas, tais como “resistência corporal ao frio, endurecimento, utilização do meio natural como terreno de exercício, exercícios utilitários, nudez controlada” que mais tarde seria conhecido como Método Natural.

Serikawa (2006, p. 06) afirma:

“David Belle foi iniciado no treinamento militar e méthode naturelle por seu pai,

Raymond Belle, que além de servir na guerra, era bombeiro, neste treino militar. Belle, por sua vez, continuou a praticar outras atividades como artes marciais e ginástica, buscando aplicar suas habilidades adquiridas de forma prática na vida”.

Depois de se mudar para *Lisses*, junto com alguns amigos, na cidade francesa na década de 1980, começou a desenvolver uma nova técnica de deslocamento urbano, juntando o método natural com conhecimentos de artes marciais, ginástica olímpica e outras disciplinas e continuou sua jornada. "Desde então nós desenvolvemos" disse *Sébastien Foucan* no documentário *Jump London*, " realmente em toda a cidade lá estávamos; lá estava o PK. Você precisa apenas olhar, você precisa apenas imaginar, como uma criança" descrevendo a visão do parkour.

No final da década de 1990, *Belle* e *Foucan*, foram divergindo seus ideais até que se separaram por completo. Para *Foucan*, PK é uma atividade mais ligada às filosofias orientais e seus movimentos estão baseados na autonomia e nas energias positivas, além de ser aberto a outras influências, tais como break dance. Com o documentário *Jump London*, o termo *Free running* foi criado e difundido por *Foucan* para denominar a prática com inclusão de movimentos acrobáticos e ineficientes, do ponto de vista do conceito de utilidade, característico do método natural e do objetivo inicial e principal do PK. (CHRISTIE, 2003).

4.2 O PK na escola

Jovens praticantes marcam de se encontrar para treinar movimentos que eles muitas vezes só viram pela internet ou algum praticante mais experiente executando, e sabemos que o fazer é muito diferente do ensinar (PEREIRA e ARMBRUST, 2010, p.84).

Dentro da escola com um profissional ensinando e auxiliando podemos nos utilizar do PK para trabalhar os movimentos globais. Seu conteúdo é super rico e estão inseridos movimentos em que o praticante desenvolve e aprimora seu equilíbrio, agilidade, flexibilidade, força entre outras habilidades bem como as capacidades, além de serem estimulados a criação de estratégias para as situações problemas apresentadas e possivelmente um avanço no raciocínio das crianças tudo isso se divertindo mergulhando em um universo novo e desafiador.

Uvinha (2001) propõe que "os esportes de aventura devem ser utilizados como conteúdo na educação infantil, pois fogem dos padrões e tornam as aulas mais criativas e inovadoras".

As atividades de aventura já descritas por diversos autores, como Bruhns; Marinho (2003) são possibilidades educacionais reais e parecem estar relacionadas a valores necessários de serem resgatados na sociedade globalizada em que vivemos como apontam Uvinha (2004) e Coimbra (2006).

À medida que a criança cresce pode ainda fazer uso do PK, fugindo de alguma coisa ou de alguém, sendo de um bandido ou um cão, praticando o PK se evitaria um assalto ou uma mordida. Pode ainda ser usado em um ato de socorrer alguém em perigo em algum lugar de difícil acesso, carregando algo ou levando quem precisa de ajuda e até no dia a dia das atividades cotidianas.

A cultura brasileira adotou a aventura envolvendo educação física, esporte e meio ambiente. A palavra de origem latina significa: incerto, perigoso e o que está por vir, o acesso fácil, sem fundamentos e conhecimentos ao que de fato é aventura preocupa, pois o risco é real e acidentes podem acontecer com mais frequência devido à pouca cultura de atividades físicas ao ar livre (PEREIRA e RICARDO, 2008).

Muitos desejam simplesmente se jogar nas práticas da modalidade acreditando ser tudo simples e fácil até porque a internet está acessível a qualquer um e a mídia também coloca da seguinte forma: "Parkour é Liberdade" e não tem limites, deve só começar pelos movimentos básicos. (PEREIRA e ARMBRUST, 2010, p.84)

Mas o que é básico? Quem está apresentando e demonstrando segue uma sequência pedagógica de movimentos? Será que o corpo da criança e do jovem estão preparados para receber aquele impacto? (PEREIRA e ARMBRUST, 2010, p.84).

Cabe nesse momento a intervenção e mediação de um professor munido de informações corretas e um processo pedagógico de ensino assegurando e visando a segurança para que não saiam desafiando os movimentos sem ao menos conhecerem seus limites. Nesse momento entra a proposta e a afirmação de que se fazem necessárias a formulação e a criação de um manual com dicas seguras, embasamentos científicos e por que não falar um “Manual de ensino básico e introdução ao Parkour”, material esse que poder ser também inserido como conteúdo nos cadernos de ensino escolar do estado e município em todo o território nacional.

Consultando o Currículo do Estado de São Paulo (C.E.S.P., 2010) foi constatado que nada é citado a respeito de Esportes Radicais nos conteúdos para o professor de Educação Física aplicar nas aulas de Ensino Fundamental e Médio, é mencionado “modalidade alternativa” (*beisebol, badminton, frisbee* ou outra) pode ser introduzido o PK em alternativas, mas foram lembradas somente as modalidades esportivas, porém no PK não há competição, ninguém perde e os praticantes não estão ali com o intuito de ser vencedores e receber uma medalha ou troféu, enfrentam a si mesmos os seus limites

O *Parkour* envolve o espírito de cooperação entre seus praticantes, a superação de obstáculos, sejam eles de caráter físico, cognitivo ou emocional. No *Parkour* só existe um tipo de competição: você e o seu medo. (SERIKAWA, 2006)

O conhecimento dos limites é fundamental para manter a integridade nas atividades e uma progressão gradativa, devido a vários grupos musculares serem acionados. Treinar com maior atenção as aterrissagens para evitar as lesões, avaliar os vídeos postados na internet se faz necessário e não se aventurar a realizar de forma displicente o conteúdo do PK, correr, saltar, rolar, pendurar, trepar, empurrar, balançar, equilibrar, etc.

“A Educação Física já se apropria desses movimentos, porém não eram utilizados de forma desafiadora então, ressaltando que o novo é velho e o velho se reconstrói e desconstrói, reorganiza e modifica sua ação”.(PEREIRA, 2010, p.86)

Pretendemos pesquisar e saber a razão de não estar contido no C.E.S.P. já que em muitas escolas o conteúdo de esportes radicais e abordado e desenvolvido pelos professores de Educação Física. Educação do Movimento, Educação para o movimento e Educação pelo movimento, como diferenciar e qual melhor usar? Claro que para compreender tudo isso na íntegra requer muito estudo e pesquisa, que agora no momento simplificaremos um pouco utilizando as definições de Freire (1997, p.84)

O corpo pode educar-se de formas infinitas, poderíamos falar em “educação corporal” como um dos objetivos da educação física. Na “educação do movimento” sem dúvida os movimentos podem ser apresentados cada vez mais bem coordenados o que é possível através de uma educação sistemática orientada na escola.

Já na “educação pelo movimento” os movimentos aprendidos, atingem outros mais difíceis ou aquisições não motoras com as intelectuais e as sociais, os movimentos são produzidos em um certo nível e servem de base para os mais elaborados ou mais complexos. Freire (1997, p.84)

Infelizmente, a “educação para o movimento” é a mais frequente colocando as habilidades motoras como objetivo único e perdendo a identidade da educação humanista.

Educação Física não é apenas educação do ou pelo movimento; é “educação de corpo inteiro”, um corpo em relação com outros corpos e objetos no espaço. Educar corporalmente vai além dos

movimentos qualitativamente melhores deve-se educá-la para o não se movimentar, promover tensões e relaxamentos, ensinar também o não-fazer. Freire (1997,p.84)

Pegando um gancho aqui na fala de Freire o princípio do PK é também o não- fazer, sendo o fazer menos possível de esforço físico ou seja, gastar somente a energia necessária para percorrer o percurso ou transpor o obstáculo.

Segundo Freire (1997,p.22) não devemos padronizar os movimentos das crianças. A psicologia infantil e psicomotricidade se dedicaram a descrição dos movimentos realizados pela criança durante seu desenvolvimento desconsiderando aspectos culturais e sociais.

O autor também não acredita na existência de padrões de movimentos e sim na manifestação de ‘esquemas motores” isto é, organizações de movimentos construídos pelos sujeitos que dependem tanto de recursos biológicos e psicológicos de cada pessoa e do meio ambiente em que ela vive.

Quando descrevem desenvolvimento infantil, este sempre é referido aos atos de pegar, engatinhar, andar, correr, saltar, girar, rolar o que é tido e visto em quase todas as crianças, mas o que se espera aqui é significativa melhora e avanço na qualidade de movimentos: que aos 3 anos ande e corra com certa habilidade e aos 7 anos já estejam saltando. Freire (1997,p.23).

Ele afirma que o papel da Educação Física não deve ser reduzido simplesmente ao ato motor. Em relação ao seu papel pedagógico deve atuar como qualquer disciplina da escola e não desintegrada dela. Claro que as habilidades motoras devem ser desenvolvidas garantindo as ações físicas, mas não deixando de lado os aspectos cognitivo, social e afetivo.

Para Melo e Soares (2010 apud PEREIRA, ARMBRUST e RICARDO, 2008) “as atividades de aventura, no princípio eram destinadas apenas àqueles que eram dotados de heroísmo e coragem” e como afirma Soto (2007, p.85): “foram ganhando destaque na mídia em meados da década de 90 do Século XX”.

Encontram-se na literatura várias nomenclaturas para as atividades de aventura, ainda não existindo um denominador comum:

"São muitas as nomenclaturas designadas a este tipo de atividade. A mais divulgada pela mídia é Esportes de Aventura, outros nomes comuns são: Esportes em Integração com a Natureza, Esportes Radicais, Esportes de Aventura na Natureza, Esportes Californianos, Esportes em Liberdade, Esportes Selvagens, Atividades Deslizantes de Aventura e Sensação na Natureza, Atividades Esportivas de Diversão e Turísticas de Aventura, Esportes Tecnológicos e Novos Esportes. Todas estas designações mostram alguma característica relacionada com as atividades desenvolvida (MUNHOZ, GONCALVES Jr, 2004, p.2).

A criança usará as noções lógico-matemáticas nas atividades escolares e também fora do ambiente escolar o mesmo, acontecerá com suas vivências das aulas de Educação Física, muitas coisas serão experimentadas e usadas durante sua vida no meio externo.

- correr para pegar um ônibus ou de um cão bravo que se soltou,
- empurrar um carro que por ventura parou de funcionar,
- saltar uma grande poça d'água, ou outro obstáculo qualquer,
- trepar em uma árvore para colher uma fruta no pé,
- escalar o muro de casa por ter perdido ou esquecido suas chaves, etc.

São várias as situações em que um bom acervo motor pode ser empregado nos livrando e resolvendo problemas do dia a dia.

Segundo Freire (1997, p.86)

“Cada vez mais a criança aprende menos na escola e mais pelos meios de comunicação que, sem dúvida, exercem mais influência que o sistema de ensino. A escola precisa perder a ilusão de que ela é a única que está ensinando o que é necessário para se viver em sociedade”.

4.3 Método de ensino do *Le Parkour* na escola

Nesta fase da pesquisa devemos explicar o que de fato é método, já que o nosso método de ensino ainda não existe com todas as suas formas e definições totalmente desenvolvido.



circuitos de PK para aplicar (equilíbrio, saltos vertical e horizontal)

“a utilização de métodos científicos não é da alçada exclusiva da ciência, mas não há ciência sem emprego de métodos científicos. Métodos é o conjunto das atividades sistemáticas e racionais que com maior segurança e economia, permite alcançar o objetivo- conhecimentos válidos e verdadeiros - traçando o caminho a ser seguido, detectando erros e auxiliando as decisões do cientista” (LAKATOS, 2005, p.83).

Para introduzir o *PK* na escola, nas atividades de Educação Física é muito simples, qualquer espaço pode tranquilamente se transformar em um circuito para acontecer uma aula, nada precisa ser criado, modificado nem construído o espaço esta ai, já existe e pode ser facilmente utilizado para as crianças praticarem sendo ele, rural ou urbano.

Ressaltam a importância de práticas novas na escola, acreditam em aspectos positivos: inovação, liderança, consciência ambiental, senso de responsabilidade e espírito de equipe (UVINHA, 2004 apud PEREIRA, 2007).

O melhor de tudo é que o *PK* é totalmente eclético: pode ser praticados por adultos e crianças, homens e mulheres, ou mesmo por pessoas que não costumam fazer atividade física. Não são necessários equipamentos ou roupas específicas, apenas um tênis com amortecedor no pé e roupas confortáveis, que não prendam e nem atrapalhem nos movimentos amplos.

Não sei se posso chamar de método usado para a introdução do *PK* mas, passo a passo, irei detalhar e descrever agora a forma que até então utilizei para estimular os alunos a iniciar mesmo sem uma total compreensão dos objetivos que eu já havia traçado.

Queria mostrar para os outros educadores do CEU (Centro Educacional Unificado) Inacio Monteiro, um dos locais onde trabalho, que os alunos poderiam praticar o *PK* como forma de atividade física. A princípio propus como pequenos desafios, pois ao me verem passando exatamente por cima de uma simples linha traçada com giz no chão onde em nenhum momento eu pisava fora com nenhum dos pés, eles também queriam mostrar suas capacidades de equilíbrio e assim faziam, não sabiam meu foco e

para eles também não existia uma razão ainda. Assim aconteceu, em forma de uma grande brincadeira, que a cada dia eu trazia para eles um novo desafio, sendo um seguimento do anterior. Alguns me surpreendiam completamente e pude verificar e medir distâncias e alturas tirando por meus parâmetros em porcentagens alguns com 4 e 5 anos de idade, os quais atingiam marcas que pareciam de atletas treinados para fazer aquilo.

Fiquei muito impressionado com a vontade, digamos até determinação e coragem em muitos casos, pois eles enfrentam os desafios e se desafiam também. Claro que os limites são obedecidos e a segurança se faz necessária para a brincadeira ir caminhando e não desmotivá-los. A conquista do amiguinho era sempre muito comemorada por todos e grandes torcidas existiam para cada obstáculo ser ultrapassado e assim acontecendo ia sendo apresentado a eles um novo desafio.

Não sei se isso é criar ou desenvolver um “método de ensino” mas em forma de tentativas e conforme as coisas aconteciam, como não seguia nenhum método já existente e nenhum manual de introdução ao PK para crianças de ensino infantil na faixa etária de 04 a 07 anos, fui seguindo o bom senso de percepção de professor arte educador que já exerço junto a entidades públicas e privadas, academias, escolas e ongs há mais de 15 anos e adotei uma regra, acompanhar o dia a dia de cada criança visando seu melhor desenvolvimento motor e coordenação, respeitando claro os padrões de movimentos deles, ou seja, quando chegavam a um estágio e, ao ver e entender que uma segurança e confiança por parte deles era adquirida, suficiente para cumprir a tarefa determinada, partíamos juntos para algo novo e mais motivante. Depende muito da progressão deles alunos no processo de analisar e executar o movimento em uma escala de 70% a 100% para que somente assim possa ser aumentado o grau de complexidade. Com isso a necessidade de mais força, equilíbrio, agilidade, passa a ser mais exigida e aumenta-se também a atenção e cuidado por parte do professor orientador da atividade, seguindo dessa forma sempre até o término de cada aula.

O espaço físico precisa ser pré-definido e verificado com antecedência e deve ser total a criatividade do professor que atuar com o PK, por outro lado seguindo uma sequência didática, sugerindo alguns temas, dividindo por níveis encaixando nas faixas etárias, discriminar materiais que possam ser utilizados, ex: bancos suecos, plinton, caixas de papelão, colchonetes, corda, giz, entre outros. Após essa fase seguir para outra divisão que parte do objetivo, pensando nos conteúdos passando pelo conceitual, procedimental e verificar o atitudinal, sempre. PEREIRA (2010,p84)

A maneira de introdução fase por fase utilizada para as crianças do CEU no período de 4 meses foi a seguinte:



rolamento frontal

Fase 1: A princípio um colchonete foi utilizado para iniciar alguns rolamentos e cambalhotas. Com o mesmo colchonete brincou-se também com o imaginário da criança: falar, por exemplo, que irão de agora em diante saltar da margem direita de um rio para a esquerda, ou seja, de um lado do colchonete para o outro, podendo ser na largura, comprimento e bem mais à frente utilizaremos a

altura. Desse modo estimulamos saltos horizontais e à frente seguimos para os saltos verticais.

Fase 2: Seguindo essa mesma ludicidade foram colocados no chão vários colchonetes em distâncias horizontais já verificada na fase anterior, e cada um representava uma base (prédio). Eles deveriam entrar e sair no circuito saltando de um para o outro sem pisar no chão. Lembrando que sendo o homem aranha pulariam de um prédio para o outro.

Fase 3: Foram riscadas com um giz, em outro dia, algumas linhas no chão que ligavam um colchonete ao outro por onde deveriam passar para chegar ao lado e nessa fase eles tiveram também que rolar em local já determinado, saltar horizontalmente e ter total equilíbrio para passar pisando exatamente em cima da linha.

O interesse pelo desafio, foi percebido na hora demonstrado com o brilho nos olhos e sorrisos, mesmo se a proposta parecia que seria repetida em alguns momentos, as crianças que ali se encontravam estavam dentro de uma grande aventura que queriam viver.



primeiros passos para transpor obstáculos, aterrissar suavemente e eficientemente

Fase 4: Então, com um banquinho simples iniciou-se, a fase de subir e trepar, sempre com auxílio do professor orientando posições e apoiando com as mãos passando confiança para os alunos até que após muitas repetições e adaptações, avançamos com o acréscimo de colchonetes para além de subir; agora deve-se saltar para o colchonete, apoiar as mãos no chão forçando uma flexão dos joelhos e então auxiliar a criança a fazer um rolamento (cambalhota).

Fase 5: Com alguns banquinhos simples foi elaborado um novo circuito onde poderiam saltar sobre, para eles, e também utilizar as mãos para apoio no momento de ultrapassar sendo com apoio dos pés sob o banco ou sem apoio ou seja, não encostar.



executando com tranquilidade e segurança

Fase 6: Unindo e triplicando todos os objetos colocados agora em várias combinações diferentes e acrescentando algumas mochilas, cobrimos um espaço grande com vários obstáculos e ali, foi construído um “parque de diversões” de PK.

“um individuo demonstra um bom índice de coordenação, quando consegue realizar

determinado tipo de movimento com facilidade, e a sequência e o timing de seus atos são bem controlados. Ademais, apontam esse componente como essencial para o desempenho motor, não podendo ser avaliado de forma direta ou indireta, e se assim o fizerem se estará provocando inconsistências conceituais e operacionais que podem afetar a confiabilidade de seus resultados” (ESPENSCHADE e ECKERT, 1980 apud GUEDES e GUEDES, 2000, p.89)

Ao ver e perceber que o domínio já existia partiu-se para um pouco de autonomia, no novo circuito e nessa nova fase foram criadas situações, ordens, formas de ultrapassar, saltar e rolar da maneira que melhor desejarem, pois tudo que já até aquele momento tinham aprendido iria ser agora utilizado de forma mais livre porém sob os olhares atentos e acompanhamentos do professor. As crianças ficaram brincando no “parque de diversões” de PK e todos os participantes estavam praticando atividade física com um enorme sorriso no rosto e muita disposição.

Após ter visto que o gosto pelo PK tinha fortalecido e para atender novas perspectivas existentes na modalidade, começamos uma nova fase denominada outdoor. O C.E.U. tem uma boa estrutura e um espaço físico fantástico com grande área livre onde possui 2 quiosques, uma série bancos e mesas de concreto, árvores, escadas, corrimão, balanços, brinquedos e 3 mastros para astiar as bandeiras que também foi utilizado nessa fase ao ar livre.

Quando a notícia de praticarmos o PK na área externa foi passada aos alunos, realmente aconteceu uma festa, eles de imediato captaram e entenderam que muitas outras possibilidades novas iriam surgir, os obstáculos seriam maiores e mais difíceis. Percebi ali naquele momento que eles de fato já estavam com o espírito do PK nos seus interiores, não queriam a chance de recuar os medos seriam enfrentados e ponto.

Claro que como professor também achei sensacional a atitude deles e a vontade foi a mim transferida da melhor forma e sem pensar duas vezes, fomos juntos dali para frente descobrir cada cantinho do C.E.U. praticando o PK.

Muitas fotos, vídeos documentando e registrando passo a passo do início até hoje, foi meu material de estudo de campo, porque dessa forma consegue-se fazer uma comparação e avaliação do processo que, após 4 meses de dedicação a fim de descobrir e ver as possibilidades de avanço na aprendizagem motora que uma criança na faixa etária de 04 a 07 anos pode ter já na Educação Física infantil escolar.

As novas situações problemas são encaradas com muita alegria e festejadas preparando-os para um mundo que logo irão conhecer e serão agora de fato obrigados sem escolha a viver nele. Grandes arranha-céus, barreiras, obstáculos e pessoas os aguardam lá fora, para isso tudo deverão ter coragem e não recuar.

5.0 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho mesmo inicial tem um conteúdo concreto e serve para levantar a bandeira com o intuito de defender positivamente a prática de esportes radicais aqui representada pelo PK buscando unir passo a passo, juntar peças com informações que logo mais servirão de material para a construção e formulação de um manual ou guia direcionado ao profissional de Educação Física.

Com ele em mãos, iniciar o PK nas aulas de Educação Física escolar já para a faixa etária de 04 a 07 anos será muito tranquilo logo que terá parâmetros para seguir sendo em explicações, fotos e também vídeos demonstrativos.

Neste estudo estão entrelaçados 3 objetivos que seguem juntos (1) conhecer e explicar o PK em toda a sua essência, (2) apresentar o relato de experiência vivida passando o conteúdo do tema *Le Parkour* na Educação Física Infantil para chegar ao último e principal desafio (3) criar um método de ensino e introdução para auxiliar o professor de Educação Física. Tudo isso tratou de forma clara mostrar uma cultura corporal até então não tão conhecida de todos mas cujos movimentos já estão contidos na Educação Física, porém não com essa inovação e caráter desafiador, e não requer um material específico.

Trata-se de mais uma modalidade rica em movimentos que aprimora o desenvolvimento e aprendizagem motora, acredito que a sua iniciação traz resultados importantes e significativos na agilidade, equilíbrio, força, flexibilidade e que estimula a criação de estratégias para as diversas situações problemas apresentadas durante sua prática em circuitos e possivelmente um avanço no raciocínio das crianças.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AKIRA, L. Le Parkour. **Jornal Folha de SP 08/09/2005**. (on line) Disponível em: <www.leparkourbrasil.blogspot.com.br> : (Acessado em: 13 de abril de 2010).
- BRASIL, MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CULTURA. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física**. Brasília: MEC, 1998.
- CHRISTIE, M. **Jump London**, produced by Optomen Television. Channel 4, exibido em: setembro de 2003.
- FINI, M. I. e VIEIRA, A. **Linguagens, códigos e suas tecnologias**. Currículo do Estado de São Paulo. Secretaria da Educação. São Paulo: SEE, 2010.
- FREIRE, J. B. **Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física**. São Paulo: Scipione, 1997.
- GALLAHUE, D. L. e OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 2^a.ed. São Paulo: Phorte, 2003.
- GUEDES, D. P. e GUEDES, J. E. R. P. **Crescimento, composição corporal e desempenho motor: de crianças e adolescentes**. São Paulo: CLR Balieiro, 1997.
- Le PARKOUR ESPECIAL 2007. (on line) Disponível: <<http://www.abril.com.br/le-parkour/>> Acesso em: 27 de novembro de 2010.
- LAKATOS, E. M. **Fundamento de metodologia científica**. 6^a.ed. São Paulo: Atlas, 2005.
- MARIZ DE OLIVEIRA, J. G. Da Educação Física à Cinésilogia Humana. II Colóquio sobre Epistemologia da Educação Física. **Anais...** Paraná, 2005.
- MUNHOZ, J. F.; GONÇALVES J. R., L. Atividades físicas de aventura na natureza: trajetória na região de São Carlos. In: III Congresso Científico Latino Americano UNIMEP/FIEP. **Anais...** Piracicaba. 2004.
- PEREIRA, D. W e ARMBRUST, I. **Pedagogia da aventura - Os esportes radicais, de aventura e de ação na escola**. 1^a ed. São Paulo: Fontoura, 2010.
- SEVERINO, A. J. **Metodologia do Trabalho Científico**. 21. ed. São Paulo: Cortez, 2000.
- SERIKAWA, C. **A força de membros inferiores em estudantes do ensino médio praticantes de Le Parkour**. Santo André: Trabalho de Conclusão de Curso, 2006.
- SOTO, C. A. Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: un fenómeno moderno o pos moderno? **Apunts: Educación Física y Deportes**, Barcelona, p.81- 87, 2007.
- TIEGE, M. Parkour - **Stripped down to its Essentials**. (on Line) Disponível em: <<http://www.americanparkour.com/content/view/5837/394/>> (acessado em 04 de dezembro de 2010).

Bibliografia Recomendada

- CASTELLANI FILHO, Lino. **Educação Física no Brasil: a história que não se conta**. Campinas, SP. Papyrus, 1994.
- MARIZ DE OLIVEIRA, J. G. Preparação profissional em educação física. In: S. C. E. Passos (Org.) **Educação física e esportes na universidade**. Brasília: Universidade de Brasília, pp. 225-245, 1988.
- REBELO, M. E. Psicomotricidade e a educação física! **Sprint Magazine** Ano XVII, n. 79 Jul/Ago, p. 19, 1995.
- SOARES, Carmen Lúcia. **Educação Física: raízes européias e Brasil**. Campinas, SP: Autores Associados, 1994.
- _____. Georges Hébert e o Método Natural: nova sensibilidade, nova educação do corpo. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v.25, n.1, p. 21-39, set. 2003.
- _____. Memórias da Natureza: Georges Hébert e a educação do corpo. IV Encuentro Deporte y Ciencias Sociales. **Anais...** Buenos Aires, nov. 2002.