INTERDISCIPLINARIDADE ENTRE PRÁTICAS ESPORTIVAS COMO ALTERNATIVA PARA O APERFEIÇOAMENTO DAS CAPACIDADES FÍSICAS: EXPERIÊNCIA ENTRE BASQUETE 3X3 E ATLETISMO

Kézia de Alencar Santos

Odair Jesus de Almeida   
Majô Cristine Lopes Dias

**RESUMO**

**Introdução:** O princípio deste trabalho é melhorar o condicionamento físico dos alunos do basquete 3x3, através da prática esportiva do atletismo. Pois todo professor deve investigar sobre o não rendimento ideal para a prática do jogo. Iniciamos o ano letivo de 2022 na prática esportiva de basquete 3x3. Deparamos com dificuldades encontradas pelos alunos para a realização das atividades propostas nas aulas, dificuldades para a realização dos fundamentos básicos para a iniciação esportiva como o correr, saltar, pular e etc. No intuito de melhorar a prática esportiva, projetamos a união das práticas de atletismo e basquete 3x3. **Objetivo:** Vivenciar os fundamentos básicos do atletismo para melhorar as habilidades motoras e destrezas específicas e globais. Conhecer a importância da integração entre as modalidades esportivas. Realizar fundamentos de outros esportes capazes de nos auxiliar na prática esportiva de uma modalidade específica. Valorizar a importância do treinamento físico multimodalidade. **Metodologia:** Para melhorar as capacidades motoras, elaboramos vários treinos dos fundamentos básicos. Dentre eles o exercício de agachamento, saltos, agilidades, flexibilidades, força e resistência dentre outros. O Trabalho colaborativo entre docentes constituiu-se em excelente espaço de aprendizagem, permitindo a identificação de suas forças, fraquezas, dúvidas e necessidades de reconstrução, a socialização de conhecimentos, á formação de identidade grupal e a transformação de suas práticas pedagógicas (ZANATA, 2004; LOIOLA, apud DAMIANI, 2008, p. 220). **Resultados:** O projeto multimodalidade originou em um grande avanço na equipe de basquete 3x3, ao trabalhar de forma treinável as competências notamos melhor desempenho da equipe. A progressão nas práticas esportiva está sendo superadas a cada dia. A partir da experiência multimodalidades, nota-se que os alunos atletas apresentam movimentos padronizados e com melhorias nos fundamentas básicos complementares. **Conclusão:** O Projeto ‘Multimodalidade’ uma proposta de alternativa de ensino que visa o desenvolvimento do rendimento do atleta-aluno, com ênfase nas habilidades corporais e o trabalho colaborativo. Diante dos resultados apresentados podemos concluir que houve uma significativa melhoria na equipe de basquete 3x3 da Escola Governador José Fragelli (escola arena).

**Palavras-chave:** Melhoria., capacidades., multimodalidade.