

ESPORTE A VELA COMO PRÁTICA DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

RICARDO DE MATTOS FERNANDES
Universidade Veiga de Almeida
Armação dos Búzios
Rio de Janeiro
Brasil
e-mail: ricardovela@oi.com.br

Orientador: ALEXANDRE MOTTA DE FREITAS

RESUMO

Durante a história da humanidade o Ensino Educacional e a Educação Física vêm sofrendo um grande processo de desenvolvimento, impulsionados por razões diversas. Vários debates e pesquisas foram, e ainda está sendo elaborada por vários estudiosos e personalidades de diversos segmentos da sociedade, com isso, a função do Professor se encontra em constante aperfeiçoamento. No ambiente escolar em muitos aspectos não acompanhou as mudanças ocorridas nas formas de ensino. A disciplina Educação Física Escolar até certo ponto avançou, porém, muitas vezes presa na burocracia administrativa e na falta de estrutura física, carece ainda de determinadas ações para acompanhar um mundo globalizado, que exige cada vez mais uma dinâmica maior e uma maior gama de novos desafios, para continuar oferecendo aos alunos um ensino cativante e eficiente. Os esportes utilizados tradicionalmente nas instituições de ensino são ferramentas historicamente eficientes, porém já não detém a preferência unânime dos alunos quanto a sua prática.

Com base nesse pensamento, o presente trabalho desenvolveu uma pesquisa filosófica que venha a responder o problema central, após ter estabelecido as hipóteses, examinado e analisado os fatos existentes e sintetizado a evidência dentro de um modelo teórico viável. Finaliza-se então esta análise identificando a solução da questão: o esporte a vela detém condições de desenvolver uma metodologia de Educação Física, equivalente com as dos esportes escolares tradicionais e dentro das determinações e objetivos dos órgãos educacionais mantenedores desta disciplina escolar?

During the history of the humanity Educational and the Physical Education come suffering a great process from development, stimulated for diverse reasons. Some debates and research had been, e still is being elaborated for some studious and personalities of diverse segments of the society, with this, the function of the Professor if finds in constant perfecting. In the pertaining to school environment in many aspects it did not follow the occurred changes in the education forms. It disciplines it Pertaining to school Physical Education until certain point advanced, however, many times imprisoned in the administrative bureaucracy and the lack of physical structure, it still lacks of definitive actions to follow a globalizado world, that it demands each time plus a bigger dynamics and a bigger gamma of new challenges, to continue offering to the pupils a cativante and efficient education. The sports used traditionally in the education institutions are historically efficient tools, however already practical its does not withhold the unanimous preference of the pupils how much.

On the basis of this thought, the present work developed a philosophical research that comes to answer the central problem, after to have established the hypotheses, examined and analyzed the existing facts and synthecized the evidence inside of a viable theoretical model. This analysis is finished then identifying the solution of the question: the sport the candle withholds conditions to develop a methodology of Physical Education, equivalent with the ones of the traditional pertaining to school sports and inside of the determination and objectives of the educational agencies mantenedores of this disciplines pertaining to school?

Durante la historia de la humanidad educativo y la educación física viene sufriendo un gran proceso del desarrollo, estimulado por razones diversas. Ciertas discusiones e investigación habían sido, e todavía se está elaborando para algún estudioso y personalidades de los segmentos diversos de la sociedad, con esto, la función del profesor si hallazgos en perfecting constante. En referente al ambiente de escuela en muchos aspectos no siguió los cambios ocurridos en las formas de la educación. Lo disciplina referente a la educación física de la escuela hasta que cierto punto avanzó, sin embargo, muchas veces encarceladas en la burocracia administrativa y la carencia de la estructura física, todavía carece de acciones definitivas para seguir un mundo del globalizado, que exige cada vez más una dinámica más grande y una gamma más grande de nuevos desafíos, para continuar ofreciendo a las pupilas un cativante y una educación eficiente. Los deportes usados tradicionalmente en las instituciones de la educación son históricamente herramientas eficientes, su al menos ya práctico no retiene la preferencia unánime de las pupilas cuánto.

En base de este pensamiento, el actual trabajo desarrolló una investigación filosófica que viene contestar al problema central, haber establecido después las hipótesis, examinado y analizado los hechos existentes y synthecized la evidencia dentro de un modelo teórico viable. Este análisis se acaba entonces que identifica la solución de la pregunta: el deporte la vela retiene condiciones para desarrollar una metodología de la educación física, ¿equivalente con los que está del tradicional referente a deportes de la escuela y al interior de la determinación y de los objetivos de los mantenedores educativos de las agencias de este disciplinas referente a escuela?

Palavras-Chave: Metodologia de ensino, esporte a vela, esporte educacional, Educação Física Escolar, Parâmetros Curriculares Nacionais.

INTRODUÇÃO

A Educação Física atualmente assume uma função muito ampla e importante na formação dos futuros cidadãos, isso fica claro no texto sobre os objetivos gerais de educação física no ensino fundamental, contido nos Parâmetros Curriculares Nacionais da Educação Física – PCN, que objetiva a formação de pequenos cidadãos.

Acredita-se então que a disciplina Educação Física tem muito a contribuir na construção dos futuros cidadãos. Acredita-se ainda que esta tão importante função na geração e transformação destes pequenos cidadãos provoca a necessidade de ousar e transcender os muros físicos e conceituais dos estabelecimentos de ensino e suas metodologias administrativas e pedagógicas. Deve-se então buscar uma metodologia de ensino e administrativa tão ampla e completa como são os objetivos pretendidos pelos órgãos mantenedores da educação nacional e pela sociedade brasileira, atendendo as necessidades atuais de nossas crianças que vivem neste mundo globalizado. Considera-se que o esporte a vela vem de encontro aos objetivos e anseios dos órgãos responsáveis pela educação.

O uso deste milenar esporte que alcança uma grande variedade de faixa etária, possibilitando a prática de crianças e pessoas com idades mais avançadas, bastando que seja adequado o material à individualidade biológica e a idade do praticante. Sua prática também permite o uso no lazer ou competição, em grupo ou individualmente. Estes importantes fatores, que incitaram a escolha do latismo como esporte, de excelente potencial educativo, pois julga-se que a capacidade deste esporte em desenvolver a maioria das valências físicas necessárias para o desenvolvimento humano; a forte ligação que ele proporciona entre o praticante e a natureza; a capacidade de desenvolver o lado cognitivo e psicológico do seu participante, são fundamentais.

Com o objetivo de analisar o uso do latismo como um esporte educacional, apresenta-se ao leitor uma pesquisa filosófica entre a metodologia de ensino do esporte da natureza, latismo; utilizada pela Yacht Escola de Vela no município de Cabo Frio e a metodologia utilizada no esporte tradicional das aulas de educação física. Ao se pesquisar esta metodologia

de ensino e se comparar à metodologia do esporte escolar tradicional, podem-se fazer uma análise das possibilidades do uso do esporte e seus equipamentos na obtenção dos objetivos gerais e específicos da Educação Física, contidos nos Parâmetros Curriculares Nacionais. Com isso serão analisados neste trabalho: as orientações didáticas quanto aos métodos, Global, Parcial e Misto (XAVIER, 1986); a possível existência de uso dos temas transversais; as principais valências físicas trabalhadas; as possibilidades de empregar atividades com características sócio-afetivas; a organização didática, quanto aos planos de curso e aula; e as três funções da avaliação, segundo Libaneo (1994): pedagógico-didática, de diagnóstico e de controle. Após uma larga análise de todos os fatores que se acredita serem importantes para elucidar o assunto, há de se ter, então avistado “terra” com uma conclusão sobre o debatido nesta monografia.

DESENVOLVIMENTO

Após se efetuar uma larga análise dos conceitos, leis, definições, determinações, visões, critérios, princípios e regulamentações sobre a ação metodológica do educador físico, através de uma pesquisa filosófica e tomando como base os órgãos nacionais e internacionais responsáveis pela Educação e pela Educação Física e autores literários dos respectivos assuntos, sendo assim foi possível se elaborar uma análise com o objetivo de resolver o seguinte problema central: O esporte a vela detém condições de desenvolver uma metodologia de Educação Física, trabalhando valências físicas e cognitivas e os objetivos solicitados pelos órgãos educacionais mantenedores, como as metodologias dos esportes escolares tradicionais? Foi efetuada uma pesquisa filosófica onde a primeira investigação encaminhada foi à apresentação e a apreciação do material de planejamento e a organização para o controle das atividades de ensino. Dentro do material trabalhado na referida escola se observou à presença de um plano de curso, lista de presença, pauta de ensino e formulários de teste escrito para verificação teórica. Dentro dos três níveis dos planos; tem-se, segundo Libaneo (1994): o plano da escola; o plano de ensino (ou plano de unidades); e o plano de aula e com isso, foi verificado que a escola de vela, em questão utiliza-se de um plano de curso, ou de ensino para orientar seu ensino por um período de seis meses e este identifica de forma coerente os seus objetivos gerais, específicos e conteúdos dispostos em unidades com quantidade prevista de números de aulas para administrar os preceitos objetivados. Em relação ao plano da escola verificou-se que esta escola pode se adaptar aos planos de várias instituições de ensino numa possível parceria, pois os conteúdos de seus planos são amplos e com uma visão da preparação do educando não só para o esporte a vela mais também para a vida e sua cidadania.

Verificou-se também a existência de materiais didáticos e de controle de presença. Como material didático se utiliza uma apostila que aborda os conteúdos teóricos e práticos do esporte, além de tópicos como: preservação ambiental e técnicas de alongamento, este instrumento pedagógico apresentado tem em sua concepção uma visão mais ampla da ação docente, principalmente quando colocado em comparação a outras publicações que visam a instrução deste esporte. Podemos citar entre outras obras a que desenvolveu Outro livro sobre o assunto dispõem em seus objetivos e conteúdos a intenção de desenvolver todos os aspectos relativos ao ato de velejar, como em sua primeira parte em que a preocupação já denota o resto da publicação, pois este texto fala sobre a primeira navegação alertando para a escolha do dia e da vestimenta adequada ressaltando o uso do salva vida em toda velejada (KIBBLE e KIBBLE, 1989, p. 6). As publicações estudadas são bem desenvolvidas, porém denotam um tipo de preocupação em seu conteúdo que é o ponto de diferença em relação ao material da Yacht Escola de Vela. O controle de presença se dá com a confecção de uma chamada para a marcação de faltas e data individual de início de curso. Com isso é possível se ter uma visão do aproveitamento de aula e diferença de nível de cada aluno. Devido a estes fatores é possível se ter um controle do nível das atividades aplicadas para cada indivíduo.

Durante o desenvolvimento inicial do ensino de um esporte escolar tradicional é facultada ao docente a explicação da origem e história do esporte em questão (informação verbal)¹, com isso; efetuou-se uma verificação histórica do esporte a vela, objetivando observar-lo no plano nacional e internacional.

Como afirma Fernandes (2006); mesmo que não se tenha muitas informações registradas deste começo pode-se adquirir, com o estudo de tipos de construções navais de embarcações a vela e sua evolução, dados que permitem efetuar comparações entre os tipos de barcos e suas finalidades.

No Brasil a história também se demonstra obscura sobre o surgimento da primeira embarcação a vela, mais tem-se um vasto material sobre o esporte a vela “moderno” e pode-se dizer que a partir de “1906 foi criado em Botafogo, Rio de Janeiro o primeiro clube de vela brasileiro, chamado Yacht Club Brasileiro. Em 1914, outro tradicional clube foi fundado na cidade de Niterói com o nome Rio Sailing Club” (FERNANDES, 2006, p. 43 *apud* SHMIDT, 2005). Identificamos a presença de uma pequena passagem da origem histórica da vela no material didático da Yacht Escola de Vela. Neste momento passa-se a relatar os resultados da investigação sobre o trabalho individual e coletivo da metodologia aplicada. Temos como objetivos constantes do PCN: a integração social; o respeito mútuo; a não discriminação por características físicas, pessoais, sexuais ou sociais, neste contexto as aulas de latismo observadas demonstraram que apesar da utilização de um equipamento individual, o barco da classe Optimist ou Laser, é possível se fazer um trabalho que envolva o grupo, sendo este fato de preferência dos próprios alunos que fazem uso em conjunto de vários barcos resultando numa interação náutica entre todos alunos que estão velejando. É importante realçar que o esporte oferece condições iguais para os dois sexos não ficando latente a diferenças entre as competências de meninos e meninas, pois o equipamento não prioriza, na maioria dos casos, movimentos predominantemente masculino ou feminino, desta forma atende a um cuidado especial contido no PCN, quando diz: “particularmente no que diz respeito às diferenças entre as competências de meninos e meninas deve-se ter um cuidado especial” (2000, p. 83).

Quanto ao método de exposição foram encontradas formas peculiares, como também iguais às tradicionais. Como inusitado, descreve-se o local em que se desenvolvem as aulas teóricas, que é executada na praia da sede da escola, onde as crianças sentam ou na areia ou no deck limítrofe da praia. A disposição dos alunos fica livre para a escolha de cada aluno, com apenas uma determinação exposta pelo professor, a de que fiquem a frente do quadro para a demonstração da teoria que é feita com informações e desenhos ilustrativos. Ficou patente que em conjunto com as explicações teóricas são efetuadas ilustrações, através de desenhos e até de demonstrações práticas, como no caso da demonstração da influência do vento sobre a superfície da vela que foi utilizado uma folha de papel em que ao se assoprar pela superfície superior do papel, este se movimenta para cima e não para baixo como seria a lógica do conhecimento leigo de que o vento empurra a vela. Nesta demonstração fica visível que o vento soprado pela superfície superior do papel colocado à frente da boca e segurando as extremidades no sentido esquerdo e direito em relação a pessoa esta fazendo este exercício, faz com que este papel suba sugerindo que o vento suga o papel para cima. Esta ação é empreendida por todos os alunos e com isso, de acordo com a consideração feita por Libaneo (1994, p. 178), que diz:

Se considerarmos o processo de ensino como uma **ação conjunta do professor e dos alunos, na qual o professor estimula e dirige atividades em função da aprendizagem dos alunos**, podemos dizer que a aula é a forma didática básica de organização do processo de ensino.

Podemos dizer que as ações pedagógicas observadas se encontram dentro de um processo de ensino onde cada aula é efetuada dentro de uma situação didática específica, que

¹ Técnica de ensino divulgada pelos professores mestres do curso de Educação Física da Universidade Veiga de Almeida, em suas matérias de esporte educacional.

combinam os objetivos e conteúdos com as didáticas e métodos de ensino objetivando propiciar aos alunos a assimilação ativa de conhecimentos e habilidades (LIBANEO, 1994).

A investigação neste momento volta-se para as habilidades motoras e psicomotoras desenvolvidas através deste. As habilidades motoras e psicomotoras que se observou na prática de ensino do esporte a vela foram, principalmente as com relação aos elementos natos e inatos adquiridos nas práticas diárias ou durante o uso de, por exemplo, uma bicicleta ou em outras brincadeiras ou jogos. As habilidades motoras principais identificadas foram: Força dinâmica e estática, agilidade, flexibilidade, equilíbrio estático e dinâmico e resistência muscular localizada. As principais habilidades psicomotoras analisadas foram: velocidade de reação, coordenação psicomotora, lateralidade, percepção espaço temporal e descontração diferencial parcial ou total. Todas as habilidades observadas se assemelham em muito aos necessários nos esportes educacionais tradicionais como, por exemplo, o futsal.

O desenvolvimento cognitivo é bastante trabalhado pela metodologia observada, principalmente quando em vários momentos das aulas e principalmente durante a utilização do barco; o aluno se depara com situações novas e problemas diferentes que deverão ser solucionados por eles durante o uso da embarcação, visto que são eles os capitães de seus barcos e por isso compete a eles, com a devida orientação do professor, tomar as decisões necessárias para resolver as questões que se apresentam. Este fato permite o desenvolvimento das capacidades sócio-afetivas como: cooperação, respeito, auto-estima, autocontrole, entre outras.

Em relação ao método de ensino do esporte foi efetuada uma investigação para definir o tipo de técnica utilizada em relação aos métodos: global, parcial e misto. Estes métodos são conceituados da seguinte forma; método parcial: “é o ensino do jogo do futsal por partes, através do desenvolvimento dos fundamentos, habilidades motoras que compõem o jogo [...]” (COSTA, 2003, p. 13); método global: “consiste em desenvolver e proporcionar a aprendizagem do jogo através do próprio jogo” (COSTA, 2003, p.15) e método misto: “é a junção dos métodos anteriores de ensino, que resulta no que é chamado de método misto [...]” (COSTA, 2003, p. 16). Com base nestas definições que confirmam e se completam foi possível se identificar o tipo de método desenvolvido pela metodologia apresentada na escola de vela em questão; pois na maioria das aulas se presenciou a utilização do método misto, que é um processo muito utilizado pelos professores de esportes escolares tradicionais.

Alguns tópicos importantes e constantes do conteúdo do temas transversais determinados pelo PCN, foram observados durante este período de seis meses de observações. Além do tópico, meio ambiente, impossível de se desassociar deste esporte e sua prática e onde era motivo de constantes intervenções e atividades, como limpeza da praia em que se efetuavam as aulas como também os aspectos negativos de cada material encontrado; foi observado, também aulas com preocupação com primeiros socorros, com a cidadania, com a ação de atravessar junto de um veículo e do ato de votar. Estes tópicos fazem parte do conteúdo programático de uma aula de Educação Física e vão de encontro com o objetivo de se construir alunos cidadãos.

A avaliação dos alunos é outro ponto de investigação importante e final em nossa pesquisa. Os critérios abordados no PCN (2000) sobre a avaliação em Educação Física determina que esta não seja feita de forma padronizada e mecânica onde se espera o mesmo resultado de todos, sendo sim um instrumento que auxilie tanto o professor como o aluno na sua auto-análise de desempenho e demonstrando um quadro abrangente dos determinados critérios especificados no seu texto original. As atividades didáticas propostas por Libaneo (1994), são: verificação; qualificação; e a apreciação qualitativa. As três funções da avaliação escolar, de acordo com Libaneo (1994) são: pedagógico-didática; a função de diagnóstico; e a função de controle. Durante o período de avaliação deste método de ensino foi possível se verificar alguns atos de avaliação, tanto dos alunos como do processo de ensino, culminando em alguns acertos e acréscimos. A maior parte da avaliação é feita pela verificação na prática da execução dos conteúdos ensinados, não preso ao movimento fiel e mecânico de um

determinado fundamento, e sim dentro de um contexto amplo que passa pela Individualidade biológica de cada um e segue até a análise das condições climáticas do momento da prática analisada. Foi observada também uma constante auto-avaliação e concomitantemente um contínuo desenvolvimento desta metodologia aplicada. Esta avaliação é feita com os resultados obtidos com o ensino e também pela insistente assistência dos pais que informam e aconselham atitudes e conteúdos necessários para o aprendizado de seus filhos. Foi identificado então que a avaliação observada se encontra dentro do determinado para a Educação Física, pois vai de encontro com os critérios e itens deste processo didático, como os citados na pagina anterior.

METODOLOGIA

Este trabalho desenvolve, então, uma análise com base em observações e estudos da variável independente: metodologia de ensino do esporte latismo; criando-se assim, uma metodologia de pesquisa filosófica; que é definida como, o “tipo de pesquisa caracterizada pela investigação crítica na qual o pesquisador estabelece as hipóteses, examina e analisa os fatos existentes e sintetiza a evidência dentro de um modelo teórico viável” (THOMAS & NELSON, 2002, p. 248), esta abordagem filosófica se utiliza de fatos científicos e técnicos para formular e testar as hipóteses de pesquisa.

Dentro das ramificações da investigação reflexiva; esta pesquisa segue a linha epistemológica que se preocupa com o conhecimento, em consideração a forma de consegui-lo como também a certeza de ter conseguido, ou como afirma Thomas e Nelson (2002, p.249) “epistemologia – a ramificação da filosofia que investiga a origem, natureza, métodos e limites de conhecimento”. Ao refletir sobre este tipo de pesquisa encontram-se os locais pelos quais os filósofos chegam aos problemas de pesquisa; que são: “em geral em dois lugares – na experiência pessoal e reflexão subsequente, por um lado, e nos textos, por outro” (THOMAS & NELSON, 2002, p. 250).

No processo de pesquisa que se desenvolve neste trabalho o tipo de raciocínio que se seguirá é o raciocínio dedutivo; que é uma técnica que se norteia pelo “processo lógico no qual o pesquisador movimenta-se de uma explicação teórica dos eventos para hipóteses específicas sobre os eventos” (THOMAS & NELSON, 2002, p. 252).

Com base na hipótese de que o esporte a vela pode ou não contribuir para o ensino da educação física como um instrumento do educador no objetivo de cumprir os anseios e determinações desta tão importante ação docente; e fundamentado na afirmação que “o processo de ensino se caracteriza pela combinação de atividades do professor e dos alunos” (LIBANEO, 1994, p. 149), será efetuada uma relação pedagógica entre a metodologia proposta para o professor de Educação Física e os alunos com faixa etária escolar, durante o curso de vela e a metodologia: Global, Parcial ou Mista de um esporte escolar tradicional.

A aplicação desta pesquisa ocorreu no período entre abril e setembro de 2006, onde se acompanhou as aulas semanais com duração de duas horas e trinta minutos; perfazendo um total de vinte e sete sábados e sessenta e sete horas e trinta minutos. O perfil dos alunos compreende: crianças na faixa etária entre 7 e 14 anos, com individualidades biológicas diferentes. O curso foi aplicado com vinte crianças divididas em duas turmas com igual tempo de duração e teor educacional. A metodologia de ensino do curso ofereceu o conteúdo básico do curso tradicional de vela com o incremento dos conhecimentos e instrumentos de um professor de Educação Física. O equipamento utilizado foi o barco escola, mundialmente reconhecido, da classe Optimist para a iniciação de todos os alunos, sendo observado a adequação de regulagens e acertos de equipamento de segurança para cada indivíduo.

O propósito investigativo objetivou com o estabelecimento das hipóteses, do exame e da análise dos fatos existentes, além do resumo da evidência dentro de um modelo teórico; que fosse identificado à solução da problematização central: o esporte a vela obtém possibilidades de aplicar uma metodologia da disciplina escolar; Educação Física, de forma aproximada ao da

metodologia dos esportes escolares tradicionais e ainda estar dentro das determinações e objetivos dos órgãos educacionais responsáveis por esta atividade?

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante este período de seis meses foi possível se abarcar uma grande quantidade de impressões e análises do processo pedagógico aplicado na aula de vela da Yacht Escola de Vela, permitindo desenvolver esta pesquisa e determinar de acordo com a literatura especializada e a experiência adquirida e existente estas considerações finais. É necessário afirmar que este trabalho teve um caráter de estudo filosófico, não se detendo ao aspecto de qualidade ou de certo e errado; e sim de adequação ou não, aos moldes determinados pelos órgãos mantenedores da função de educador físico e ratificados por autores especializados.

Dentro da linha de pesquisa apresentada e com a análise dos dados pode-se considerar então que a metodologia apresentada e o esporte a vela são passíveis de serem desenvolvidos como um esporte escolar nos moldes das orientações, objetivos, delineações e técnicas desenvolvidas e estudadas por literaturas e órgãos da Educação e da Educação Física, obedecendo às leis e determinações existentes. Sendo assim foi respondida o problema central desta monografia e resultando assim na definição final da hipótese apresentada: o esporte a vela pode ser aplicado com base nos procedimentos pedagógicos utilizados por esportes escolares tradicionais ou o esporte a vela não pode ser aplicado com base nos procedimentos pedagógicos utilizados por esportes escolares tradicionais, pode-se afirmar então que sim o esporte a vela pode ser aplicado com base nos procedimentos pedagógicos utilizados por esportes escolares tradicionais.

Considera-se, ainda que seja necessária a continuação do desenvolvimento desta metodologia para que possa estar sempre dentro dos padrões e com cada vez mais novidades e até com a possível criação de técnicas e atividades próprias e inovadoras.

Considera-se, finalmente que se faz necessário o desenvolvimento de literatura nacional sobre a atividade docente e o ato de ensinar este esporte, completando assim as literaturas existentes sobre o ensino dos fundamentos propriamente ditos.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- THOMAS, Jerry R., NELSON, Jack K. Métodos de Pesquisa em Atividade Física. Porto Alegre: Artmed editora, 2002.
- KIBBLE, Gary, KIBBLE, Steve. El A B C del Optmist. Madrid/Espanha: Ediciones Pirámide, 1989.
- LIBANEO, José Carlos. Didática. São Paulo: Cortez, 1994.
- COSTA, Claiton Frazzon. Futsal Aprenda a Ensinar, Santa Catarina: Visualbooks, 2003.
- MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Parâmetros Curriculares Nacionais: Brasília, DP&A, 2000. v. 7.
- XAVIER, Telmo Pagana. Métodos de Ensino em Educação Física, São Paulo: Manole, 1986.
- FERNANDES, Ricardo de Mattos. Esporte a Vela e a Educação Física, Meta Science, Cabo Frio, III Jornada Brasileira Científica da FIEP, junho de 2006. 1 CD-ROM.

Autor: Profº Mst. Ricardo de Mattos Fernandes, Rua Mureb, 161 – casa 1, Manguinhos, Armação dos Búzios, Rio de Janeiro – Brasil, CEP: 28950-000. Telefone: 22-26236560.