

O SLACKLINE NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: A FORMA ESTÁTICA COMO POSSIBILIDADE PARA A PRÁTICA PEDAGÓGICA

SLACKLINE IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION: STATIC FORM AS A POSSIBILITY FOR PEDAGOGICAL PRACTICE

Laíne Rocha Moreira¹, Kaio Viana Saraiva², Kaio Heitor Soares Alves² e Raissa da Silva Conceição²

RESUMO

O Slackline é um esporte novo e vem se popularizando no Brasil atraindo vários praticantes como uma forma de trabalhar o equilíbrio, postura, corporeidade e desenvolver a capacidade motivadora de alunos. Diante disso, trata-se de um estudo que se utiliza da técnica de documentação indireta, fruto de uma revisão de literatura que objetiva analisar a prática do slackline na modalidade estática como possibilidade de ensino para as aulas de educação física escolar. A pesquisa reflete acerca de elementos que norteiam a prática do slackline na modalidade estática como esporte de aventura a ser desenvolvido como conteúdo na educação física escolar, partindo do pressuposto que os conteúdos da disciplina não devem limitar-se apenas na área de esportes coletivos. Conclui que slackline na modalidade estática pode ser praticado nas aulas de educação física escolar, como uma proposta inovadora a ser desenvolvida de maneira prazerosa e socioeducativa.

Palavras-chave: Slackline. Educação Física. Escola. Esporte de aventura.

ABSTRACT

Slackline is a new sport and has become popular in Brazil, attracting several practitioners as a way to work balance, posture, corporeality and develop the motivating capacity of students. Given this, it is a study that uses the technique of indirect documentation, the result of a literature review that aims to analyze the practice of slackline in the static modality as a teaching possibility for school physical education classes. The research reflects on elements that guide the practice of slackline in the static modality as an adventure sport to be developed as content in school physical education, assuming that the contents of the discipline should not be limited only in the area of team sports. It concludes that slackline in the static modality can be practiced in school physical education classes, as an innovative proposal to be developed in a pleasant and socio-educational way.

Keywords: Slackline. Physical education. School. Adventure sport.

Data de recebimento: 07/03/2020.

Aceito para publicação: 22/09/2020.

1 INTRODUÇÃO

A prática do slackline traz muito além de benefícios físicos (equilíbrio, postura, fortalecimento de articulações e etc.), ele se mostra muito eficiente na formação social do indivíduo, pois o mesmo consegue desenvolver valores de respeito com o próximo, mostrando assim que o slackline é uma ferramenta sócio educativa no desenvolvimento da aprendizagem na educação física escolar (MACHADO, 2014).

¹ Professora Ma. do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado do Pará (UEPA). E-mail: laine.educacaofisica@hotmail.com

² Aluno(a) do curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade do Estado do Pará (UEPA).

Segundo Cássaro (2011, p. 46) a escola tem sido um grande instrumento de promoção da cultura corporal e de movimento, sendo de suma importância que a educação física trabalhe todos os seus conteúdos propostos na Base Nacional Comum Curricular (BNCC), e todas as modalidades que vem surgindo no decorrer de estudos como a ginástica, esportes de aventura, modalidades esportivas, trabalhando a transversalidade e interdisciplinaridade, indispensáveis para o ensino de qualidade.

Conforme cita Franco (2008, p.30) as modalidades esportivas quando trabalhadas de forma ampla pode atender as necessidades e o gosto de grande parte dos estudantes da educação básica, sendo aqueles que estão caminhando para a vida adulta para melhor desfrutar do seu ócio nas horas vagas para seu lazer. Há certeza que os mesmos têm seus direitos de receber e ampliar seus conhecimentos de várias formas sobre a sua cultura corporal e movimento, através de experimentos e escolhas instigados por si mesmo ou pelos professores.

De acordo Bet (2013) podem surgir dificuldades ao tentar inserir modalidades de ação e aventura na escola, por falta de locais e materiais adequados. Todavia, é importante salientar que os Esportes Radicais de Aventura (ERA) podem também ser trabalhados de maneira adaptada, criando materiais, adequando os espaços e usando a criatividade, qualidade que o professor já usa com praticamente em todas as modalidades e atividades em seu dia a dia.

Face a tais perspectivas, a presente pesquisa se utiliza da técnica de documentação indireta, na qual é feita com base no levantamento de dados em diferentes fontes de pesquisa que se destinam ao interesse dos pesquisadores (LAKATOS e MARCONI, 2003). Para a realização do estudo de revisão teórica foram encontrados em sites e periódicos *online* 11 artigos e 03 Trabalhos de Conclusão de Curso relacionados a prática do Slackline nas aulas de educação física. Assim, por meio de uma revisão teórica, o estudo objetiva discutir acerca da prática do slackline na modalidade estática como possibilidade de ensino para as aulas de educação física escolar.

Adiante o estudo reflete acerca do esporte de aventura como possibilidade de ensino para as aulas de educação física escolar, por meio do slackline.

2 DO SLACKLINE COMO ESPORTE DE AVENTURA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A prática de esporte de aventura é um conteúdo de educação física expresso na atual, sendo caracterizada por explorar expressões e formas de experimentações corporais e por estimular a percepção das ações imprevistas e desafiadoras que são causadas no praticante desta modalidade (BRASIL, 2017).

As atividades de aventura estão sendo interpretadas como as práticas esportivas de características inovadoras e diferentes dos esportes comuns que são vistos quase sempre, pelo fato de não utilizar as condições normais e/ou tradicionais para a sua prática ou equipamentos que utilizam da tecnologia para uma melhor prática do esporte, seja na terra, na água, ou no ar (MARINHO, 2005).

Franco (2007) apresenta razões para incluir os esportes de aventura na educação física escolar. Para ele, esse tipo de conteúdo pode estabelecer relações com temas transversais como Meio Ambiente, estimulando o aluno a promover ações como conscientização e preservação ambiental. Além de ser um conteúdo novo, pouco explorado e muito difundido na mídia, tornando-o interesse aos olhos do público.

Santos (2014) diz que o slackline é uma atividade construída historicamente e culturalmente pelos seres humanos, possui características que as classificam e que as configuram como Atividades de Aventura por estabelecer relações diretas com vertentes como natureza, desafio, riscos avaliados, ludicidade e por proporcionar sensações de prazer, medo, liberdade e superação.

Dentro dos diversos esportes de aventura existe o Slackline, que representa um esporte moderno e prazeroso, onde as pessoas têm que equilibrar-se numa fita bamba e que vem se popularizando cada vez mais na sociedade, principalmente com os jovens.

O slackline faz parte do conteúdo esporte de aventura e consegue despertar o instinto aventureiro e que tenha uma ligação profunda com o meio natural, representando uma atividade de diversão, em seu tempo livre ou não (TAHARA, 2009).

A primeira tentativa para a prática do esporte resulta em um incontável balanço das pernas, o equilíbrio é adquirido no decorrer da prática do esporte que levará os praticantes ao objetivo de se equilibrar na fita (KELLER et al., 2012).

Cardozo e Costa Neto (2010) afirmam que o slackline é um esporte de equilíbrio que foi criado por montanhistas, e é praticado sobre uma fita de nylon, estreita e flexível, suspensa nos dois lados e presa em algum pilar na altura de alguns centímetros do chão. Conforme a figura 1 abaixo:

Figura 1 – Equipamento do slackline



Fonte: Kanui (2018).

Tendo em vista que o Slackline é um esporte de aventura e que está se popularizando no Brasil, ele é bem visto aos olhos de crianças e adolescentes e pode ser praticado em qualquer lugar, desde que se tenha uma estrutura adequada para a sua prática.

O Slackline consiste em uma modalidade que é praticada sobre uma fita de aproximadamente de 2,5 até 5 centímetros de largura e tensionada com diferentes distâncias e alturas. Nessa prática, o desafio é você se manter sobre a fita e atravessar de um lado para o outro. Após a aquisição de equilíbrio e confiança, praticantes mais habilidosos podem efetuar manobras e saltos. Na atualidade esse esporte está em grande ascensão devido à acessibilidade de se praticar, além de ser uma forma de lazer e treinamento (CÁSSARO, 2011).

De acordo com Boldo e Andrade (2012 apud BARROS, 2015, p. 1) o slackline hoje se divide em sete modalidades que são:

Slackline: A fita é montada em curtas distancias entre 05 e 10 metros. O praticante se equilibra sobre o Slack com diferentes tensões. Essa diferença na tensão e comprimento permite diversas possibilidades de execução.

Trickline: Tem como objetivo a execução de manobras de equilíbrio dinâmico. São utilizadas fitas colocadas a partir de 60 cm de altura que dão a impulsão necessária para realizar as manobras. Permite a realização de manobras de saltos e equilíbrio extremo, exigindo bastante preparo físico e treino.

Longline: Realizada perto do chão, objetivo é desafiar distâncias cada vez maiores, de 20 metros no mínimo utilizando fitas tubulares específicas de 25 mm. Caso contrário, a fita não terá o balanço tão admirado pelos praticantes desta modalidade.

Highline: A modalidade mais radical do Slackline, com travessias feitas acima de 5 metros de altura em locais como prédios e montanhas. Recomenda-se que o atleta possua além de uma experiência em slackline avançada, conhecimentos de escalada e domínio dos equipamentos.

Waterline: É a prática sobre as águas, piscinas, rios ou praias. É definida como a mais descontraída das modalidades uma vez que não se utilizam quase cabos de aço devido suas quedas não oferecem riscos. Permite a realização de manobras.

Baseline: Restrita somente ao público paraquedista e trata-se de uma variação do highline, porém sem o cinto de segurança e com alças para as pernas (baudrier). O praticante se equipa com o paraquedas nas costas e caso caia da fita o mesmo é acionado.

Shortline: Trata-se da modalidade mais segura, já que a fita é colocada em nível baixo e com as ancoragens próximas. Além disso, é a mais indicada para iniciantes, juntamente com o Trickline por não exigir maiores esforços e habilidades específicas em relação às outras modalidades.

3 SLACKLINE COMO POSSIBILIDADE PARA A PRÁTICA PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A prática do slackline traz muito além da melhora do equilíbrio, ela ajuda na consciência corporal, paciência, disciplina, capacidade de superar obstáculos e harmonia do corpo e mente (SANTOS; MARINHO, 2014).

Bueno (1998) relata que durante o período escolar é indispensável os estímulos para a manutenção do equilíbrio, principalmente quando ereto. Por isso, é necessário que o professor de Educação Física aplique atividades em suas aulas que contribuam para o desenvolvimento motor de seus alunos, para que tenham consciência dos seus movimentos corpóreos.

Delmira (2009) salienta a importância de a criança compreender sobre seu corpo e perceber sua diversidade. Assim, as aulas sobre o slackline devem buscar abranger de forma que consiga trabalhar e evidenciar as atividades de crianças com idade pré-escolar e escolar, de forma que a qualidade física básica seja notável, como por exemplo, o equilíbrio.

O slackline assim como em qualquer outro esporte existem alguns aspectos que devem trabalhar o lado esportivo tendo em vista que o Slackline é um esporte com pouca informação, então é interessante ter algumas noções básicas para que sua aplicação seja feita de forma mais prática, como por exemplo, manter o olhar em ponto fixo, abrir os braços, se contorcer de um lado para o outro para retomar o equilíbrio. Todavia, vale ressaltar que o único modo de se entender como o slackline pode ser desenvolvido no âmbito escolar é aplicando-o e analisando-o os dados obtidos por meio de sua própria prática (PEREIRA; MASCHIÃO, 2012).

Pereira e Maschião (2012) dissertam ainda a respeito alguns requisitos que facilitem e tornem a prática do Slackline mais segura para os praticantes, além de facilitar o trabalho daqueles que nunca trabalharam com o Slackline. Tais requisitos são: Conhecer a modalidade: conhecer o contexto histórico, as formas de se praticar o esporte, os meios para a montagem dos equipamentos e as possibilidades de ensino. Há vários meios para apresentar esses dados na forma de vídeos e aulas práticas; montar o Slackline: escolha dois pontos de ancoragem, a forma de tensionamento, sistema de backup e a escolha da fita para prática do esporte; explorar o slackline: conhecer a fita e os pontos que provocam maior instabilidade e a melhor forma de atravessá-la. Os autores sugerem primeiro que os

praticantes iniciantes andem na fita em duplas e até mesmo em trio, ou seja, segurando a mão de colegas que possam dar apoio ao iniciante que esteja atravessando na fita para passar segurança ao mesmo; equilibrar sobre diferentes objetos e superfícies: ajuda a manter o equilíbrio sobre a fita. Exercícios como andar sobre uma fita pintada no chão de uma quadra, caso possua uma trave de equilíbrio ajudará o aluno a vivenciar novas experiências para exercitar a prática do esporte posteriormente; Equilibrar-se em diferentes posições na fita e fora dela: O simples andar sobre a fita já proporciona um grau de dificuldade ao praticante, podendo aumentar ainda mais com uma subida pelo meio da fita etc.; Desenvolver jogos de equilíbrio: desenvolver jogos que trabalhem o equilíbrio sobre a fita; Criar movimentos e posições novas na fita: dentro das limitações de cada praticante deve-se criar novas posições dentro de um processo evolutivo para que possa demonstrar uma progressão na sua base de equilíbrio; Sintetizar a técnica da movimentação no slackline: conversar com o praticante para que seja identificada a melhor maneira de se manter na fita (PEREIRA; MASCHIÃO, 2012).

Os mesmos autores informam que esses requisitos são um aparato para o professor que deseja incluir o slackline em alguma de suas aulas, tendo em vista que o slackline não é muito comum de ser visto nas escolas de educação física (PEREIRA; MASCHIÃO, 2012).

Sousa et al. (2017) em uma pesquisa realizada sobre a prática do esporte, também descreve passo a passo como foi realizada as suas aulas se utilizando do slackline. Ele diz que no início foi utilizando vídeos sobre as várias modalidades de aventura para que os alunos pudessem ter uma visão básica sobre esse esporte, em seguida solicitou que os alunos realizassem uma pesquisa e descrevessem sobre sua compreensão para uma ampliação dos seus conhecimentos a partir do que foi visto nos vídeos. Na segunda aula foi realizada uma vistoria nos espaços da escola para escolha de um local apropriado para que os alunos armassem a fita e dessem início a pratica das atividades em duplas, trios com apoios e depois sem os apoios. Na terceira aula, realizaram atividades que alunos praticaram o equilíbrio como forma de treinamento para depois praticar o slackline. Assim, Newton (2004) considera que o equilíbrio é a habilidade de controlar seu corpo para atingir seus objetivos e manter o centro da gravidade sobre o apoio.

Nesta etapa da prática, a concentração deve ser estimulada para que aluno possa sentir seu corpo e responder as respostas motoras adequadas ao meio instável que se encontra. A partir destas atividades os alunos praticam e aperfeiçoam suas técnicas. Na última aula foi feito a análise e observação sobre o desenvolvimento e aprimoramento das técnicas de cada aluno na prática do slackline, houve a intervenção do professor para a correção na questão da postura e posicionamento de cada um sobre a fita e a orientação sobre alguns movimentos no qual eles deveriam fazer.

Ainda no que tange a prática do slackline, pode-se ressaltar a pesquisa Bet (2013) traz uma reflexão acerca do ensino da modalidade por meio de uma metodologia lúdica para ilustrar movimentos que se assemelhassem à pratica do slackline, para que os alunos comesçassem a compreender melhor a mecânica desta modalidade, fazendo com que os alunos andassem por cima de linhas da quadra, bancos, cordas e fitas para uma melhor simulação. Em seguida utilizou de recursos cinematográficos para que os alunos vissem e assimilarem os movimentos e por fim ancorou a fita e pôs os alunos para ter o contato direto com a pratica do slackline, dando a opção para os alunos escolherem ou não a ajuda de um colega, mas sem a intervenção do professor.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa teceu informações acerca do Slackline praticado de forma estática como possibilidade de conteúdo para as aulas de educação física. Destacou, com base em pesquisas realizadas que a prática do esporte é benéfico, inovador e muito atraente para

os alunos, pelo fato de ser uma modalidade nova que está surgindo no mercado e que tem um grande potencial para desenvolvimento corporal dos alunos (equilíbrio, postura, concentração, senso motor, fortalecimento das juntas e musculatura de equilíbrio).

Constatou-se que o slackline é uma modalidade de esporte de aventura possível de ser praticado nas aulas de educação física escolar, todavia, sua aplicabilidade ainda é problematizada devido aos fatores relacionados à falta de materiais específicos para a prática, como também ao próprio interesse do professor em adicionar novos conteúdos para suas aulas.

Concluiu, a partir do estudo de revisão que o slackline na modalidade estática surge como uma possibilidade de ensino para a educação física como uma proposta inovadora a ser desenvolvida de maneira prazerosa e socioeducativa.

REFERÊNCIAS

- BARROS, D. F. D. O slackline: do surgimento a evolução e seus benefícios. EFDeportes.com, **Revista Digital**. Buenos Aires, v. 19, n. 202, 2015. Disponível em <https://www.efdeportes.com/efd202/o-slackline-do-surgimento-a-evolucao.htm#:~:text=O%20slackline%3A%20do%20surgimento%20a%20evolu%C3%A7%C3%A3o%20e%20seus%20benef%C3%ADcios&text=O%20Slackline%20iniciou%2Dse%20em,para%20se%20equilibrar%20e%20caminhar>. Acesso em 14/03/2018.
- BET. C. J. Inclusão de esportes radicais de ação e aventura na educação física escolar. In: PARANÁ. Secretaria de Estado da Educação. Superintendência de Educação. **Os Desafios da Escola Pública Paranaense na Perspectiva do Professor**. PDE, 2013. Disponível em: <http://www.gestaoescolar.diaadia.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=20>. Acesso em 14/03/2018. ISBN 978-85-8015-076-6.
- BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. Ministério da Educação, 2017.
- BUENO, J.M. Psicomotricidade Teoria & Prática: estimulação, educação e reeducação psicomotora com atividades aquáticas. **Revista Horus**, v.4, n.1, 1998, São Paulo: Lovise.
- CARDOZO, E. M. S.; COSTA NETO, J. V. da. Os esportes de aventura da escola: o slackline. In: V CBAA – Congresso Brasileiro de Atividades de Aventura: “Entre o urbano e a natureza: a inclusão na aventura”. **Anais...** São Bernardo do Campo – SP. 5 a 8 de julho de 2010.
- CÁSSARO, E. R. **Atividades de Aventura, aproximações preliminares na rede municipal de ensino de Maringá**. Monografia. Curso de Graduação em nível de Especialização; Educação Física na Educação Básica, Universidade Estadual de Londrina, Londrina, 2011.
- DELMIRA, T. Comparação do equilíbrio estático e dinâmico em crianças de 4 a 6 anos. **Educação Física em Revista**, Vol.3, N 1, 2009, Brasília/DF/Brasil.
- FRANCO, L. C. P. Por que esportes de aventura na escola? In: II CBAA Congresso Brasileiro Atividades de Aventura. **Anais...** Governador Valadares/UNIVALE – MG 2007.
- FRANCO, L. C. P. **Atividades físicas de aventura na escola: uma proposta pedagógica nas três dimensões do conteúdo**. 2008. 1-136 f. Dissertação (Mestrado) Departamento de

Programa de Pós-graduação em Ciências da Motricidade, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2008.

KELLER, M. et al. Improved postural control after Slackline training is accompanied by reduced H-reflexes. **J. of Med. and Science in Sport**, v.22, n.4, p. 471-477, 2012.

LAKATOS. E. M; MARCONI. M. A. **Fundamentos de metodologia científica** – 5. ed - São Paulo, SP: Atlas, 2003.

MACHADO. R. C. C. **Slackline como conteúdo na educação física escolar**. Brasília, DF: UNICEUB, 2014.

MARINHO, A. Atividades de aventura como conteúdo da educação física: reflexões sobre seu valor educativo. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/> **Revista Digital** - Buenos Aires - Año 10 - N° 88 - Setiembre de 2005.

NEWTON, R. A. Questões e teorias atuais sobre controle motor: avaliação de movimento e postura. In: UMPRED, D. A. **Reabilitação Neurológica**. 4 ed. Barueri: Manole; 2004.

SANTOS, I. S. M. **Possibilidades pedagógicas do conhecimento slackline nas aulas de educação física escolar no ensino médio**. UNEB. Jacobina, BA : 2014.

SANTOS, P. M.; MARINHO, A. Slackline e educação física: experiências do projeto de extensão “lazer e recreação”. **Licere**, Belo Horizonte, v. 17, n. 4, dez. 2014.

SOUSA. R. M et al. **Slackline na escola**: uma proposta para as aulas de educação física no ensino fundamental. Campina Grande, PB: ENID, 2017.

PEREIRA, D. W.; MASCHIÃO, J. M. Primeiros passos no Slackline. **Revista Digital EFDeportes**. Buenos Aires, Ano 17, n. 169, 2012.

TAHARA, K. Atividades físicas de aventura na natureza e academias de ginastica. **Revista Movimento**. Porto Alegre, v. 15, n. 03, p. 187-208, julho/setembro de 2009.