



RELATO DE EXPERIÊNCIA: VIVENCIANDO O FUTEBOL AMERICANO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Noelton Charles Souza de Abreu ¹
Prof. Dr. Alfredo Cesar Antunes²
Prof. Anderson Fabiano dos Santos³

RESUMO

O relato de experiência tem como objetivo descrever a aplicação de aulas de Educação Física (EF) voltada para a vivência inicial do futebol americano (esporte de invasão), realizado no colégio estadual Espírito Santo, C E-Ef M em Ponta Grossa- PR com os 8º e 9º anos do ensino fundamental juntamente do PIBID. A proposta surgiu por meio do registro de classe online (RCO) que apresentava o esporte como conteúdo do primeiro trimestre e convergiu com a disciplina do curso de Educação Física licenciatura da UEPG, esportes complementares, onde teve o primeiro contato também. A aula foi estruturada de forma introdutória, com apresentação de conceitos básicos da modalidade, como a dinâmica, funções de posições e sistemas dos “downs”. Após duas aulas práticas, vivenciando de forma fracionada troca de passes, interceptações e o chute inicialmente e na segunda aula a vivência de forma adaptada. No referencial teórico, foi utilizado o Portal de Periódicos da CAPES buscando os termos “Futebol Americano” e “Educação Física”, inicialmente chegou-se em 59 artigos de maneira geral, após delimitações como: publicado nos últimos cinco anos, idioma português, acesso aberto e revisado por pares chegou-se a dois artigos que eram pertinentes sobre o tema e auxiliaram no referencial. O primeiro artigo é um RE sobre o futebol americano e o beisebol onde foi aplicado dentro do projeto “Esportes não tradicionais na escola” do PIBID em uma escola pública em Viçosa, MG. O segundo, tematiza os esportes alternativos na EF implementado um processo de coleta de dados com 25 alunos de um curso de EF de Brasília/DF. Conclui-se que a vivência do futebol americano nas aulas de EF é uma oportunidade de ampliar o repertório cultural e esportivo, promovendo através da vivência a inclusão de novos conteúdos e reforçando o papel da disciplina na formação integral dos estudantes.

Palavras-chave: Esportes, Futebol Americano, Educação Física, PIBID.

INTRODUÇÃO

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) traz em seu compilado relacionado à Educação Física unidades temáticas onde trabalham várias perspectivas da cultura corporal. Conforme Brasil (2018) ela separa em seis unidades para o ensino fundamental, sendo jogos e

¹ Acadêmico do Curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG, 22013447@uepg.br;

² Doutor em Ciência do Desporto/Educação Física Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, alcantunes@uepg.br;

³ Professor Graduado pelo curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Estadual de Ponta Grossa – UEPG, 240401900009@uepg.br.





brincadeiras, esportes, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura. Seguindo essa lógica dentro de cada uma dessas competências, elas se dividem em subcategorias. Nos esportes por exemplo, se dividem em sete categorias, como: Marca (1), precisão (2), técnico-combinatório (3), rede/quadra dividida ou parede de rebote (4), campo e taco (5), invasão ou territorial (6) e combate (7). Pensando nos esportes de invasão ou territorial saindo do tradicionalismo das modalidades, esse artigo terá seu foco no Futebol Americano, esporte pouco trabalhado nas aulas de Educação Física no Brasil. O Futebol Americano, embora seja popular em países como Canadá e Estados Unidos, ainda é pouco conhecido e praticado no contexto escolar brasileiro. Sua inserção nas aulas de Educação Física pode ajudar no repertório de práticas corporais dos alunos, implementando um esporte fora da gama dos esportes tradicionais, que segundo Chies, Leite e Magri (2024), no Brasil são comumente praticados e ministrados pelos professores nas escolas são o futsal, voleibol, basquetebol e handebol. Sendo assim, esse relato de experiência em formato de artigo tem como objetivo descrever a aplicação de aulas de Educação Física (EF) voltada para a vivência inicial do Futebol Americano (esporte de invasão), realizado no colégio estadual Espírito Santo, C E-Ef M em Ponta Grossa- PR com os 8º e 9º anos do ensino fundamental juntamente do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID).

Este estudo se justifica pela necessidade acadêmica, considerando que o Futebol Americano é pouco trabalhado dentro das escolas, diversificando os conteúdos trabalhados e complementando o repertório corporal e cultural dos alunos. Além de vivenciar, os alunos praticam esportes diferentes, onde são estimulados a criar estratégias coletivas, cooperação e compreender e entender as regras que são impostas pelo esporte apresentado. Justifica-se também sua relevância como relato de experiência em formato de artigo, onde poderá servir de referência para futuros professores e pesquisadores, oferecendo caminhos metodológicos, ideias de adaptação e reflexões pedagógicas sobre como inserir esportes não convencionais no ambiente escolar. No sentido que a justificativa não se limita apenas à prática local, mas também busca contribuir para a formação docente, fornecendo recursos que possam ser replicados ou reinventados em diferentes contextos educacionais.

METODOLOGIA

O conteúdo de Futebol Americano no relato de experiência foi passado em dois momentos no colégio estadual Espírito Santo, C E-Ef M em Ponta Grossa- PR com os alunos dos 8º e 9º





anos do ensino fundamental juntamente do PIBID, no total foi aplicado para três turmas do 8º e três turmas do 9º ano, cada turma eram compostas por 30 alunos em média por turma com faixa etária entre 13 e 14 anos.

PLANEJAMENTO

A proposta surgiu por meio do registro de classe online (RCO) que apresentava como conteúdo do primeiro trimestre de 2025, onde juntamente do RCO foi passado a parte teórica: Contextualização do esporte classificado como esporte de invasão, regras básicas, como é a funcionalidade do jogo em si e algumas posições que são exclusivas do esporte. O conteúdo também foi apresentado na universidade no sétimo semestre, com a disciplina Esportes Complementares do curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), onde foi passado o conteúdo de Futebol Americano teoricamente sobre o assunto e aulas práticas com objetivo de entender as dinâmicas que o esporte proporciona e entender formas de aplicação do conteúdo. Com base nas aulas da disciplina, convergiu com o conteúdo da escola e assim foi aplicado duas aulas no colégio, fazendo a união do que foi apresentado na universidade junto com o conteúdo estabelecido pelo RCO e fazendo a aplicação desse conteúdo junto à escola.

PRIMEIRO MOMENTO

Na primeira aula foi feita uma aula teórico/prática sobre o tema. No primeiro momento em sala iniciou-se com uma pergunta de partida, onde foi perguntado se os alunos conheciam sobre o esporte Futebol Americano, após, foi explicado de maneira sucinta algumas regras básicas e componentes importantes para entender o esporte, como: dimensão do campo, equipamentos utilizados pelos jogadores, formato do campo, o objetivo do jogo e os tipos de pontuar durante a partida seja atravessando a linha de gol (touchdown) ou chutando a bola entre os postes (field goal), posições básicas dos jogadores e suas funções, como o quarterback, o center, o kicker e o holder. Em seguida, na quadra foi feito um alongamento e proposto três atividades com objetivo de entender no primeiro momento como funciona a troca de passes estática, em movimento e a interceptação.



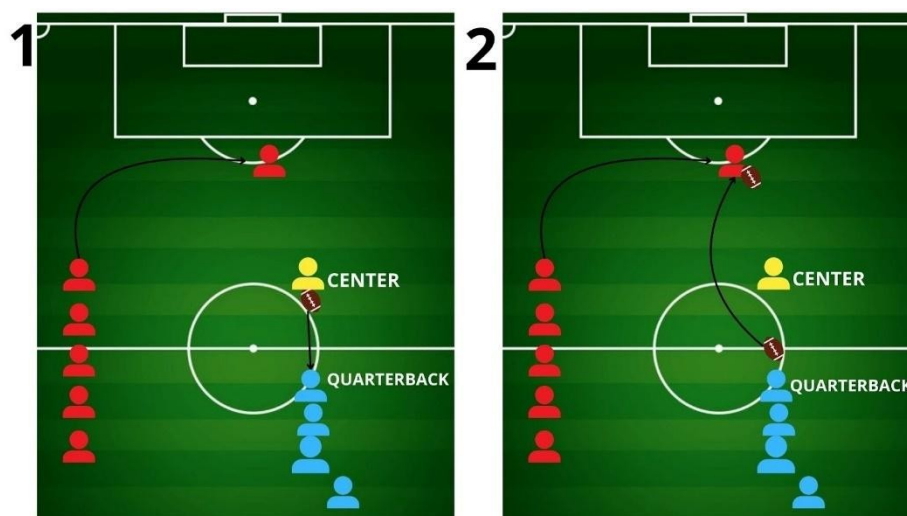
FIGURA 1: Troca de passes estática



Criado pelos autores

Conforme a figura 1 ela ilustra a primeira atividade onde ocorreu troca de passes estática onde os alunos divididos em quatro filas, separando a quadra em duas partes iguais, em cada parte da quadra tinham duas filas onde essas filas deveriam estar uma de frente para outra e assim executava as trocas de passes, o aluno se posicionava a frente da fila executava o passe com auxílio dos professores presentes e ia para o final da fila e assim sucessivamente até todos os alunos terem feito o passe pelo menos duas vezes para entender como pegar na bola e como lançá-la.

FIGURA 2: Troca de passes em movimento

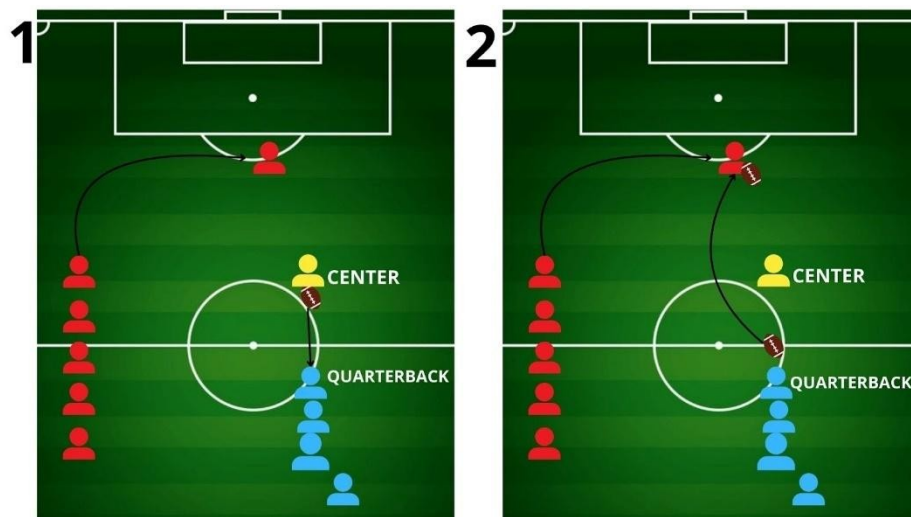


Criado pelos autores



Na segunda atividade ilustrada na figura 2 mostrando troca de passes em movimento, ainda separados em dois grandes grupos e utilizando-meia quadra os dois grupos. Separados, um grupo fica próximo do meio da quadra poliesportiva (a fila ao centro vai utilizar o Center e o Quarterback) e outra em uma das laterais um pouco mais avançada ficando em diagonal para a outra fila. Agora utilizando duas posições, o Center se posiciona a frente da fila que possui a posse da bola, ele faz o passe para trás para o quarterback onde ele deve fazer o passe para o primeiro aluno da fila que está em sua diagonal à frente, assim que o Center fizer o passe para trás o aluno da fila em diagonal deve se locomover em formato de “L” onde vai correr reto e virar a direita em direção ao meio da quadra para receber a bola do quarterback que vai lançar, o aluno deve pegar a bola em movimento (todos os alunos passam por ambas as filas para vivenciar todas as posições).

FIGURA 3: Troca de passes em movimento e interceptação



Criado pelos autores

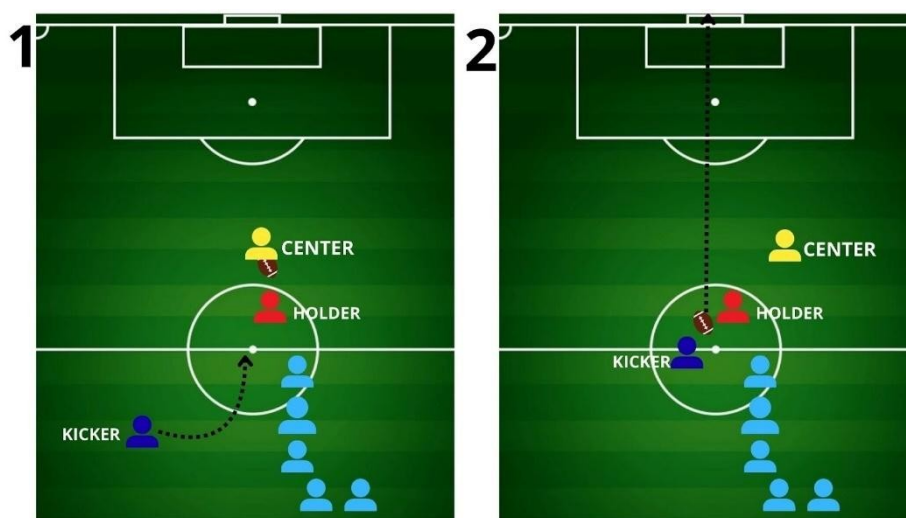
A terceira atividade é muito similar a atividade anterior, porém, como exibido na figura 3 foi acrescentada uma terceira fila, para realizar a interceptação. Segue o mesmo princípio da atividade 2, empregando o center e quarterback na fila mais ao centro, na fila próxima a da lateral esquerda vai se locomover e tentar receber a bola antes que a fila que está ao meio faça a interceptação da bola, os alunos não podem se tocar a interceptação deve ser feita durante o percurso da bola e tantos os receptores quanto interceptores deve pegar a bola sem deixar a bola cair ao chão. A atividade é o ponto pé inicial para o jogo adaptado, ela também reflete a dinâmica do jogo em si, porém de uma forma reduzida, focada no passe em movimento e na interceptação da bola. Nesse primeiro momento, foram introduzidos os fundamentos básicos do esporte, além de utilizarmos duas posições importantes, a troca de passes em movimento e as interceptações são de extrema importância vivenciá-las onde são um dos pontos importantes para a fluência do jogo.



SEGUNDO MOMENTO

A segunda aula iniciou-se com uma recapitulação em sala sobre a aula passada dos conteúdos trabalhados em relação aos fundamentos de troca de passes estática, em movimento e a interceptação. Dando sequência, em sala foi explicado as formas de pontuar no Futebol Americano é por meio dos touchdown (6 pontos) levando ou recebendo a bola na end zone (zona de pontuação nas extremidades do campo) ou através do field goal (3 pontos) onde efetuam o chute na linha adversária que deve passar entre as hastes da trave (formato em “Y” ou estilingue) também foi explicado tentativas de avanço no campo, o time com a posse da bola tem 4 descidas, ou downs para tentar alcançar no mínimo 10 jardas (9 metros), caso não consiga a posse vai para equipe adversária. Ainda em sala, foram descritas as atividades propostas com base na parte teórica explicada anteriormente. Com base na figura 4 abaixo, ilustra o chute (primeira atividade do dia), ou field goal onde os alunos deverão chutar a bola e fazê-la passar por cima da trave do futsal, nesta atividade além de usar o center, também será utilizado o holder posição responsável para receber a bola do center e posicioná-la para que o kicker efetue o chute. O field goal é utilizado na quarta descida quando a equipe com a bola não tem sucesso ao tentar avançar nas descidas anteriores e está numa distância onde o chute é possível, outro momento de fazer o field goal é como ponto extra após fazer um touchdown, onde pode ser feito o chute de uma curta distância ganhando 1 ponto a mais.

FIGURA 4: Chute ou Field Goal



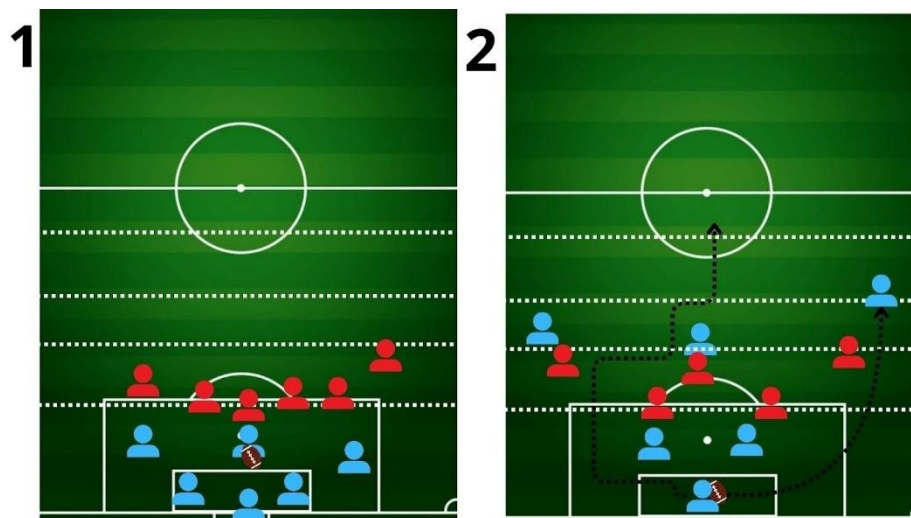
Criado pelos autores



Como exposto na figura 4, para realizar o chute será necessário contar com 3 posições, o center efetua o passe para trás para o holder que deve posicionar a bola ao chão para o kicker que está a distância fazer o chute, os alunos deverão fazer trios e cada um do trio deve passar uma vez por cada posição. Para a segunda atividade, ela foi dividida em duas, inicialmente os alunos jogaram o pique bandeira, na atividade os alunos separados em duas equipes deverão pegar a bola da equipe adversária disposta em sua end zone (zona de pontuação) e levar para sua própria end zone sem ser colado, ambas as equipes deverão atacar e defender suas bolas, a quadra será dividida em dois lados, assim que qualquer jogador entrar na área inimiga pode ser colado, menos dentro da end zone adversária lá será um espaço neutro onde os jogadores adversários podem entrar, se o adversário for colado ele deve permanecer no lugar até que algum companheiro o toque para que ele possa voltar ao jogo, ganha a equipe que conseguir fazer 3 pontos. O objetivo dessa atividade é que os alunos trabalhem em equipe para chegar até a zona adversária e consigam levar a bola até seu campo, eles podem trocar passes, porém, se forem colados devem soltar a bola ao chão.

Após essa atividade os alunos vivenciaram o jogo de Futebol Americano de forma adaptada, na quadra serão dispostos cones formando as linhas das jardas na quadra (terá 4 linhas de cones) os alunos deverão usar fitas penduradas no quadril para tentar evitar quedas, basta retirar a fita do jogador com a bola.

FIGURA 5: Jogo Adaptado de Futebol Americano



Criado pelos autores





O jogo começa com uma das equipes com a posse da quadra em sua end zone conforme visto na imagem acima, os alunos com a posse terão 4 tentativas para avançar e chegar até as primeiras dez jardas, na última descida os alunos podem optar por utilizar o field goal (chute) ou não. Na parte 1 da figura 5 mostra a formatação em quadra dos alunos, a bola inicia-se com o center que fará o passe para o quarterback que terá duas opções ao receber a bola, com base na parte 2 da figura 5 ele poderá avançar com a posse da bola ou fazer o lançamento para algum companheiro livre, o passe só pode ser feito atrás da linha imaginária da onde ela iniciou-se nas mãos do center, conhecida como linha scrimmage (linha da bola), se caso ultrapassarem as primeiras dez jardas terão direito a mais 4 descidas para conseguir as outras jardas, eles podem avançar até onde forem capazes, se conseguirem chegar até end zone adversária ganharam 6 pontos, pois eles realizaram um touchdown. Lembrando que deve ser pego a bola sem deixá-la cair ao chão. Os jogadores não podem se empurrar e evitar o contato direto para não se machucarem, os alunos com a posse podem proteger o companheiro com a posse de bola e a equipe adversária deve ludibriar seus adversários para alcançar o jogador com a bola e tentar remover sua fita, assim que removida será feito uma nova formação de onde foi retirada a fita para uma nova tentativa.

REFERENCIAL TEÓRICO

Para realizar a aula, foi utilizado os esportes de invasão ou territorial, conforme a BNCC (2018) traz:

Conjunto de modalidades que se caracterizam por comparar a capacidade de uma equipe introduzir ou levar uma bola (ou outro objeto) a uma meta ou setor da quadra/ campo defendida pelos adversários (gol, cesta, touchdown etc.), protegendo, simultaneamente, o próprio alvo, meta ou setor do campo (basquetebol, frisbee, futebol, futsal, futebol americano, handebol, hóquei sobre grama, polo aquático, rúgbi etc.).

Além da BNCC, como descrito no planejamento, utilizou-se o RCO que em seus conteúdos norteadores do primeiro trimestre trazia de forma teórica o esporte, além de trazer sugestões de práticas pedagógicas. Também foi aproveitado os conhecimentos da matéria da





universidade sobre os “Esportes Complementares” onde ambos coincidiram para aplicação deste esporte pouco trabalhado nas escolas.

Também foi utilizado no referencial teórico, o Portal de Periódicos da CAPES buscando os termos “Futebol Americano” e “Educação Física”, inicialmente chegou-se em 59 artigos de maneira geral, após delimitações como: publicado nos últimos 10 anos, idioma português, acesso aberto e revisado por pares chegou-se a dois artigos que eram pertinentes sobre o tema e auxiliaram no referencial. O primeiro artigo é um relato de experiência sobre o futebol americano e o beisebol onde foi aplicado dentro do projeto “Esportes não tradicionais na escola” do PIBID em uma escola pública em Viçosa, MG, (Baia; Bonifácio e Machado, 2016), o artigo contribuiu para o referencial por se tratar de um projeto implementado pelo PIBID, onde traz como foco esportes que são fora do comum e cotidiano de aplicação em aulas de Educação Física. O segundo, tematiza os esportes alternativos na Educação Física implementado um processo de coleta de dados com 25 alunos de um curso de EF de Brasília/DF (Chies; Leite e Magri, 2024). Desses 25 alunos, 22 alunos da amostra responderam a duas aplicações de entrevistas semiestruturadas e tiveram a vivência de uma prática derivada do Futebol Americano. O esporte em si foi escolhido devido às entrevistas na qual retratava o Futebol Americano parecido com o “Pique Bandeira” onde os alunos conheciam a estrutura do jogo o que facilitou para ministrar o esporte.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O primeiro ponto positivo, foi por se tratar de um esporte onde nenhum dos alunos teve uma vivência antes e, isso ajudou a quebrar o paradigma que geralmente ocorre de exclusão dos alunos menos habilidosos, todos estavam tendo seu primeiro contato com algumas regras e em específico o formato da bola e isso ajudou tendo empatia entre os alunos e união. Seguindo adiante, outro aspecto positivo foi a aplicação do Futebol Americano, pois possibilitou experimentar estratégias de ensino que saem do padrão das modalidades tradicionais enraizadas nas escolas, onde no contexto do PIBID, a vivência e aplicação do conteúdo se mostrou relevante para a formação inicial dos estagiários.

O apoio do professor supervisor também foi de suma importância nesse processo, no qual possibilitou mediar didaticamente sobre a modalidade, orientando os bolsistas do PIBID na





adequação das regras, organização dos espaços e durante as atividades. Dessa forma, a aprendizagem ocorreu por ambos os lados, onde os alunos vivenciaram e aprenderam sobre um conteúdo novo e diferente do cotidiano como é o Futebol Americano e os bolsistas puderam experimentar o planejamento e a condução de uma aula do seu ponto inicial teoricamente em sala de aula até a finalização da sua síntese em círculo no final de cada uma das aulas.

Destaca-se também a importância da diversificação prevista na BNCC, rompendo mesmo que de forma parcial os conteúdos tradicionalistas que geralmente são aplicados como zona de conforto dos professores. A atividade favoreceu a reflexão sobre a ampliação e de possibilidades pedagógicas na Educação Física escolar, evidenciando que esportes pouco comuns no contexto escolar podem assumir funções formativas que geram inclusão se mediados da forma correta.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O objetivo geral do relato de experiência era a princípio ajudar a escola em que estamos fazendo o estágio junto ao PIBID, aplicando o conteúdo vindo do RCO. Diante disso, conclui-se que os objetivos foram totalmente atingidos, apesar de ser um esporte onde nunca tínhamos aplicado e que foge um pouco do comum foi uma experiência única, além do apoio durante as aulas do professor supervisor e a participação ativa dos alunos onde saíram de suas zonas de conforto a qual estavam acostumados nas aulas, isso ajudou numa vivência prazerosa para ambas as partes, onde os alunos tiraram algum conhecimento e nos ajudou a termos uma experiência de aplicação de um esporte pouco trabalhado e conhecido.

Por fim, concluímos a importância da aplicação de conteúdos que fogem do tradicional, pensando em que possivelmente os alunos não teriam essa oportunidade de vivenciar essa prática fora do ambiente escolar. Aplicando essas práticas incomuns estimula os alunos pelo gosto de praticar e participar das aulas de Educação Física, também poderia ter sido as próprias práticas tradicionalistas, sendo pensadas em perspectivas diferentes do cotidiano, como futuros professores da área é nosso dever pensar em metodologias que saiam do padrão e sejam vistas de uma outra perspectiva, buscando sempre se desenvolver como professores capacitados com o objetivo de ensino prazeroso e estimulante para nossos futuros alunos





REFERÊNCIAS

- BAIA, Anderson Cunha; BONIFÁCIO, Iara Marina; MACHADO, Roberta Barbosa. **Futebol Americano e Beisebol em aulas de Educação Física: Experiências em Debate. Iniciação e Formação Docente.** [S. l.], v. 2, n. 2, 2016. DOI: 10.18554/i&fd.v2i2.1540. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaelectronica/index.php/revistagepadle/article/view/1540>. Acesso em: 19 ago. 2025.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular.** Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 14 set. 2025.
- CHIÉS, Paula Viviane; LEITE, Alessandra Carvalho; MAGRI, Guilherme Souto Gomes. **Ainda esporte, que bom! Mas sob outro olhar!: a tematização dos “esportes alternativos” na formação inicial de professores/as de Educação Física.** Ensaios Pedagógicos, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 35-44, 2024. DOI: <https://doi.org/10.14244/enp.v8i1.310>. Disponível em: <https://www.ensaiospedagogicos.ufscar.br/index.php/ENP/article/view/310>. Acesso em: 01 set. 2025.
- PINTO, Guilherme Moreira Caetano. **Plano de ensino — Esportes Complementares.** Ponta Grossa: Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG), 2025. Documento interno. Aula aplicada no 1º semestre de 2025. SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO PARANÁ. Registro de Classe On-line. Disponível em: <http://www.educacao.pr.gov.br/servicos/Educacao/Professores-e-servidores/Acessar-Registro-de-Classe-On-line-da-Rede-de-Ensino-RCO-JGoM5vo0>. Acesso em: 14 set. 2025.

