



APLICAÇÃO DO CONTEÚDO LUTAS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO-TÉCNICO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Wilson Amaro Félix Silva
Uberty Felipe De França Pereira
Appolo Silva Nascimento Dos Santos
Mirella Vitória Dos Santos Caitano
Ana Lúcia Santos Ramos
Daniel da Rocha Queiroz

INTRODUÇÃO

O relato apresenta uma experiência que foi realizada em uma turma do ensino médio-técnico da Escola Técnica Estadual Miguel Batista, em Recife-PE, com o conteúdo Lutas, uma das unidades temáticas propostas pela Base Nacional Comum Curricular (BNCC) para a Educação Física. Segundo a BNCC (BRASIL, 2017, p. 218), “as lutas envolvem disputas corporais nas quais os participantes utilizam técnicas, táticas e estratégias para imobilizar, desequilibrar ou defender-se do oponente”. Os conceitos do tema incluem técnicas corporais, estratégias de ataque e defesa, cooperação, autocontrole e respeito ao adversário, fundamentais para o desenvolvimento motor, social e cultural dos estudantes. A importância deste relato está em evidenciar como “as lutas podem ser trabalhadas de forma pedagógica, superando a associação equivocada entre lutas e violência, e promovendo valores éticos e sociais, como respeito, autocontrole e cooperação” (RUFINO; DARIDO, 2012).

O relato foi motivado pelo desafio de integrar teoria e prática no ensino de lutas, em turmas com estudantes em grande parte sem experiência prévia, utilizando recursos simples e adaptados à realidade da escola. O objetivo desta experiência foi planejar e aplicar aulas de Educação Física sobre lutas, possibilitando aos estudantes a vivência dos movimentos corporais, sociais e culturais, ao mesmo tempo em que os licenciandos em formação docente consolidavam sua prática pedagógica.¹

¹ (UFPE). E-mail: wilson.amaro@ufpe.br

² (UFPE). E-mail: uberty.felipe@ufpe.br

³ (UFPE). E-mail: appolo.silva@ufpe.br

⁴ (UFPE). E-mail: mirella.caitano@ufpe.br

⁵ (UFPE). E-mail: anasrcosta13@gmail.com

⁶ (UFPE). E-mail: daniel.rochaqueiroz@ufpe.br



METODOLOGIA

O relato foi vivenciado no dia 03 de setembro de 2025, com duração de 50 minutos, na disciplina de Educação Física da Escola Técnica Estadual Miguel Batista, localizada em Recife, Pernambuco. A experiência foi a aplicação prática do conteúdo de lutas com atividades de oposição, a intervenção consistiu em planos de aula trabalho no último mês e nesse dia atividades voltadas às lutas de curta, média e longa distância, foram desenvolvidas de forma prática na quadra, sem uso de tatames e apenas com cones e corda, através de adaptações pedagógicas. As atividades foram aplicadas em duplas e grupos, com exercícios de empurrar, resistir e desequilibrar o adversário, sempre contextualizadas por diálogos iniciais e durante as atividades.

A vivência foi uma intervenção prática pedagógica, com os alunos do 2º ano do curso técnico em Design Gráfico como protagonistas, a maioria sem experiência prévia em lutas. Os recursos incluíram a quadra, cones e demarcações simples, utilizando o corpo como principal instrumento de experimentação. As informações foram coletadas por relatos orais e observação direta, considerando a participação, engajamento, cooperação e percepções dos estudantes, seguindo uma abordagem qualitativa e descritiva. A atividade contou com supervisão da professora Ana Lúcia, garantindo segurança e condução adequada, voluntária e respeitando princípios pedagógicos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A experiência possibilitou aos estudantes do 2º ano, vivenciar o conteúdo de lutas de forma segura e colaborativa, utilizando cones, cordas e o próprio corpo. Foi observado o engajamento, cooperação, entusiasmo, autocontrole e estratégias corporais, evidenciando a importância de práticas pedagógicas contextualizadas. Isso dialoga com Rufino e Darido (2012), ao destacar que as lutas na escola promovem valores como respeito e autocontrole. Mesmo sem tatames, as adaptações pedagógicas asseguraram segurança e eficácia dos estudantes.



As atividades propostas compreenderam três etapas distintas. A primeira foi o Jogo do Cone, no qual os alunos, organizados em duplas, em base com saltos leves, ao sinal, deveriam alcançar o cone posicionado no centro. Essa prática possibilitou o aprimoramento da atenção, do tempo de reação e da postura, além de estimular o respeito às regras e a socialização por meio da troca constante de duplas.

A segunda atividade, o Desafio dos três estágios, em fases progressivas. Inicialmente, os estudantes, agachados em áreas delimitadas, buscavam desequilibrar o colega; em seguida, em posição ereta, tentavam empurrar o adversário para fora da área sem derrubá-lo; por fim, sentados de costas com fita amarrada ao pé, procuravam retirar do colega sem se levantar. Essa sequência favoreceu o desenvolvimento de força, resistência, estratégias de ação, raciocínio tático e controle corporal, promovendo adaptação gradual, respeito mútuo e autocontrole. A terceira atividade, a Batalha de gigantes, organizou os estudantes em dois grupos, cada qual com um cone em lados opostos, um representante de cada equipe disputava um cabo de guerra para alcançar o cone do próprio arco. Essa dinâmica incentivou técnica, postura adequada, liderança e cooperação, além de estimular o espírito de torcida e o equilíbrio emocional diante das disputas. Assim, a experiência evidencia a relevância de metodologias ativas e de adaptações criativas, que permitem a vivência das lutas mesmo em contextos escolares

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O relato demonstrou que o intuito de proporcionar aos estudantes atividades envolvendo lutas, de maneira segura e significativa, com aprendizado prático, foi plenamente alcançado. Além das práticas na quadra, os estudantes em um momento anterior participaram de atividade teórica em sala, o que favoreceu a compreensão dos conceitos, regras e estratégias das lutas, promovendo integração entre teoria e prática.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular. Educação é a Base.** Brasília: Ministério da Educação, 2017.

RUFINO, Luiz Gonzaga; DARIDO. **As lutas na escola: possibilidades e desafios.** *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, 2012.