

A group of hikers is seen from behind, walking along a dirt trail on a steep, grassy mountain slope. The hikers are wearing various outdoor gear, including backpacks and hats. In the foreground, a hiker with a large blue backpack and a yellow flower pinned to it is prominent. The background shows a vast valley with a winding road and distant mountains under a blue sky with light clouds.

# *Trekking Pedagógico*

*Autor*  
*Jefferson Teixeira*

**Livros Digitais**  
**2019**

## **Apresentação**

Está é uma obra criada à partir da disciplina de Produção de Recursos Educacionais, do curso de Mestrado em Educação Profissional e Tecnológica - PROFEPT, ministrada pelo Prof. Dr. Ricardo dos Santos Pereira, em que busco desenvolver o tema de meu projeto de pesquisa, em que buco ao final de minha pesquisa, criar um e-book destinado a profissionais da educação, na tentativa de colaborar com a inovação nas práticas educacionais, não apenas para a educação física, que é minha área de formação, mas também para os demais campos do conhecimento, sendo possível a utilização deste tema como projetos integradores e interdisciplinares. Ao longo deste, apresentarei de forma simples meus estudos iniciais e encaminhamentos para minha futura produção final.

# SUMARIO

<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>2</b>
<b>CAPITULO 1.....</b>	<b>5</b>
<b>CAPITULO 2.....</b>	<b>9</b>
<b>CONCLUSÃO.....</b>	<b>13</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>14</b>

# INTRODUÇÃO

Esta obra abordará o Trekking (caminhada de orientação) como prática pedagógica nas aulas do ensino médio integrado, por meio de uma proposta curricular interdisciplinar na promoção da educação ambiental. Por estarmos inserido dentro da floresta amazônica, desenvolver atividades nesses espaços privilegiados, torna-se imprescindível verificar se há a possibilidade de promover uma educação ambiental crítica nos alunos de ensino médio, por meio da interdisciplinaridade. Apresentaremos nos capítulos que seguem orientações de como organizar e executar a prática do Trekking, a ser utilizado por qualquer educador e área de ensino, a fim de ser um recurso facilitador, promotor de práticas corporais de aventura no ambiente escolar, aumentando assim as vivências de exercícios físicos para além da disciplina de Educação Física.

A prática do Trekking tem origem no séc. XIX, durante o processo de colonização da África do Sul, através da necessidade de deslocamento, distantes e de percursos diferentes dos trabalhadores holandeses, acabavam percorrendo diversos lugares.

Etimologicamente, tem origem na língua africana, do verbo trekken (migrar), e após o domínio histórico dos ingleses na região, foi incorporada a língua destes colonizadores, assumindo a forma conhecida atualmente e que significa “longas e difíceis caminhadas realizada pelos exploradores em direção ao interior do continente em busca de novos conhecimentos” (BITENCOURT; AMORIM, 2006).

Para Ortiz (1999), o termo ao ser introduzido no Brasil, passa a significar “caminhada em trilhas naturais em busca de lugares interessantes para conhecer, possibilitando um maior contato com a natureza”.

Hoje é vista como uma prática de esporte ou lazer e vem ganhando cada vez mais adeptos pelo mundo, orientada através de mapas, bússolas ou equipamento de orientação por satélite (GPS), realizado em ambientes naturais.

Pensando em uma educação omnilateral, integral e capaz de formar um aluno não só para o mercado de trabalho, mas também um cidadão crítico e consciente de seu papel fundamental na construção de uma sociedade com justiça social requer dos docentes, uma preocupação constante com o processo de ensino visando uma aprendizagem significativa para o aluno. Segundo Lorenzato (2006) realizar atividades manipulativas e visuais não é garantia de sucesso na aprendizagem, requerendo também uma atividade mental. Não basta a realização de práticas corporais de aventuras em espaços não formais de ensino, especialmente na região amazônica, para formação de uma consciência ambiental, devendo o professor levar o aluno a pensar e refletir sua prática.

Esperamos que este produto possa contribuir na diversificação de práticas educacionais de docentes, tornando o ensino mais atrativo e prazeroso, sem contudo esquecer do seu papel na construção do conhecimento.

# Capítulo 1

## 1.1 As Práticas Corporais de Aventura no Currículo da Educação Física.

Os conteúdos de práticas corporais de aventuras descritas na nova Base Nacional Curricular Comum (BNCC) trazem aspectos novos quando comparados aos conteúdos tradicionalmente ministrados na educação física escolar.

**Conceito:** São atividades que promovem vertigem e risco controlado, baseados em perícia e proeza provocada pelos desafios do ambiente, podendo ser naturais ou urbanas (BRASIL, 2016, p. 106).

## 1.2 Tipos de Práticas Corporais de Aventura

As práticas podem ser classificadas conforme o ambiente onde se realizam, podendo muitas vezes uma mesma atividade, ora ser urbana, ora ser na natureza. Basicamente são:

**A. Urbana:** São aquelas que usam as construções realizadas pelo homem para produzir as condições de vertigem e risco controlado (BRASIL, 2016)



Fonte: Hipeness, 2016. <https://www.hipeness.com.br/wp-content/uploads/2016/10/santander3.jpg>

Os tipos de atividades de aventuras urbanas mais conhecidas são: Skate, Rapel, Parku, Patins, Base Jump, Paintball, Buildering, Slackline, BMX, etc.

**B. Natureza:** São as atividades caracterizadas por explorar as incertezas do ambiente físico (BRASIL, 2018).



Geralmente são realizadas longe dos centros urbanos, com baixa interferência do homem (INACIO, et al., 2016)

Ambas as práticas corporais de aventura encantamento com o meio que nos cerca, urbano ou natural (INÁCIO, et al. 2016).

## **1.3 A educação Física e as Práticas Corporais de Aventura**

Segundo Inácio et al. (2016), a inclusão da educação física na área de linguagem, permite oferecer o diálogo entre o ambiente e as situações mercado que vem disseminando as práticas corporais de aventura. A interação entre os sujeitos com o mundo favorece os processos de construção de um cidadão crítico e reflexivo, e as práticas corporais de aventura na natureza são formas alternativas de interagir e construir sentidos com o mundo que nos rodeia, diferente dos conteúdos tradicionalmente ministrados, proporcionando o desenvolvimento de novas subjetividades (INÁCIO; MARINHO, 2007). A própria BNCC (2016) indica como conteúdo das práticas corporais a serem trabalhadas na disciplina de educação física, as de aventura, junto aos demais. Indicando sua manifestação a partir do 3º e 4º ciclo do ensino fundamental e também durante todo o ensino médio.

## **Capítulo 2**

### **2.1 Trekking Como Prática Pedagógica**

O ensino do Trekking (caminhada de orientação) é uma das possibilidades de desenvolver o conteúdo de práticas corporais de aventura na natureza no ensino médio, além de constituir um excelente meio de desenvolver uma prática interdisciplinar.

O Trekking é uma caminhada orientada através de mapas, bússolas ou equipamento de orientação por satélite (GPS), realizado em ambientes naturais. Em regra, são feitos em grupo de 3 a 6 pessoas, visando atitudes de companheirismo e interação com a natureza (BITENCOURT; AMORIM, 2006). Podem ser praticados de várias formas, a depender do objetivo proposto e metodologia utilizada. Quando realizado, algumas alterações podem ocorrer desde que não perca a característica principal, que é a caminhada orientada em espaços que tiveram pouca ou nenhuma interferência do homem.

## 2.1.1 Os Tipos de Trekking

**A) Trekking individual:** conforme a própria nomenclatura é feito de forma solitária, onde o praticante define seu próprio percurso e material a ser utilizado. Nesta modalidade em específico, não há o auxílio de nenhuma equipe ou empresa que organize o trajeto.

**B) Trekking em grupo ou organizado:** é feito por mais pessoas envolvidas, na maioria das vezes produzidas por empresas, onde os vários grupos participantes se utilizam de orientação do trajeto para realização da trilha.

**C) Trekking assistido:** media os dois tipos anteriores, onde um dos participantes de cada grupo terá a responsabilidade por todo o equipamento e sobre sua equipe, porém será auxiliado por outras pessoas, como guias e carregadores por exemplo.

**D) Trekking de competição:** conhecido também como enduro ou rally a pé, migrou dos enduros de jipes e motos, incorporando-se ao trekking. É uma caminhada de competição, praticada por equipes de 3 a 6 pessoas, com provas variando percurso e tempo. Vários esportes podem ser acrescentados ao trajeto como rapel, tirolesa, escalada, e outros, sem a obrigatoriedade da prática (BITENCOURT; AMORIM, 2006). Este se divide em trekking de regularidade, de velocidade, de longa distância e de 1 dia. O primeiro possui um percurso preparado com antecedência, com a caminhada sendo realizada dentro do mesmo e no tempo estipulado, vencendo a equipe que mais se aproximar ao tempo definido. Já no de velocidade o objetivo é chegar o mais rápido possível ao ponto final do trajeto.

O de longa distância ou travessia: os percursos são bem mais longos, durando horas e até mesmo dias, desafiando a persistência dos praticantes e exige uma maior infraestrutura para sua organização. O trekking de um dia, tem percursos de até 10km e sem a necessidade de passar a noite no local, praticado mais por lazer do que na forma competitiva.

## CONCLUSÃO

Durante os primeiros levantamentos de pesquisa, a inexistência dos conteúdos de práticas corporais de aventura, sejam elas urbanas ou na natureza, indicando a necessidade de incluir este tema, descrito na BNCC. Espera-se através deste estudo que os professores de educação física reconheçam a importância do tema como possibilidade de incluí-los nos projetos dos cursos de ensino médio integrado ou através de projetos integradores. Vislumbramos também a possibilidade de desenvolver o ecoturismo educacional, pois levar este tema, bem como a visitação e práticas direcionadas à instituições de ensino, pode ser um excelente meio de ampliação das políticas educacionais voltadas para à educação ambiental. O potencial da prática do Trekking enquanto exercício físico, capaz de promover um gasto calórico significativo, além de estabelecer uma interação com o meio ambiente, produz conhecimento em diversas áreas visando uma educação ambiental crítica.

## REFERENCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018.

BITENCOURT, V.; AMORIM, S. Trekking: Enduro/Rally a pé. In: DACOSTA, LAMARTINE (ORG.). Atlas do Esporte no Brasil. Rio de Janeiro: CONFEEF, 2006.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. Educação Física na Escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2017.

INACIO, H. L. de D. et al. Práticas corporais de aventura na escola: possibilidades e desafios: reflexões para além da Base Nacional Comum Curricular. Motrivivência, Florianópolis; v. 28, n. 48, p. 168-187, set. 2016.

INÁCIO, H. L. D.; MARINHO, A. Educação Física, meio ambiente e aventura: um percurso por vias instigantes. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, Brasília; v.28, p.55-70, 2007.

INÁCIO, H. L. de D. et al. Bastidores das práticas de aventura na natureza. In: SILVA, A.M.; formação humana. 1ª ed. Florianópolis: Nauemblu Ciência e Arte, v. 3, 2005b, p. 69-87.

INÁCIO, H. L. de D. et al. Bastidores das práticas de aventura na natureza. In: SILVA, A.M.; DAMIANI, I. R. (Org.). Práticas corporais: experiências em Educação Física para outra formação humana. 1ª ed. Florianópolis: Nauemblu Ciência e Arte, v. 3, 2005b, p. 69-87.

JACOBUCCI, D. F. C. Contribuições dos espaços não-formais de educação para a formação da cultura científica. Em Extensão, Uberlândia, v. 7, p. 55-66, 2008.

LORENZATO, S. A. Laboratório de ensino de matemática e materiais didáticos manipuláveis. Campinas: Autores Associados, 2006.

## **SOBRE O AUTOR**

Mestrando em Educação Profissional e Tecnológica pelo IFAC (2018). Pós Graduado em Educação Física pela Universidade Gama Filho (2006-2008). Graduação em Educação Física pela UFAC (2002-2006) e em Direito Pela UNINORTE (2008-2013). Docente de Magistério Superior da Universidade Federal do Acre. Coordenador do Curso de Educação Física Bacharelado.