UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA

CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

DISCIPLINA: TREINAMENTO ESPORTIVO II 2012.2/2013.1

ORIENTADOR: YTALO MOTA 2012.2

CLÁUDIO MEIRELES 2013.1

MONITORA: ADRIENE MELO DE SOUZA MAT. 10912401

**Atividades Desenvolvidas Do Plano De Ação Na Disciplina Treinamento Desportivo II**

**Introdução**

A maioria dos alunos que chegaram à disciplina de treinamento esportivo II, falaram no primeiro dia de aula que tinham dificuldade de aprender o conteúdo, tanto o professor quanto a monitora observaram que os mesmo estavam com lacunas em outras disciplinas que antecede essa como a de Fisiologia do exercício e Treinamento Desportivo I as quais são de fundamental importância para que se entenda a disciplina por isso o professor teve necessidade de fazer uma revisão no primeiro dia de aula para que os alunos pudessem entender o que seria explanado na Disciplina durante todo o período tendo em vista que tem uns conteúdos que os alunos têm que saber para obter êxito na disciplina cursada.

Essas dificuldades foram amenizadas com a monitoria tendo em vista que a monitora acompanhava os alunos de uma forma sistemática nas aulas e retirava dúvidas em horários opostos aos das aulas, assim os alunos tiravam dúvidas sobre o assunto visto em sala de aula. O professor elaborava suas aulas com a monitora e isso ajudou a monitora a prepara suas aulas de revisão dos conteúdos procurando sempre focar nos pontos mais importantes e relevantes e explicando de uma forma clara e objetiva o conteúdo o qual estava sendo abordado.

Um dos pontos fundamental nessa monitoria foi a construção do plano de treinamento onde os alunos tinham maiores dificuldades surgiam muitas dúvidas nessa aula, esse era o momento onde os alunos procuravam tanto o professor quando o monitor para tira as suas dúvidas.

**Metodologia**

As turmas da disciplina de treinamento desportivo II no período de 2012.2 e 2013.1 tiveram um total de 73 alunos matriculados, a aula era uma vez por semana na quarta-feira de 7:00 às 10:00. A monitora assistia às aulas da disciplina ministrada pelo professor, auxiliando o mesmo no que fosse preciso, e observava as metodologias e a didática do professor para que pudesse aprender e assim quando fosse apresentar as micro aulas pudessem ter um bom desempenho. Uma vez por semana havia reunião com o professor para tratarmos sobre as aulas e pensar sobre a melhor metodologia e didática de passar os conteúdos da melhor maneira possível para que os conteúdos fossem compreendidos pela turma essas reuniões na maioria das fezes duravam uma 1h30min.

Os alunos tiravam dúvidas na sala de aula e quando o assunto era muito complexo procuravam atendimento no horário oposto da sala de aula os quais eram nas segundas-feiras das 07h00min às 09h00min e na terça-feira 13h00min às 17h00min. Nessas orientações eles tiravam dúvidas e quando necessário era explicado pelo monitor os tópicos das aulas os quais não eram entendidos na mesma. Eram atendidos em média 5 alunos por semana, sendo que na semana da segunda avaliação esse número aumentou para cinze alunos, essa semana foi a mais frequentada por que estavam com a tarefa de construir um Plano de treinamento (Macrociclo) onde eles tiveram muitas dificuldades para estruturar, mesmo depois do professor ter feito um modelo na sala de aula em conjunto com os alunos além da monitora ter feito um revisão, com a observação do professor eles ainda sentiram muita dificuldade de entender o assunto por isso que aumentou a quantidade dos alunos nessa semana.

Essa preocupação dos alunos em entender o assunto foi porque um número de 18 tiraram notas inferiores a 7,0 na primeira avaliação e isso era preocupante, pois se não se recuperassem na segunda avalição poderiam ir para a final. Avaliando esses alunos que tiraram nota baixa podemos observar que os mesmo faltavam às aulas com frequência e na maioria das vezes chegavam atrasados nas aulas e não procuravam o professor nem a monitora nos horários disponível fora de sala de aula, após esse resultado muitos resolveram procura frequentar os horários da monitoria, para que assim pudessem melhora a suas notas, deixaram assim de faltar com frequência.

**Conclusão**

Eram poucos os alunos que frequentavam a monitoria, pois muitos alegavam dizendo que mesmo tendo dificuldade de entender o assunto não tinham tempo de frequentar a monitoria e isso pode ter sido o motivo que muitos tiraram abaixo de 7,0 na nota da primeira avaliação, após eles mesmos terem sido prejudicados conseguiram arrumar tempo para frequentar a monitoria e assim melhora as notas. Isso nos mostrou que os alunos que frequentaram as aulas e a monitoria conseguiram melhores notas do que os que não frequentavam.

Com isso a monitoria foi um recurso de grande importância para a disciplina, pois os alunos têm mais um recurso além do professor para recorre e assim tira sua dúvidas quando a disciplina. Podendo melhora assim como foi visto o seu rendimento na disciplina.

**BIBLIOGRAFIA**

GOMES, A. C**.** – **Treinamento Desportivo, Estruturação e Periodização**. Ed Artmed, SP, 2002.

DANTAS, E. H. M. - **A Prática da Preparação Física**. 2ª Ed., Editora Sprint, RJ, 2005.

KRAEMER, W. J.; HAKKINEN, K. **Treinamento de Força Para o Esporte**. Ed Artmed, RS, 2004.

WEINECK, J. **Manual do Treinamento Esportivo.** 2ª Ed., Ed Manole Ltda., SP, 1986.