



**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
ESPECIALIZAÇÃO EM PESQUISA DO MOVIMENTO HUMANO,  
SOCIEDADE E CULTURA  
PROFESSOR ORIENTADOR: MARCO AURÉLIO ACOSTA**

**A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FUNDAMENTO PARA EMANCIPAÇÃO  
NO ASILO ó POR UMA PRÁTICA PEDAGÓGICA PARA ALÉM DOS  
BENEFÍCIOS FÍSICOS**

**Autora: Daniele Jacobi Berleze**

**Santa Maria, Dezembro de 2014.**

**A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FUNDAMENTO PARA  
EMANCIPAÇÃO NO ASILO ó POR UMA PRÁTICA  
PEDAGÓGICA PARA ALÉM DOS BENEFÍCIOS FÍSICOS**

**Autora: Daniele Jacobi Berleze**

Artigo apresentado no programa de Pós-graduação em Pesquisa em Movimento Humano, Sociedade e Cultura; do Centro de educação física e Desportos Física da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM, RS) como requisito para obtenção do título de especialista.

**Orientador: Marco Aurélio Acosta**

**Santa Maria, RS, Brasil  
2014**

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA  
CENTRO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PESQUISA EM  
MOVIMENTO HUMANO SOCIEDADE E CULTURA**

A Comissão examinadora, abaixo assinada, aprova o artigo de Especialização

**A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FUNDAMENTO PARA EMANCIPAÇÃO NO ASILO  
ó POR UMA PRÁTICA PEDAGÓGICA PARA ALÉM DOS BENEFÍCIOS FÍSICOS**

elaborado por  
**Daniele Jacobi Berleze**

Como requisito para obtenção do título de Especialista em Pesquisa em  
Movimento Humano Sociedade e Cultura

**COMISSÃO EXAMINADORA**

**Prof. Marco Aurelio Acosta (UFSM/RS)**  
(Presidente/Orientador)

**Prof. José Francisco Silva dias (UFSM/RS)**

**Prof. Elenor Kunz (UFSM/RS)**

**Profª. Leandra Costa da Costa (UFSM/RS)**  
(Suplente)

Santa Maria, 11 de Dezembro de 2014.

## **A EDUCAÇÃO FÍSICA COMO FUNDAMENTO PARA EMANCIPAÇÃO NO ASILO ó POR UMA PRÁTICA PEDAGÓGICA PARA ALÉM DOS BENEFÍCIOS FÍSICOS**

**Autora: Daniele Jacobi Berleze**

**Professor Orientador: Marco Aurelio Acosta**

**Universidade Federal De Santa Maria**

**Especialização Em Pesquisa Em Movimento**

**Humano Sociedade E Cultura**

**RESUMO:** Este trabalho se baseia nas atividades realizadas no projeto de extensão ãAtividades Físicas, Culturais e de Lazer em Instituições de Longa Permanência ó Ações da Educação Físicaã, que utiliza a teoria pedagógica Crítico Emancipatória e Didática Comunicativa como base para as ações desenvolvidas. Com isso surge como objetivo Identificar possibilidades de ações da educação física a partir de essas propostas didáticas emancipatórias em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIS). Ou seja, valorizar a educação física enquanto prática pedagógica com idosos, tendo focos educacionais e socioculturais, com o intuito de provocar a emancipação através do diálogo e da comunicação. Como método de pesquisa utilizamos à Pesquisa-Ação, que visa colocar a ciência a serviço da emancipação social, em que o pesquisador deve educar e investigar ao mesmo tempo, para ressignificar sua prática pedagógica, unindo teoria e prática, reflexão e ação. Como resultados é possível constatar que as experiências de movimentos foram enriquecidas e houve ganho de autonomia, como também um aprendizado das atividades e dos conteúdos da educação física. Houve ainda uma efetiva integração no âmbito sociocultural, legitimando a educação física como uma prática pedagógica caracterizada também com idosos. Podemos concluir que encontramos assim uma possibilidade, através da educação física, de desenvolver lazer educativo com idosos, contribuindo para formação de indivíduos críticos capazes de construir e transformar o conhecimento, ainda que espaços da sociedade os destituam dessa capacidade. As constantes avaliações também contribuem para demonstrar que é bem possível de se trabalhar baseado em teorias pedagógicas, fazendo um trabalho voltado para o aprendizado, lazer, recreação.

**Palavras-chave:** Educação Física; Idosos; Instituições de Longa Permanência.

## **LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO FUNDAMENTO PARA LA EMANCIPACIÓN EN EL ASILO ó POR UNA PRÁCTICA PEDAGÓGICA MÁS ALLÁ DE LOS BENEFICIOS FÍSICOS**

**RESUMEN:** Este trabajo se basa en las actividades físicas realizadas en el proyecto de extensión ãAtividades Físicas, Culturais e de Lazer em Instituições de Longa Permanência ó Ações da Educação Físicaã, que utiliza la teoría pedagógica Crítico Emancipatoria y Didáctica Comunicativa las acciones desarrolladas . Con eso surge como objetivo identificar posibilidades de acciones de la educación física a partir de propuestas didáticas y emancipadoras en Instituciones de Larga Permanencia para ancianos. O sea, valorizar la educación física mientras práctica pedagógica con ancianos, teniendo focos educacionales y socioculturales, con el intuito de provocar la emancipación a través del diálogo y de la

comunicación. Como método de investigación utilizamos a "Pesquisa-Ação" (investigación-acción), que visa colocar la ciencia a servicio de la emancipación social, en que el investigador debe educar y investigar al mismo tiempo, para resignificar su práctica pedagógica, uniendo teoría y práctica, reflexión y acción. Como resultados es posible constatar que las experiencias de movimientos fueron enriquecidas y hubo beneficio de autonomía, como también un aprendizaje de las actividades y de los contenidos de la educación física. Hubo aún una efectiva integración en ámbito socio-cultural, legitimando la educación física como una práctica pedagógica caracterizada también con ancianos. Podemos concluir que encontramos así una posibilidad, a través de la educación física, de desarrollar el ocio educativo con ancianos, contribuyendo para la formación de individuos críticos capaces de contribuir y transformar el conocimiento, aunque espacios de la sociedad los destituyan de esa capacidad. Las constantes evaluaciones también contribuyen para demostrar que es bien posible trabajarse basado en teorías pedagógicas, haciendo un trabajo vuelto para el aprendizaje, ocio, recreación.

**Palabras clave:** Educación física; Ancianos; Instituciones de Larga Permanencia.

## **THE PHYSICAL EDUCATION LIKE FOUNDATION FOR EMANCIPATION IN THE ASYLUM ó BY A PEDAGOGICAL PRACTICE FURTHER OF THE PHYSICAL PROFITS**

**Abstract:** This work bases in the activities realised in the project of extension "Physical Activities, Cultural and of Leisure in Institutions of Long Permanence - Actions of the Physical Education", which uses the Critical pedagogical theory Emancipatória and Didactic Communicative like base for the actions developed. With this arises like aim Identify possibilities of actions of the physical education from these didactic proposals emancipatórias in Institutions of Long Permanence for Elderly. In other words, valorize the physical education while practical pedagogical with elderly, having focus educacionales and socioculturales, with the objetivo to cause the emancipação through the dialogue and of the communication. Like method of investigation use to the investigates-action (pesquisa-ação), which visa place the science to service of the social emancipation, in which the researcher has to educate and investigate at the same time, for resignificar his pedagogical practice, joining theory and practical, reflection and action. Like results is possible to ascertain that the experiences of movements were enriched and there was gain of autonomy, as also an learning of the activities and of the contents of the physical education. There was still an effective integration in the field sociocultural, legitimating the physical education like a pedagogical practice characterised also with elderly. We can conclude that we find like this a possibility, through the physical education, to develop educational leisure with elderly, contributing for training of able critical individuals to build and transform the knowledge, although spaces of the society the destituyan of this capacity. The constant evaluations also contribute to show that it is very possible to work based in pedagogical theories, doing a work gone back for the learning, leisure, recreation.

**Key-Words:** Physical Education; Elderly; Institutions of Long Permanence.

## INTRODUÇÃO

Este trabalho surgiu a partir da participação no Núcleo Integrado de Estudos e Apoio a Terceira Idade (NIEATI), na Universidade Federal de Santa Maria, que possui muitos projetos voltados ao público idoso. Dentre eles o projeto *Movimento E Vida* que foi registrado no ano de 1992, e tinha como objetivo proporcionar diferentes experiências de movimento, cultura e lazer aos idosos asilados, em uma perspectiva de manutenção da saúde, prática de exercícios físicos, interação afetiva e social, porém desvinculado de uma proposta didático pedagógica específica.

Com o passar do tempo surgiu a necessidade de um trabalho diferenciado com os idosos, não só voltado para a saúde ou preenchimento do seu tempo livre, mas sim para a construção de uma nova cidadania, construção de um conhecimento acerca da educação física e seus conteúdos, de um aprendizado.

Assim se constituiu o projeto *Atividades Físicas, Culturais E De Lazer Em Instituições De Longa Permanência ó Ações Da Educação Física*, onde os objetivos do projeto de extensão passaram a ser proporcionar aos idosos asilados ações da educação física através de possibilidades de aprendizagem, recreação e lazer. Como também provocar a reflexão acerca das possibilidades de um agir pedagógico e contribuir através da Educação Física para a emancipação e relação interpessoal. Ampliar as ações pedagógicas, desenvolvidas a partir da Educação Física, que interferem no cotidiano das Instituições de Longa Permanência, buscando resgatar o idoso asilado para as atividades que são oferecidas a todos os idosos da comunidade, promovendo novas experiências e novos espaços de intervenção. Desenvolver atividades, levando em consideração as experiências de movimento anteriores e enriquecendo-as.

As ações se apoiam na teoria pedagógica e proposta didática, oriunda da Educação Física Escolar, ãa Teoria Crítico Emancipatória e Didática Comunicativaõ idealizada por Elenor Kunz (1991), que fundamenta uma didática comunicativa visando emancipar e promover a autonomia dos alunos por meio de vivências que contemplem construções e descobertas de atividades e da cultura de movimento, também preconiza novas experiências de movimento, problematizadoras, sociais. Esta educação física mais crítica para conseguir a emancipação e inserção dos idosos asilados novamente no seu espaço social, através das categorias do diálogo e da autonomia de ações.

As Instituições de Longa Permanência de forma geral estão ligadas a asilos e questões filantrópicas e para se caracterizar melhor uma instituição que abrigue idosos surgiram outras

denominações como abrigo, lar, casa de repouso, casa geriátrica, mas para facilitar a padronização da nomenclatura hoje em dia, é usado o termo Instituições de Longa Permanência Para Idosos (ILPI's).

Os asilos não são algo recente, há registros que a primeira casa de apoio aos idosos tenha surgido na época do cristianismo pelo Papa Pelágio II (Christophe, 2009), já no Brasil, segundo Araújo et al (não datado) a primeira casa destinada a cuidar de idosos surgiu em 1782, no Rio de Janeiro e foi criada pela Ordem 3ª da Imaculada Conceição. De acordo com Pollo e Assis (2008) o primeiro asilo, no Brasil, assim denominado e com características não somente para abrigo dos idosos doentes, mas também para quaisquer idosos, foi inaugurado em 1890 no Rio de Janeiro, o qual veio para marcar uma nova era para estas casas.

Camarano e Kanso (2010) trazem em sua obra que as ILPI's são casas governamentais ou não governamentais de apoio ao idoso, com caráter domiciliar e residencial. O asilo ainda é visto como algo negativo dentro da sociedade, pois se caracteriza como abandono, pobreza, solidão, tristeza. No Brasil ainda não existem números oficiais de quantas instituições cadastradas existem e nem que trabalhos realizam. Araújo, Souza e Faro (não datado) registram que há 249 asilos na região Centro-Oeste, 49 na região Norte e 693 na região Sul do Brasil, e um terço dos idosos asilados não conseguem fazer as atividades básicas do dia a dia. Ainda relatam que pesquisas realizadas sobre as ILPI's, no Rio Grande do Sul, mostraram que a maioria dos moradores são mulheres (64,9%), com escolaridade e renda baixas, idade superior a 70 anos, solteiras ou viúvas. A maioria tem família (42,6%), é aposentada (44,3%), e muitos apresentam cuidados especiais de saúde.

Estas casas que abrigam o público idoso oferecem as mais variadas ações, desde cuidados médicos, opções de lazer, cultura, aprendizado, dentre outras. Aqui neste trabalho nos centraremos mais especificamente na parte educacional das casas no aspecto da longevidade. No que se refere aos preceitos da educação, a mesma é vista como uma mediação social para qualidade de vida. Esta educação deve ser permanente, o que Both (2002) acredita deve ser para vida toda e para emancipar as pessoas, levando-a para uma velhice bem-sucedida. Esta educação permanente, visando a longevidade, com ênfase na emancipação, deve se dar de forma comunicativa. Esta comunicação na educação é tida como uma política de interesses, este enfoque na linguagem gera a argumentação, participação, construção da identidade.

A educação em abrigos ou asilos, deve utilizar-se da ação educativa como uma forma de abranger e contribuir para o alargamento dos saberes dos indivíduos, ajudando no

desenvolvimento do idoso no cotidiano, fazendo o dia a dia mais significativo. A função da educação nos espaços dos abrigos e asilos é ajudar, junto a outras ações oferecidas pelas ILPI's aos idosos, suprir as demandas e necessidades dos indivíduos que precisam de atenção. Um dos seus objetivos é valorizar os sujeitos em sua singularidade e considerá-los como cidadão. Levando a educação para este público, estamos garantindo que estes idosos consigam aproveitar todos os processos sociais, respeitando suas necessidades, ajudando a deixar de lado a visão de incapacidade dos idosos, lhes oportunizando usufruírem de lazer, comunicação, melhor qualidade de vida, socialização, buscadas nas propostas teóricas da Educação Física que caracterizam o presente estudo.

Autores como Gerez et al (2010) relatam que a educação física deve propor um modelo pedagógico para a educação física com idosos. Este caráter deve ser emancipatório, tendo uma educação libertadora, que segundo Freire (2009) é conseguida através do diálogo, e ainda coloca que a libertação acontece através da humanização, implica na ação e reflexão dos homens sobre o mundo para transformá-lo. Fazendo assim, com que a educação física seja capaz ainda de desenvolver a consciência crítica, permita as pessoas a pensarem sobre si mesmos.

[...] propomos uma prática pedagógica que, por meio da reflexão sobre a ação, permita a criação de conhecimentos sobre a atividade física e o envelhecimento, julgamos necessários para favorecer as escolhas livres e conscientes e a incorporação, modificação ou manutenção consciente e crítica de atitudes. Por meio das aulas práticas, os idosos podem ser estimulados tanto a reflexão sobre a sua realidade quanto á compreensão da atuação do processo de envelhecimento sobre os diversos sistemas orgânicos. (GEREZ et al 2010, p. 492)

O profissional de educação física deve utilizar suas ações como uma ferramenta pedagógica para problematizar o cotidiano, os contextos sociais, para que o idoso tenha uma postura crítica. Como nos relatam Correia, Treff Júnior, Miranda (2011, p.5) a educação física deve ter como objetivo de fazer com que o idoso tenha uma postura crítica e autônoma frente as atividades propostas, podendo adotá-las ou não. Como também garantir um autoconhecimento, ser capaz de adotar um comportamento sabendo do porque será adotado, baseando-se no diálogo e em uma pedagogia de soluções de problemas.

Os mesmos autores falam que o diálogo desenvolvido extrapola a verbalização, o diálogo torna-se emocional, cognitivo e corporal. Neste diálogo corporal as pessoas se reconhecem e aos outros indivíduos, percebendo os limites e as possibilidades de cada um. Então o que se propõe ter como prática pedagógica na educação física é uma prática libertadora, que vise à superação, a aprendizagem do conteúdo proposto, para promover a emancipação dos idosos através do diálogo e da comunicação.



Nesse sentido algumas ações da Educação Física nos permitem realizar tais afirmativas e ao mesmo tempo fundamentá-las cientificamente a partir de incursões teóricas que sustentem nossas escolhas didáticas metodológicas. Tendo como alicerce, a participação no projeto Atividades Físicas, Culturais e de Lazer em Instituições de Longa Permanência ó Ações da Educação Física, realizado em instituições de longa permanência que participam das ações que fazem parte do Grupo de Estudos Pedagógicos em Educação Física Escolar e não Escolar, do CEFD, UFSM.

Sendo assim surge a problemática de pesquisa sobre quais as possibilidades de ações da Educação Física no âmbito das ILPIS considerando propostas de emancipação humana a luz da teoria crítica da educação física e comunicativa.

Para responder tal questão objetivamos com este trabalho identificar possibilidades de ações da educação física a partir de propostas didáticas emancipatórias em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIØ). Fornecer subsídios para uma maior valorização da educação física enquanto prática pedagógica e social com idosos pertencentes às Instituições de Longa Permanência participantes dos estudos. Caracterizar as relações didático-pedagógicas da educação física no trabalho com idosos asilados. Bem como, refletir acerca das possibilidades didáticas da educação física com idosos nas ILPIS como meio de produção de conhecimento e de novas experiências de movimento.

Acreditamos que este tipo de estudo é importante pelo fato que no Brasil o número de idosos vem crescendo, sendo que em 1940 a proporção de pessoas acima de 60 anos era de 4% e em 2010 passou para 11% e de acordo com Camarano, Kanso e Fernandes (2013) a população idosa em 2040 vai chegar a 28% da população brasileira.

Com uma abrangência tão elevada de indivíduos que extrapolam os 60 anos de idade, há muitas pesquisas sobre envelhecimento e saúde, ou seja a saúde como foco principal, no nosso estudo o foco principal será a educação para o idoso, uma educação física que vise o aprendizado. Ainda são incipientes os estudos que remetem o foco para pesquisas que tentem efetivamente aproximar a educação física do tema envelhecimento a partir de uma vertente epistemológica e pedagógica que considera a prática pedagógica e social também com a população idosa.

Como relatam Gerez et al (2010) sobre a educação física para idosos:

Acreditamos no potencial que a EF tem em auxiliar os idosos na construção de um posicionamento crítico diante da prática, além de possibilitar a abertura do campo de conhecimentos e reflexões sobre os determinantes da saúde, elevando a consciência política e as possibilidades de escolhas do indivíduo, deixando-o livre para decidir sobre seus comportamentos, concretizando, deste modo, o que Freire (2002) intuiu como uma õpedagogia da autonomiaö. (GEREZ et al 2010, p. 493)

Outro ponto importante, é que essas pesquisas ajudam na atuação do profissional de educação física para que se saiba o que os idosos necessitam, querem e esperam de suas vidas, familiares e atividades que podem praticar. Isto para poder direcionar o seu trabalho de forma mais eficiente e com melhor qualidade, podendo passar mais informações sobre este assunto para os idosos, fazendo com que eles entendam a importância da prática de atividades físicas para suas vidas, e sobretudo neste estudo, se comuniquem com novas formas de movimento, no caso, os conteúdos da Educação Física.

### **MATERIAIS E MÉTODOS**

O estudo está estruturado no trabalho realizado em algumas instituições de longa permanência de Santa Maria, que é baseado em teorias pedagógicas da educação física escolar. A pesquisa é descritiva de análise qualitativa, tomando por base as aulas dadas nas instituições asilares, com ênfase em observações das atividades realizadas no projeto Atividades Físicas, Culturais e de Lazer em Instituições de Longa Permanência e Ações da Educação Física, que estão embasadas na Teoria Crítico-Emancipatória e Didática Comunicativa idealizada, no Brasil, por Kunz (1994) que é uma teoria pedagógica e proposta didática oriunda da educação física escolar.

O projeto de extensão em questão tem por objetivos proporcionar aos idosos Asilados, ações da educação física através de possibilidades de aprendizagem, recreação e lazer, e também desenvolver atividades, levando em consideração as experiências de movimento anteriores e enriquecendo-as, promovendo uma forma de emancipação dos idosos asilados através da didática comunicativa.

Por esta razão optamos pelo método de pesquisa-ação. Esta de acordo com Engel (2000) é:

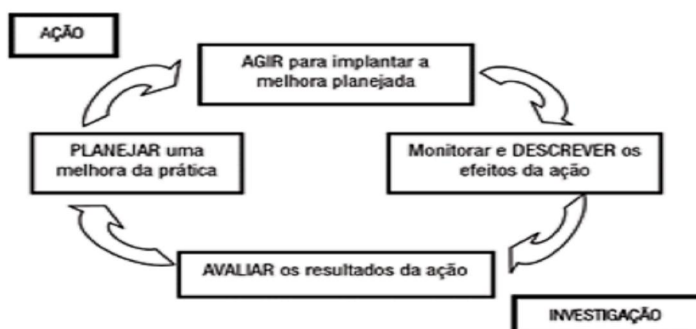
[...] um tipo de pesquisa participante engajada, em oposição à pesquisa tradicional, que é considerada como independente, não-reativa e objetiva. Como o próprio nome já diz, a pesquisa-ação procura unir a pesquisa à ação ou prática, isto é, desenvolver o conhecimento e a compreensão como parte da prática. É, portanto, uma maneira de se fazer pesquisa em situações em que também se é uma pessoa da prática e se deseja melhorar a compreensão desta. (ENGEL, 2000, pg. 182)

Salienta Kemmis e Wilkinson (2008) que a pesquisa-ação visa práticas de mudanças educativas e sociais e também é participativa e social, extrapolando as relações entre os domínios individuais e sociais. Os autores acima reconhecem que este tipo de pesquisa não aceita que nenhum tipo de individualização é possível sem socialização e nem o contrário, e são esses processos que moldam o indivíduo nas suas relações sociais. A pesquisa-ação ainda é, de acordo com os autores acima, emancipatória, pois tende a ajudar as pessoas a libertarem-

se das amaras sociais, para que as pessoas possam extrapolar as limitações impostas pelas estruturas sociais.

Sendo essa, uma modalidade de pesquisa na qual se investiga e se educa ao mesmo tempo, buscando associar teoria e prática. Bocchi, Juliani e Spiri (2008) colocam a investigação em forma de diagrama, para nos auxiliar a compreender as etapas da pesquisa-ação.

**Diagrama 1:** Representação em quatro fases do ciclo básico da investigação-ação.



(BOCCHI; JULIANI;SPIRI. 2008, p. 5).

A pesquisa-ação foi aplicada nas ações desenvolvidas no projeto Atividades Físicas, Culturais e de Lazer em Instituições de Longa Permanência ó Ações da Educação Física do Núcleo Integrado de Estudos e Apoio á Terceira Idade (NIEATI/UFSM), tendo por objetivo a aprendizagem do idoso, utilizando este método de investigação de ação e prática para que as pessoas possam:

[...] vir a entender suas práticas sociais e educacionais de uma maneira mais rica ao localizarem suas práticas, o mais concreta e precisamente possível, nas circunstâncias materiais, sociais e históricas específicas, dentro das quais essas práticas são produzidas, desenvolvidas e onde evoluem ó para que suas práticas reais tornem-se acessíveis á reflexão, discussão e reconstrução enquanto produtos de circunstâncias passadas, que são capazes de serem modificadas rumo a circunstâncias presentes e futuras. (KEMMIS; WILKINSON,2008, p. 51)

Deste modo a pesquisa se apoiou em ações comunicativas e dialógicas, sendo a pesquisa-ação um meio para unir teoria e prática, reflexão e ação. Isto para haver uma ressignificação e evolução da prática pedagógica.

Os meios utilizados para a coletas dos dados foram através das aulas dadas, mais especificamente das etapas utilizadas na teoria Crítico-Emancipatória, ou seja correspondendo as etapas destas aulas com as etapas da teoria pedagógica, para que possamos verificar como a aula ocorre, como os conteúdos da educação física escolar são adaptados à prática pedagógica

para terceira idade, bem como a adaptação da teoria que foi criada com foco na educação física escolar para as aulas com os idosos asilados.

Também foi utilizada uma entrevista semiestruturada com a única profissional de educação física, contratada pela ILPI que se realizou o estudo, acerca de quais são os resultados das práticas diferenciadas da educação física com elas, quais os benefícios e mudanças nos comportamentos, nos movimentos e nos conhecimentos que as idosas estão adquirindo. Bem como qual a diferença entre o método de aula utilizado pelo professor que trabalha no projeto e o professor da instituição e quais contribuições e melhorias este está trazendo. As falas serão analisadas baseando-se nos princípios das teorias e propostas pedagógicas utilizadas para a realização das aulas.

Todos os resultados conseguidos foram analisados tomando por base os princípios da teoria Crítico-Emancipatória e Didática Comunicativa, dialogando com as etapas das aulas e suas adaptações para o trabalho com o público idoso, de como a metodologia da teoria se encaixa em cada etapa das aulas, como a criticidade se dá através da comunicação e como esta é colocada em prática.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

As aulas ministradas no asilo tinham como objetivo o ensino dos conteúdos da educação física para os idosos asilados. As atividades eram referentes a jogos, com jogos recreativos, cooperativos, que os faziam lembrar a infância, esportes como futebol, vôlei, handebol, basquete, atletismo, de forma lúdica e não primando pela performance, todos sendo adaptados para o público-alvo. Também trabalhamos com dança, utilizamos vários ritmos como Forró, um pouco de Samba, mas nos centramos nos ritmos gaúchos como Vaneira, Maçanico, Pezinho, este último trabalhado por mais tempo já que os idosos iam fazer uma apresentação em um evento.

Por exemplo, ao se trabalhar a iniciação do futebol fazíamos atividades simples e com diferentes materiais, mas não deixando de trabalhar com os fundamentos do esporte. Para iniciar o futebol com os idosos utilizamos atividades com balões, que eles apenas chutavam da forma que achavam melhor, depois fazíamos a mesma atividade com bola, dávamos atividades com eles sentados, em pé, fazendo zigue-zague com condução de bola, lançávamos mão de jogos delimitando espaço e/ou movimento, instigávamos eles solucionarem os problemas criados em aula, a criar regras e ver o que estas tinham, ou não, em comum com seu dia a dia.

Para se trabalhar o voleibol também a iniciação foi feita com balões, onde os movimentos eram livres, o que os idosos pensassem ser necessário realizar, íamos criando situações problemas de trabalho em duplas com mais ou menos balões, movimentos e em diferentes partes do corpo. Com a bola o primeiro contato e experiência eram completamente livres, a iniciação esportiva era contextualizada e principalmente levando em conta os interesses dos idosos.

As atividades de dança, geralmente as que elas mais gostavam, sempre iniciavam com uma dança livre, após uma observação dos movimentos das alunas nós íamos instigando outros movimentos, ritmos, passos, coreografias, bem como elas mesmo iam propondo movimentos variados para o grupo. Cada estilo de dança com suas especificidades era trabalhado de uma forma diferenciada de ensino, conforme exigisse os passos, ou coreografias. O trabalho tentava envolver todos os idosos, mesmo os que não queriam dançar poderiam cantar, tocar um instrumento musical, interagindo com o grupo da forma que se sentissem a vontade.

As aulas eram divididas em momentos. Em um primeiro momento havia uma exposição das atividades, ou de como a aula transcorreria, aos alunos, após eles experienciavam livremente os materiais, ou ritmos, da forma como eles achavam melhor. Nesse momento, o professor dá possibilidades ao aluno para descobrir estratégias diferentes para realizar as ações, possibilitando-lhe utilizar-se de suas vivências sócio emocionais para a interpretação da atividade sugerida.

Em um segundo momento há uma discussão acerca dos diversos resultados obtidos pela livre experimentação. E por último fazíamos um levantamento das dificuldades verificadas nas ações executadas e uma construção da discussão de outras possibilidades para realizá-las.

Para a construção das aulas e para a prática pedagógica nos embasamos na Teoria Crítico-Emancipatória e Didática Comunicativa, idealizada no Brasil por Elenor Kunz. A teoria se baseia no diálogo entre os participantes das ações pedagógicas. Traz a ideia que o conhecimento deve ir além da prática de atividades, deve abranger uma compreensão de normas e valores sociais. Ela fundamenta uma didática comunicativa que visa emancipar e promover a autonomia dos alunos por meio de vivências que contemplem construções e descobertas de atividades e práticas corporais. Kunz (2006) traz que uma teoria no sentido Crítico-Emancipatório deve ser acompanhada de ações comunicativas, na qual o aluno deve ser capacitado para um agir social e cultural, sendo capaz de conhecer, problematizar os mais variados sentidos e significados, através de uma reflexão crítica.

As etapas descritas das aulas são denominadas de transcendência de limites dentro da teoria utilizada. Para Ripka e Finck (2009) refletem em sua obra que as transcendências de limites são:

[...] pela experimentação, proporcionando a vivência de diferentes movimentos; pela aprendizagem que possibilita uma vivência que viabiliza o aprender a fazer; em pela criatividade, que proporcionam alternativas que apontam para a solução de problemas. Assim sendo, o esporte ao ser abordado nas aulas de Educação Física numa abordagem Crítico-Emancipatória poderão contribuir para a construção da autonomia do aluno. (RIPKA E FINCK, 2009, p. 6228)

Utilizamos desta teoria para tentar promover a emancipação dos idosos asilados através de uma aula que contemple uma transcendência de limites através dos exercícios e da comunicação entre os participantes. As aulas tinham a divisão exatamente como a teoria Crítico-Emancipatória, com a introdução, momento em que explicávamos como a aula se procederia, qual o conteúdo. Após havia a transcendência de limites pela experimentação, momento em que os alunos experimentavam livremente suas possibilidades, após vem a transcendência de limites pela aprendizagem, onde os alunos desenvolviam diferentes formas de fazer os exercícios usando diferentes técnicas, e a penúltima etapa é a transcendência de limites criando, ou seja quando os alunos criavam novas formas de executar os movimentos a partir da problematização feita pelo professor.

A transcendência de limites deve atuar sobre os alunos no sentido:

1. que os alunos descubram, pela própria experiência manipulativa, as formas e os meios para uma participação bem-sucedida em atividades de movimentos e jogos;
2. que os alunos sejam capazes de manifestar pela linguagem ou pela representação cênica, o que experimentam e o que aprenderam, numa forma de exposição que todo possam entender;
3. por último, que os alunos aprendam a perguntar e questionar sobre suas aprendizagens e descobertas, com a finalidade de entender o significado cultural dessa aprendizagem, seu valor prático e descobrir, também, o que ainda não sabem ou não aprenderam. (KUNZ, 2006, p. 124)

Como apresentam outros autores que trabalham com esta perspectiva, há uma encenação, uma problematização, uma ampliação e uma reconstrução do conhecimento, tudo para o que Kunz chama de uma desconstrução do esporte institucionalizado. Isso se caracterizando como uma encenação dos esportes, trazendo estes para a vida cotidiana, principalmente em se tratando de idosos asilados. Como Kunz (2006, p. 126) explica ão mais importante nessa transformação é enquanto significado dos movimentos esportivos permanece, o sentido individual e coletivo (no caso de um grupo de aula) muda. Ou seja, o futebol continua sendo futebol mas é ensinado com uma intencionalidade para além da prática esportiva.

Quando fomos trabalhar na instituição asilar fizemos uma espécie de triagem, conhecemos bem a realidade e no início as aulas também serviram para conhecer os asilados, suas potencialidades, necessidades, desejos. Isso exatamente para podermos inserir os conteúdos na realidade dos alunos, contextualizando-os, para não se tornarem utópicos e desnecessários. As aulas eram construídas com base em situações problemas e os alunos tinham que resolvê-las, com base nas suas experiências e na comunicação que mantinham entre si. Estas situações eram também situações do dia a dia, que os idosos se deparavam no seu cotidiano e precisavam resolver. Neto (2000) explica em sua obra que o aluno diante de uma situação-problema deve ser levado a pensar, discutir e encontrar caminhos para resolver o problema através da comunicação, e o aprendizado:

[í ] não pode ficar restrito ao movimento (calado). Na verdade as situações fazem parte da nossa vida cotidiana. Na minha opinião, a Educação Física tem que se preocupar com esse fenômeno. As situações político/ideológicas e que nos são impostas, na grande maioria das vezes, são simplesmente aceitas. Fomos ensinados a ficar quietos, calados, e conseqüentemente, não refletimos nem discutimos (problematizamos) as imposições do dia a dia. (NETO, 2000, p. 100-101)

As atividades sempre tentando trazer situações do dia a dia podem ser feitas no futebol, no qual para trabalhar condução de bola em zigue-zague podemos contextualizar com obstáculos encontrados dentro da própria casa ou quarto, para trabalhar a iniciação a alguns movimentos do voleibol utilizamos balão, e os idosos deveriam rebater, não deixar cair, ou sair de um determinado espaço, o que vai trabalhando a resposta motora deles. Vamos tentando unir os fundamentos dos esportes com algo semelhante do cotidiano deles, para haver uma melhor aprendizagem dos movimentos.

Todas as aulas foram adaptadas para as condições das idosas, mas nem sempre elas conseguiam realizar a atividade, tendo algumas dificuldades de coordenação, entendimento, equilíbrio, motricidade, dentre outras dificuldades, mas principalmente as psicológicas. Pois cada aula além dos conteúdos da educação física fazíamos um trabalho psicológico com todas, de conversas em grupo e individual, por que se o emocional não estiver bem, o físico não estará bem, e os exercícios não seriam bem executados.

Com o passar das aulas, fomos percebendo que as idosas aprendiam os conteúdos da forma em que estávamos administrando as aulas e propondo as atividades. Esta percepção se deu a partir da observação das aulas por todos os professores e principalmente pela análise dos apontamentos dos professores, referentes a percepção de cada professor sobre a aula dada e a evolução das idosas referente ao conteúdo e as atividades propostas.

As aulas eram sempre observadas por um professor diferente em cada dia, e este fazia seus comentários e considerações. Durante as aulas sempre perguntávamos para as idosas

como estavam sendo as atividades e o que estavam achando, e no início de cada aula fazíamos uma retomada da aula anterior, com perguntas sobre o que elas lembravam e o que tinham aprendido na aula anterior. As percepções, dificuldades, dúvidas, e anseios sempre eram levados em consideração na construção da aula seguinte.

As aulas do asilo também eram discutidas durante as reuniões do grupo de estudos, no qual relatávamos o que ocorria, mostrávamos os planos de aulas e as considerações. As avaliações e sustentação teórica do grupo eram importantes, pois sempre havia uma visão mais ampla das aulas e das ações desenvolvidas. Para perceber a aprendizagem fazíamos uma comparação dos movimentos, de como eram antes e como ficaram após as aulas, também pelo que as idosas conseguiam obter de informações e acumular de conhecimento, no passar do tempo, até elas conseguirem realizar algumas atividades sozinhas.

As aulas eram baseadas em resolução de problemas, na qual o professor é um mediador e proponente da construção de novos conhecimentos. As aulas iniciando dos conteúdos mais simples aos mais complexos, sendo proposto às alunas situações do dia a dia, colocadas como problemáticas e incorporadas aos conteúdos da Educação Física, para que ao resolverem os problemas da aula relacionem aos problemas diários.

Além das nossas avaliações das anotações, também entrevistamos uma profissional que trabalha na única ILP, da cidade, que possui um profissional de Educação Física contratada pela instituição. Quando a profissional foi entrevistada respondeu se consegue observar, a partir do nosso projeto, da nossa metodologia de ensino, alguma aprendizagem nos idosos, ela foi bem taxativa e contundente, não ficando, a resposta, restrita apenas nas atividades realizadas dentro da instituição mas em outros projetos que o nosso grupo também desenvolve com os idosos, que mantém a mesma metodologia. Ela relatou que:

Uma coisa que me chamou muita atenção, foi quando tu fez um trabalho na piscina com colchonete, e elas todas tinham medo e tu mostrou para elas que não tem que ter medo das coisas e quando eu vi elas estavam sozinhas empurrando o colchonete, primeiro tu mostrou e elas foram indo, mas elas tinham medo e aí tem uma que se foi piscina a dentro, e ela também tinha medo d'água quando ela entrou, então isso aí é a importância do exemplo que vocês dão que a gente não tem que ter medo das coisas e pra elas isso foi importante, porque muitas vezes eu via elas falando não tem medo tu tem que ir para ver.

--Entrevistador: Em alguma outra atividade aqui no Lar?

Também, em várias que vocês fizeram, tipo uma em um trabalho no salão em que foi utilizado bambolês e bolas e foi trabalhado a importância de cada uma ter o seu espaço aqui dentro, que cada uma tinha que dividir, tinha que ter o seu espaço para fazer a atividade, então isso é importante pois como elas vivem em quartos com duas, vocês explicaram que cada uma tem que ficar dentro do seu espaço delimitado e elas também viram que dentro do quarto delas cada uma tem a sua cama, cada uma tem que respeitar o seu espaço. Então são coisas assim, as mínimas coisas, os mínimos trabalhos, sempre tentando englobar alguma coisa da vida real delas e aquele dia, em especial, foi uma atividade que valeu bastante, pois a partir dali



muitas lembram dessa atividade quando uma pega a coisa da outra no quarto ou acontece algo parecido. (Profissional ILPI)

Esta contextualização deve ser feita de forma comunicativa e dialógica entre alunos e professores, não pode ser algo imposto pelo professor, e os alunos devem ter ampla participação na construção e andamento das aulas, ou seja os alunos devem ter maior participação no processo pedagógico das aulas. Kunz (2006) alega que todo o processo educativo deveria ser um processo com ações comunicativas com ampla participação dos alunos.

O conteúdo associado ao diálogo culminam na prática pedagógica, que deve evoluir para uma prática problematizadora, autêntica e libertadora dos sujeitos, ocorrendo assim uma educação transformadora. O processo educativo deve ser um ato criador e ter o diálogo como um meio facilitador do conhecimento. Azevedo (2010) expõe a ideia que o diálogo é o instrumento para a educação problematizadora e a tentativa para a renovação da sociedade.

Todas as ações proposta baseada na comunicação e diálogo devem levar a interação social entre os envolvidos nas aulas, para que as experiências se manifestem durante as aulas. Esta prática deve estar fundamentada em diálogo e comunicação, como Freire (1983) alega que somente o diálogo pode gerar um pensar crítico, pois sem o diálogo não há comunicação. O agir comunicativo é uma construção coletiva da aula na qual os interesses de todos são contemplados, para que todos possam compreender o significado da aula, procurando trabalhar o ser em sua totalidade, não apenas no sentido biológico, mas também social, histórico e cultural.

Kunz e Boscatto (2012) pensam que õhá necessidade de promover ações comunicativas, em que os sujeitos possam agir de forma não coercitiva e com uma intencionalidade própria, com a finalidade de se entenderem em relação aos conteúdos de ensino estudadosö. (p. 1036). Morschbacher e Marques (2013) relatam que os alunos devem ter acesso a conhecimentos para além da prática esportiva, mas os subsidie a participar na vida social, cultural também de modo bem-sucedido, no qual se desenvolva um problematizar uma reflexão crítica para a vida. Com isso:

[í ] propomos que a EF, considerada como prática educativa, seja capaz de promover o desenvolvimento humano na direção do autocuidado que, em última análise, se refletirá em melhoras físicas e funcionais. No entanto, como prática educacional, a EF será ainda capaz de contribuir no desenvolvimento de uma consciência crítica que permita aos idosos refletirem sobre si mesmos, sobre suas realidades e sobre suas relações com o mundo, abrindo as possibilidades de discussões sobre o que significa viver essa etapa da vida. (GEREZ, 2010, p. 488)

A prática de atividades físicas traz inúmeros benefícios para o praticante, principalmente para o público idoso, dentre eles há menor incidência de doenças

cardiovasculares nos seus praticantes, aumenta a força e a resistência muscular, melhora o equilíbrio e a coordenação motora, há um aumento da capacidade aeróbica e como consequência melhora a função cardiovascular e respiratória, há um aumento na expectativa de vida e segundo Neri (2001) são observados benefícios psicossociais advindos da atividade física que são o alívio da depressão, o aumento da autoconfiança, a melhora da autoestima.

Entendemos a educação física como uma prática pedagógica, que pretende entender e trabalhar o indivíduo em sua totalidade, assim buscamos além do desenvolvimento motor também o cognitivo e social do praticante. Quando falamos em educação física falamos em uma relação de ensino-aprendizagem entre os envolvidos na ação. Penso que em toda ação educativa existe uma intenção, e se tem presente um modelo de homem e sociedade que se quer efetivar, que como Freire (1996) sugere esta ação educativa deve ter compromisso ético com os alunos, desenvolvendo sua autonomia. Na educação física a autonomia é entendida como:

[í ] uma capacidade eminentemente humana de fazer escolhas conscientes, as quais podem garantir às pessoas, mesmo na presença de doenças e limitações físicas, a possibilidade de manter o controle sobre suas próprias vidas (ARANHA E MARTINS, 1999; FARINATTI, 2000). A autonomia é estimulada, principalmente, a partir de processos educacionais, dos quais a Educação Física também faz parte, seja pela educação formal ou pela educação não-formal [í ] (GEREZ, 2006, p. 10)

A autonomia deve ser estimulada em todas as aulas de educação física, principalmente para os idosos dentro de uma ILPI, que nem sempre usufruem disso, que pelo menos durante as aulas consigam ser autônomos, pensantes, agentes da sua própria ação. Como a própria profissional entrevistada, relatou quando respondeu se os idosos estão conseguindo alcançar a autonomia no/dos exercícios a partir das atividades do nosso projeto:

Sim. Muitas que não conseguiam, que andavam só com andador, tinham medo, agora elas já conseguem fazer as atividades deixando o andador de lado, então os exercícios, muitos com bola, com bambolê, qualquer outro jogo que se está fazendo se tenta mostrar para que elas conseguem, aí se vai devagar dando uma bola ou outra coisa e agora elas já conseguem, mesmo com aquele medo que elas tem, se libertar dos andadores. E também tem as que agora elas participam que antes não participavam, até porque muitas diziam que elas não eram crianças, outras me diziam que já tinham feito no colégio, que não precisavam, que elas já sabiam das brincadeiras, estas iam ficando, mas agora muitas dessas são as primeiras a chegarem nas atividades. (Profissional ILPI)

Autonomia não sendo entendida apenas por autonomia física e mental mas por uma crítica e social, que se sai das amarras de um pensamento engessado, de que o idoso não pode fazer muitas coisas, que não aprende nem memoriza algo, para um pensamento que vê uma melhor interação social e criticidade por sua própria situação dentro da ILPI, por que para ser um ser autônomo é necessário ter conhecimento, e principalmente um autoconhecimento o que tentamos construir com os idosos. Assim:

[í ] autonomia é a condição sócio-histórica de um povo ou pessoa que tenha se libertado, se emancipado, das opressões que restringem ou anulam sua liberdade de determinação. E conquistar a própria autonomia implica, para Freire, em libertação das estruturas opressoras. ãA libertação a que não chegarão pelo acaso, mas pela práxis de sua busca; pelo conhecimento e reconhecimento da necessidade de lutar por elaõ (FREIRE, 1983, p.32). Não há libertação que se faça com homens e mulheres passivos, é necessária conscientização e intervenção no mundo. A autonomia, além da liberdade de pensar por si, além da capacidade de guiar-se por princípios que concordem com a própria razão, envolve a capacidade de realizar, o que exige um homem consciente e ativo, por isso o homem passivo é contrário ao homem autônomo. (ZATTI, 2007, p. 53)

No entanto, com idosos não é só a autonomia que se trabalha, ou os benefícios físicos, mas principalmente os benefícios psicológicos e emocionais, ainda mais trabalhando com idosos asilados, que são notadamente mais carentes, com um sentimento de abandono muito maior, o trabalho social feito deve ser bem amplo. Pois como a profissional da ILPI relatou:

Eu acho que um trabalho pedagógico na verdade a gente trabalha com uma educação como um todo, porque aqui a gente começa trabalhando desde o emocional delas até a atividade física. Porque muitas vezes eu chego para fazer uma atividade, e tem uma vó chorando, ou tá triste porque o filho não veio ai eu acabo fazendo um trabalho mais voltado a parte emocional, fazendo com que todas elas (as outras vós), que também ficam tristes, se insiram e participem deste trabalho. (Profissional ILPI)

Assim a educação pode ser uma forma para que os idosos aprendam a conviver com as perdas físicas e biológicas da idade, trazendo um bem-estar físico, psicológico, emocional e social (Loeser 2006). As oportunidades educacionais podem servir como formas de aumentar o contato social e a troca de conhecimentos.

Esta troca de conhecimento é para gerar uma aprendizagem que pode gerar a construção do conhecimento levando a autonomia e esta leva a emancipação, que faz com que os sujeitos vão se tornando cada vez mais críticos. Como a própria profissional de educação física nos relatou durante a entrevista, que as idosas vem se emancipando, pois antes elas apenas olhavam TV, ficavam quietinha, tomavam banho, eram maleáveis:

Aí no momento em que ela se libertou ela já não para mais, porque ela tá na frente, nos fundos, vai para um lado ou para o outro, ou tá pegando uma coisa ou outra, vai para o quarto quando não era para ir para o quarto, ou fica na sala da TV. Então acho que é isso, elas se libertam daquilo que elas estavam segurando. (Profissional ILPI)

Perguntamos também se esta emancipação faria com que os idosos se tornassem mais críticos, e se isso aconteceu a partir do nosso projeto e a profissional alegou que sim. Pois antes elas ficavam caladas agora elas estão se comunicando mais, interagindo mais e principalmente participando melhor.

O que antes elas ficavam caladas e mesmo não gostando elas faziam, estão bem melhor agora que elas conseguem falar o que querem e gostam de fazer, porque como sempre conversei nós somos amigas, não é professora e alunas, não sou eu que mando nas aulas, quem manda são elas, então elas já estão conseguindo se liberar daquela coisa de ficar quieta, pois elas já pedem, já dizem se não gostam, e era isso que eu sempre quis. (Profissional ILPI)

Através do uso da linguagem, da educação física crítica baseada no diálogo, visando a emancipação do ser pensamos que a prática pedagógica crítica com idosos os auxilia a pensar e refletir sobre sua realidade e refletir sobre suas condições e principalmente sobre o seu processo de envelhecimento. Como também o ser pode se tornar mais crítico com aquilo que lhe é oferecido.

Mas como a própria profissional da ILP esclareceu o nosso trabalho extrapola os benefícios físicos, as ações pedagógicas, passando por um trabalho emocional. Em que o diálogo também se torna emocional e corporal, que desenvolvido nas ações da educação física extrapola a verbalização.

É cultivado o diálogo emocional, cognitivo e principalmente corporal. Através das ações pedagógicas educadores e idosos dialogam com o seu corpo, reconhecendo o mesmo e se reconhecendo, possibilitando identificar os limites e as possibilidades de cada um. Esse diálogo ocorre através de expressões faciais, dos movimentos das mãos, braços, das pernas, da cabeça, do quadril, do contato com o corpo do outro. Esses movimentos possibilitam o idoso sentir, perceber, conhecer melhor e aceitar seu corpo com seus limites e possibilidades. (CORREIA et al, não datado, p. 8)

Dentre os benefícios e resultados das intervenções, é possível observar ganhos em todas as competências que constituem a proposta pedagógica em questão, Teoria Crítico Emancipatória e Didática Comunicativa. No âmbito objetivo, ocorre desenvolvimento e enriquecimento das experiências e movimentos corporais. No que diz respeito aos jogos, os asilados apresentam plenas condições de construir/criar e adaptar práticas corporais a partir das experiências anteriores somadas às aprendidas, ou seja, a partir da Transcendência de Limites pela Experiência e da Transcendência de Limites pela Aprendizagem atingem a terceira fase que é a de Transcendência de Limites pela forma criativa-inventiva.

Numa perspectiva social é possível perceber uma efetiva integração e engajamento entre os idosos que, nitidamente, relacionam-se melhor entre si e de maneira colaborativa, também com os professores e colaboradores. Os asilados também tiveram um ganho muito grande no que diz respeito à autonomia e emancipação, modificando seus conceitos sobre o mundo e tornando-se sujeitos no processo de construção dos seus próprios conhecimentos, refletindo acerca de seus atos (deixando de simplesmente reproduzir por reproduzir), se tornando seres mais críticos.

A comunicação entre os participantes também foi bastante priorizada durante as aulas, oportunizando o diálogo e a conversa sempre, adequando a proposta de ensino ao ambiente e às ideias do público-alvo que nunca deixava de opinar sobre as atividades de preferências inclusive, sugerindo novos exercícios.

Apesar desta proposta basear-se em uma teoria pedagógica, existem poucos registros na literatura, sobre aulas de educação física para idosos construídas e embasadas em teorias oriundas da educação física escolar, com intuítos de aprendizado. Dessa forma, o trabalho em questão utiliza uma pedagogia própria, diferenciada para o trabalho com idosos, na tentativa de superar a realidade apontada por Cachioni e Palma (2006), em que afirmam que não há preocupação com uma pedagogia específica para idosos, uma vez que se acredita que ele não mais se desenvolve.

Perguntamos a profissional da ILPI se ela acha importante além da atividade física o aprendizado da atividade física para os idosos, ou seja o aprendizado da educação física e o por quê, já que pouco se encontra a respeito nas literaturas existentes, elas respondeu que:

Tudo o que eu faço com elas de atividade, antes de dar a atividade eu explico o porquê e o que nós estamos trabalhando, se eu vou fazer uma ginástica localizada para trabalhar membros superiores e membros inferiores, antes eu vou explicar o porquê da importância de cada exercício, se vou colocar uma goleira para elas chutarem a bola explico o porquê disso, sempre trabalho isso com elas, sempre explico o porquê das coisas. (Profissional ILPI)

Penso que todos têm o direito ao saber, conhecer, vivenciar e experienciar coisas novas e prazerosas, pois o aprendizado nunca se conclui, tudo se modifica e o homem sempre será um projeto inacabado, transformando-se a cada instante. Esse processo de aprendizagem deve ser realizado com base na comunicação e no diálogo, em um processo de interação, em que todos decidem em conjunto o que farão, para atingirem objetivos em comum e pessoais.

A Educação Física se dá no âmbito de interação social, como experiência corporal, como modo de saber e experienciar o estar no mundo, expressando o que se sente, auxiliando a formar um sujeito crítico, com uma consciência crítica. Durante as aulas também foi possível observar o desenvolver da solidariedade entre os idosos. Além dos benefícios já citados há um suporte e uma valorização social, um sentimento de valorização pessoal, pois o idoso no momento em que ele recebe o carinho, atenção, se sente valorizado.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conclui-se que há uma possibilidade, através da educação física, de desenvolver lazer educativo com idosos, contribuindo para formação de indivíduos críticos capazes de construir e transformar o conhecimento, ainda que em espaços da sociedade os destituam dessa capacidade. Através de uma ação pedagógica que tente promover um melhor viver no asilo, através de relações sociais e afetivas, nas quais promovam a interação e inclusão social.

Por meio das percepções desveladas pelos próprios idosos, tanto em palavras como em ações, é possível (através de uma avaliação contínua, que inclui grupo de estudos,

produção de conhecimento científico, diálogo, observação das aulas) constatar as contribuições que a proposta proporciona a todos os participantes envolvidos.

Deste modo, o projeto contribui ao se trabalhar numa perspectiva de promover autonomia e acesso a novas propostas e novos conhecimentos, ampliando o universo de contatos e, conseqüentemente, de visão de mundo, dos idosos asilados. As constantes avaliações também contribuem para demonstrar que é bem possível de se trabalhar baseado em uma teoria pedagógica oriunda da Educação Física escolar, fazendo um trabalho voltado para o aprendizado, lazer, recreação, socialização.

Assim, apresentam significativa importância na vida dessas pessoas que tem nas intervenções uma possibilidade de realização de atividades prazerosas e diferentes do habitual, inclusive para os que preferem só olhar, por diversos motivos, que também alegam ser beneficiados, pois dizem estar se distraindo, saindo da rotina em que vivem.

Além disso, a educação física no espaço asilar vem possibilitando um desenvolvimento de uma aprendizagem que valoriza as habilidades dos educandos e a aquisição de novas possibilidades de ensino e práticas educativas com idosos. Com isso, acreditamos que estamos cumprindo com o principal objetivo do projeto de extensão, o de proporcionar diferentes experiências de movimento numa perspectiva de manutenção da saúde, prática de exercícios físicos e, principalmente, aprendizado e interação afetiva e social.

Nesse sentido, acreditamos que nosso trabalho, promoveu um melhor desenvolvimento dos aspectos, físicos, cognitivos, socioculturais, psicológicos, dentre outros. Acredita-se também que o diálogo desenvolvido extrapolou o diálogo verbal, e cultivou o diálogo emocional, corporal, ocorrendo através de expressões e dos movimentos do corpo inteiro, os quais possibilitam o idoso sentir, perceber, conhecer, e melhor aceitar seu corpo, limites e possibilidades. Sendo assim, a partir da didática comunicativa aplicada durante as intervenções é possível constatar as contribuições que a proposta proporciona aos envolvidos.

Através deste projeto, ainda, percebemos ser perfeitamente possível desenvolver um trabalho baseado em teorias pedagógicas da educação física escolar no universo do envelhecimento humano que, neste caso, configura-se num contexto não formal, mas voltado para o aprendizado, lazer e emancipação. Sendo assim, acreditamos no potencial da educação física em promover a educação crítica para os idosos asilados, principalmente no que condiz a prática de atividades físicas elevando assim a possibilidade de escolha dos indivíduos, deixando-os livres para decidir sobre seus comportamentos e suas práticas corporais.

Sendo assim, acredito que a prática reflexiva é o memento em que os idosos refletem sobre sua realidade e suas condições bem como seu lugar dentro da sociedade atual, principalmente pensar sobre como construir uma velhice bem-sucedida e uma visão positiva sobre esta. O diálogo sobre estas questões cria um processo educativo crítico que facilita o processo de aprendizagem e apreensão do conhecimento.

## REFERÊNCIAS

- ALENCAR, Raimunda Silva. **Ensinar a viver, ensinar a envelhecer: desafios para educação de idosos.** Estud, Interdiscip. Envelhec., Porto Alegre, v.4, p. 61-83, 2002.
- AMBROSINI, Tiago Felipe. **Educação e Emancipação Humana: Uma Fundamentação Filosófica.** Thaumazein, Ano V, Número 09, Santa Maria (Junho de 2012), pp. 40-56.
- ARAÚJO, Claudia Lysia de Oliveira. SOUZA, Luciana Aparecida de. FARO, Ana Cristina Mancussi e. **Trajetória das instituições de longa permanência para idosos no Brasil.** Não datado. Disponível em: [http://www.abennacional.org.br/centrodememoria/here/n2vol1ano1\\_artigo3.pdf](http://www.abennacional.org.br/centrodememoria/here/n2vol1ano1_artigo3.pdf)
- AZEVEDO, José André de. **Fundamentos filosóficos da pedagogia de Paulo Freire.** Akrópolis, Umuarama, v. 18, n. 1, p. 37-47, jan./mar. 2010.
- BARBOSA, Rita Maria dos Santos Puga. **Educação física gerontológica.** Ed. Sprint, 2000, RJ.
- BOCCHI, Silvia Cristina Mangini. JULIANI, Carmen Maria Casquel Monti. SPIRI, Ilza Carla. **Métodos qualitativos de pesquisa: uma tentativa de desmistificar a sua compreensão.** Departamento de enfermagem ó faculdade de medicina ó UNESP, Botucatu, 2008.
- BOSCATTO, Juliano Daniel. KUNZ, Elenor. **Didática comunicativa e interação social: fundamentos teóricos para práticas emancipatórias da educação física escolar.** Pensar a Prática, Goiânia, v.15, n.4, p.821-1113, out./dez. 2012.
- BOTH, Agostinho. **Educação Gerontológica: posições e proposições.** Erechim: São Cristóvão, 2001.
- \_\_\_\_\_. Longevidade e educação: fundamentos e práticas. In: PY, Ligia et al. **Tratado de Geriatria e Gerontologia.** Editora: Guanabara Koogan 2a. Ed. 2006. Cap. 157, pg. 1445-1455.
- BRASIL: **Lei de Diretrizes e Bases da Educação da Educação Nacional.** LDBEN ó Lei nº 9.394, de dezembro, Brasília, DF, 1996.

CACHIONI, Meire. PALMA, Lúcia Saccomori. Educação permanente: perspectiva para o trabalho educacional com o adulto maduro e o idoso. In: PY, Ligia et al. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Editora: Guanabara Koogan 2a. Ed. 2006. Cap. 158. pg. 1456-1465.

CAMARANO, Ana Amélia. KANSO, Solange. **As instituições de longa permanência para idosos no Brasil**. R. Brás. Est. Pop., Rio de Janeiro, v. 27, n.1, p. 233-235 jan/jun. 2010.

CASAGRANDE, Marcelo. **Atividade física na terceira idade**. Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Ciências Departamento de Educação Física. Bauru, 2006.

CHRISTOPHE, Micheline. **Instituições de Longa Permanência para Idosos no Brasil: uma opção de cuidados de longa duração?**. Escola nacional de ciências estatísticas. Mestrado em estudos populacionais e pesquisas sociais. Rio de Janeiro. 2009.

CORREIA, Mesaque Silva. MIRANDA, Maria Luzia de Jesus. VELARDI, Marília. **A prática da educação física para idosos ancorada na pedagogia freireana: reflexões sobre uma experiência dialógica-problematizadora**. Rev. Movimento. Porto Alegre, v. 17, n. 4, out/dez de 2011.

CORREIA, Mesaque Silva. TREFF JUNIOR, Carlos Alberto. MIRANDA, Maria Luzia de Jesus. **Atuação social do profissional de educação física em programas para idosos**. Não datado. Disponível em: <http://www.proceedings.scielo.br/pdf/cips/n3/n3a20.pdf>

CRUZ, Giselle Pessoa; Et al. **Relação entre qualidade de vida e exercício físico na terceira idade**. Rev. bras. Educ. Fís. Esp., São Paulo, v.20, p.73-77, set. 2006. Suplemento n.5. É73

CUNHA, Marta Lyrio da. VILARINHO, Lúcia Regina Goulart. **Concepção emancipatória: uma orientação na formação continuada a distância de professores**. Rev. Diálogo Educ., Curitiba, v. 9, n. 26, p. 133-148, jan./abr. 2009.

DOLL, Johannes. Planejamento e avaliação de programas educacionais visando á formação de recursos humanos em geriatria e gerontologia. In: PY, Ligia et al. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. Editora: Guanabara Koogan 2a. Ed. 2006. Cap. 161. pg. 1480-1489.

ENGEL, Guido Irineu. **Pesquisa-ação**. Educar, Curitiba, n. 16, p. 181-191. 2000. Editora da UFPR.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do Oprimido**. 14. Ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.

\_\_\_\_\_. **Pedagogia da Autonomia**. Coletivo Sabotagem, EGA, 1996.

\_\_\_\_\_. **Educação como prática da liberdade**. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2009.

FREITAG, Barbara. **A teoria crítica: ontem e hoje**. Editora brasiliense. 5ª edição, 1993.

GEREZ, Alessandra Galve. **A prática pedagógica em educação física para idosos e a educação em saúde na perspectiva da promoção da saúde: um olhar sobre o projeto**



**sênior para a vida ativa ó USJT.** Dissertação (Mestrado em Educação Física) ó Universidade São Judas Tadeu, São Paulo, 2006.

GEREZ, Alessandra Galve. Et al. **Educação física e envelhecimento: uma reflexão sobre a necessidade de novos olhares e práticas.** Rev. Motriz, Rio Claro, v. 16 n.2, abr./jun. 2010.

HENKLEIN, Ana Paula; SILVA, Marcelo Moraes e. **A Concepção Crítico-Emancipatória: Avanços e possibilidades para Educação Física Escolar.** Rev. Movimento, vol. 3, n°2, 2007.

KEMMIS, Stephen; WILKINSON, Mervyn. **A pesquisa-ação participativa e o estudo da prática.** In: PEREIRA, Diniz; EMÍLIO, Júlio. **A pesquisa na formação e no trabalho docente.** Belo Horizonte: Autêntica, 2008. p. 43-66.

KUNZ, Elenor. **Educação Física Ensino e Mudança.** Ijuí: UNIJUÍ, 1991.

\_\_\_\_\_. **Didática da Educação Física.** In. Cardoso, Falcão, Fiamoncini, Saraiva, Kunz Elenor (org.), IJUÍ ó RS: UNIJUÍ, 1998.

\_\_\_\_\_. **Transformação Didático Pedagógica do Esporte.** 1ª Ed. Ijuí: Ed. Unijuí, 2006.

LIBÂNIO, José Carlos. **Pedagogia e Pedagogos para quê.** São Paulo: Cortez. 3ª ed. 2004.

LIMA, Cláudia Regina Vieira. **Políticas públicas para idosos [manuscrito]: a realidade das Instituições de Longa Permanência para Idosos no Distrito Federal.** Distrito Federal (Brasil). 2011.

LOESER, Viviane. **Educação e envelhecimento: um curso na vida de idosos de Porto Alegre.** Dissertação de mestrado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Educação. Programa de Pós-graduação em Educação. Porto Alegre, 2006.

MIRANDA, Joseval dos Reis. COSTA, Maria Lúcia Santos. **Práticas educativas em espaço não formal com idosos: uma possível atuação pedagógica.** V Colóquio Internacional Educação e Contemporaneidade. São Cristovão ó SE/ Brasil. Setembro-2011.

MORSCHBACHER, Márcia. MARQUES, Carmen Lúcia da Silva. **Distanciamentos e aproximações entre a Educação Física escolar e as propostas pedagógicas críticas: o caso da teoria Crítico-Emancipatória e didática comunicativa.** Rev. Movimento, Porto Alegre, v. 19, n. 02, p. 149-166, abr/jun de 2013.

NERI, Anita Liberalesso. **Envelhecimento e Qualidade de Vida na Mulher.** 2º Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia. 2001.

NERI, Anita Liberalesso. CACHIONI, Meire. **Velhice bem sucedida e educação.** In. Neri, A. L. Debert, G. G. *Velhice e Sociedade.* (orgs) ó Campinas, SP: Papyrus, 1999.

- NETO, Inácio Brandl. **Propostas para o ensino da educação física.** Caderno de educação física. M. C. Rondon. V. 2, nº 1, nov. 2000. p. 87-106.
- PEREZ, Miriam. Azevedo Hernandez. **Teoria do agir comunicativo e estado democrático de direito.** In: Âmbito Jurídico, Rio Grande, XV, n. 103, ago 2012. Disponível em: [http://www.ambitojuridico.com.br/site/index.php/n\\_link=revista\\_artigos\\_leitura&artigo\\_id=12146&revista\\_caderno=15](http://www.ambitojuridico.com.br/site/index.php/n_link=revista_artigos_leitura&artigo_id=12146&revista_caderno=15)
- PINTO, José Marcelino de Rezende. **A teoria da ação comunicativa de Jürgen Habermas: conceitos básicos e possibilidades de aplicação à administração escolar.** Paidéia (Ribeirão Preto) no.8-9 Ribeirão Preto Feb./Aug. 1995.
- POLLO, Sandra Helena Lima. ASSIS, Mônica de. **Instituições de longa permanência para idosos ó ILPIS: desafios e alternativas no município do Rio de Janeiro.** Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. v.11 n.1 Rio de Janeiro 2008.
- RIPKA, Lisiane de Paula. FINCK, Silvia Christina Madrid. **O esporte na abordagem crítico-emancipatória: buscando estratégias de ensino e aprendizagem nas aulas de educação física para o ensino médio.** IX Congresso Nacional de Educação-EDUCERE. III Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia. Outubro, 2009, PUCPR.
- SÁ, Jeanete Liasch Martins de. A formação de recursos humanos em gerontologia: fundamentos epistemológicos e conceituais. In: PY, Ligia et al. **Tratado de Geriatria e Gerontologia.** Editora: Guanabara Koogan 2a. Ed. 2006. Cap. 160. pg. 1473-1479.
- SAFONS, Marisete Peralta. PEREIRA, Márcio de Moura. **Princípios Metodológicos da Atividade Física para Idosos.** Brasília: CREF/DF- FEF/UnB/GEPAFI, 2007.
- SANTOS, Avanay Samara do N.. MACENA, Lidivânia de Lima. SILVA, Lucimar Victor da. **A pedagogia freireana e a construção da cidadania na educação de jovens e adultos.** Arquivos de ciências empresariais da UNIPAR. Não datado. Disponível em: <http://pt.scribd.com/doc/76354099/014GT09-A-PEDAGOGIA-FREIREANA-E-A-CONSTRUCAO-DA-CIDADANIA>
- SOBAL, Benigno. **O trabalho educativo na terceira idade: uma incursão teórico-metodológica.** Textos Envelhecimento v.3 n.5 Rio de Janeiro 2001.
- TAVARES, Marcelo. BRANDÃO, Milena. **Metodologia da pesquisa-ação.** Universidade federal de Santa Catarina. Florianópolis, 13 de novembro de 2008.
- ZATTI, Vicente. **Autonomia e educação em Immanuel Kant e Paulo Freire.** Porto Alegre: EDIPUCRS, 2007.