BIOGRAFIAS INSPIRADORAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA: O EXEMPLO DE ABEBE BIKILA COMO INSTRUMENTO DE FORMAÇÃO DE VALORES[1]

INSPIRING BIOGRAPHIES IN PHYSICAL EDUCATION: THE EXAMPLE OF ABEBE BIKILA AS AN INSTRUMENT FOR THE FORMATION OF VALUES

BIOGRAFÍAS INSPIRADORAS EN EDUCACIÓN FÍSICA: EL EJEMPLO DE ABEBE BIKILA COMO INSTRUMENTO PARA LA FORMACIÓN DE VALORES

ALENCAR JÚNIOR, Aílton Gomes de
ECIM dr. Edvard Teixeira Férrer
MARTINS, Rodrigo Nóbrega
https://orcid.org/0000-0001-8930-610X
EEMTI Estado da Bahia

RESUMO

O presente artigo postula a importância da incorporação de biografias inspiradoras de atletas nas aulas de Educação Física. Por meio de revisão de literatura e análise teórica, demonstra-se como o conhecimento de trajetórias esportivas exemplares pode contribuir significativamente para a formação de valores. O estudo fundamenta-se em teorias pedagógicas contemporâneas e evidências empíricas que comprovam o impacto positivo do uso de modelos inspiradores na educação. Propõe-se uma abordagem metodológica integrada que combine atividades práticas com narrativas biográficas, visando o desenvolvimento integral dos estudantes.
Palavras-chave: Educação Física; biografias esportivas; formação de valores; Abebe Bikila.

ABSTRACT

This article argues for the importance of incorporating inspiring athlete biographies into Physical Education classes, highlighting the example of Ethiopian Abebe Bikila. Through a literature review and theoretical analysis, it demonstrates how knowledge of exemplary sports careers can significantly contribute to the development of fundamental values such as resilience, determination, perseverance, and resilience. The study is grounded in contemporary pedagogical theories and empirical evidence that demonstrate the positive impact of using inspiring role models in education. It proposes an integrated methodological approach that combines practical activities with biographical narratives, aiming at the comprehensive development of students.
Keywords: Physical Education; sports biographies; values formation; Abebe Bikila.

RESUMEN

Este artículo defiende la importancia de incorporar biografías de deportistas inspiradores en las clases de Educación Física, destacando el ejemplo del etíope Abebe Bikila. Mediante una revisión bibliográfica y un análisis teórico, se demuestra cómo el conocimiento de trayectorias deportivas ejemplares puede contribuir significativamente al desarrollo de valores fundamentales como la resiliencia, la determinación, la perseverancia y la resiliencia. El estudio se fundamenta en teorías pedagógicas contemporáneas y evidencia empírica que demuestra el impacto positivo del uso de modelos a seguir inspiradores en la educación. Propone un enfoque metodológico integrado que combina actividades prácticas con narrativas biográficas, con el objetivo de promover el desarrollo integral del alumnado.
Palabras clave: Educación Física; biografías deportivas; formación de valores; Abebe Bikila.

[1] DOI 10.5281/zenodo.16902262

1 INTRODUÇÃO

Ab initio, convém considerar que a Educação Física escolar transcende a mera prática de exercícios físicos, constituindo-se como espaço privilegiado para a formação integral do ser humano. Neste contexto, a incorporação de narrativas biográficas de determinados atletas emerge como estratégia pedagógica de grande potencial formativo, fornecendo não modelos engessados de ídolos que se destacam pelo poder aquisitivo ou pela influência nas redes sociais, mas referenciais que podem funcionar como fonte de inspiração ética para jovens estudantes em formação.

Isto porque, no universo esportivo, existe uma distinção fundamental que transcende medalhas, recordes e títulos conquistados. Há atletas que, mesmo desfrutando de destaque mundial e arrastando multidões empolgadas em suas performances, permanecem circunscritos à galeria dos bons competidores. Suas habilidades técnicas são inquestionáveis, seus feitos esportivos impressionantes, e sua popularidade indiscutível. Contudo, sua influência se limita aos limites das quadras, pistas ou campos onde demonstram excelência.

Por outro lado, existem atletas excepcionais que conseguem avançar para um patamar mais elevado, transcendendo as fronteiras do esporte para se tornarem verdadeiros referenciais de respeito e conduta ética. Estes não apenas dominam suas modalidades, mas também compreendem o poder transformador de sua posição e a responsabilidade que carregam como figuras públicas formadoras de opinião e orientadoras de condutas.

Esses atletas extraordinários utilizam sua visibilidade para promover valores que vão muito além da competição. Tornam-se referenciais de integridade, defensores de causas sociais relevantes e exemplos vivos de como o sucesso pode ser construído sem comprometer princípios morais. Suas vitórias mais significativas não são registradas apenas nos placares, mas também nos corações e mentes daqueles que os admiram.

A diferença entre essas duas categorias não reside na capacidade atlética, mas na escolha consciente de como utilizar a influência conquistada. Enquanto uns se contentam em ser lembrados por suas conquistas esportivas, outros escolhem construir um legado que perdura muito além de suas carreiras, inspirando gerações

futuras não apenas a serem melhores atletas, mas principalmente a serem melhores seres humanos.

É essa elevação moral e ética que distingue os verdadeiramente grandes dos meramente talentosos, transformando o esporte em uma plataforma poderosa para a construção de uma sociedade mais justa e inspiradora.

Como observa Betti (2009), a Educação Física deve proporcionar experiências que contribuam para a formação de valores éticos e morais, preparando os estudantes para os desafios da vida.

O presente estudo focaliza a trajetória extraordinária do corredor etíope Abebe Bikila (1932-1973), primeiro atleta africano a conquistar uma medalha de ouro olímpica, cuja biografia exemplifica valores fundamentais como determinação, resiliência e superação de adversidades. Bikila tornou-se símbolo mundial de perseverança ao vencer a maratona olímpica de Roma 1960 correndo descalço, e posteriormente conquistar o bicampeonato em Tóquio 1964, estabelecendo novo recorde mundial.

A relevância desta proposta fundamenta-se na necessidade de humanizar o ensino da Educação Física, conectando a prática esportiva com dimensões existenciais mais profundas. Conforme argumenta Kunz (2004), o movimento humano carrega significados culturais, sociais e pessoais que devem ser explorados pedagogicamente para promover uma formação mais completa e significativa.

2 A PEDAGOGIA DOS VALORES NO ESPORTE

Hellison (2011), em sua obra sobre desenvolvimento do caráter através da atividade física, estabelece que o esporte possui potencial único para a formação moral e ética dos jovens. O autor propõe um modelo pedagógico baseado em cinco níveis de responsabilidade pessoal e social, demonstrando como atividades físicas podem ser estruturadas para promover valores como respeito, autocontrole, envolvimento e liderança.

A teoria de Hellison encontra respaldo empírico em diversos estudos que comprovam a eficácia do uso de modelos inspiradores na educação esportiva. Danish e Nellen (1997) demonstram que programas educacionais baseados em biografias de atletas exemplares produzem impactos significativos no

desenvolvimento de habilidades para a vida, incluindo estabelecimento de metas, resolução de problemas e autoconfiança.

Bandura (1977), em sua Teoria da Aprendizagem Social, estabelece que os indivíduos aprendem através da observação e imitação de modelos significativos. Quando aplicada ao contexto educacional, esta teoria sugere que biografias de personalidades admiráveis podem funcionar como modelos vicários, influenciando positivamente o comportamento e as atitudes dos estudantes.

A eficácia dos modelos biográficos na educação é corroborada por Dweck (2017) em seus estudos sobre mentalidade de crescimento. A autora demonstra que narrativas de superação e perseverança podem transformar a percepção dos estudantes sobre suas próprias capacidades, promovendo uma mentalidade orientada para o desenvolvimento e a melhoria contínua.

Rutter (2006) define resiliência como a capacidade de manter funcionamento adaptativo diante de adversidades significativas. No contexto educacional, o desenvolvimento da resiliência constitui objetivo fundamental, capacitando os estudantes para enfrentar desafios acadêmicos, sociais e pessoais com maior eficácia.

Duckworth (2016), em suas pesquisas sobre determinação, demonstra que a combinação de paixão e perseverança para objetivos de longo prazo constitui preditor mais forte de sucesso do que talento natural. Estes achados reforçam a importância de expor os estudantes a exemplos de determinação e persistência, como a trajetória de Abebe Bikila.

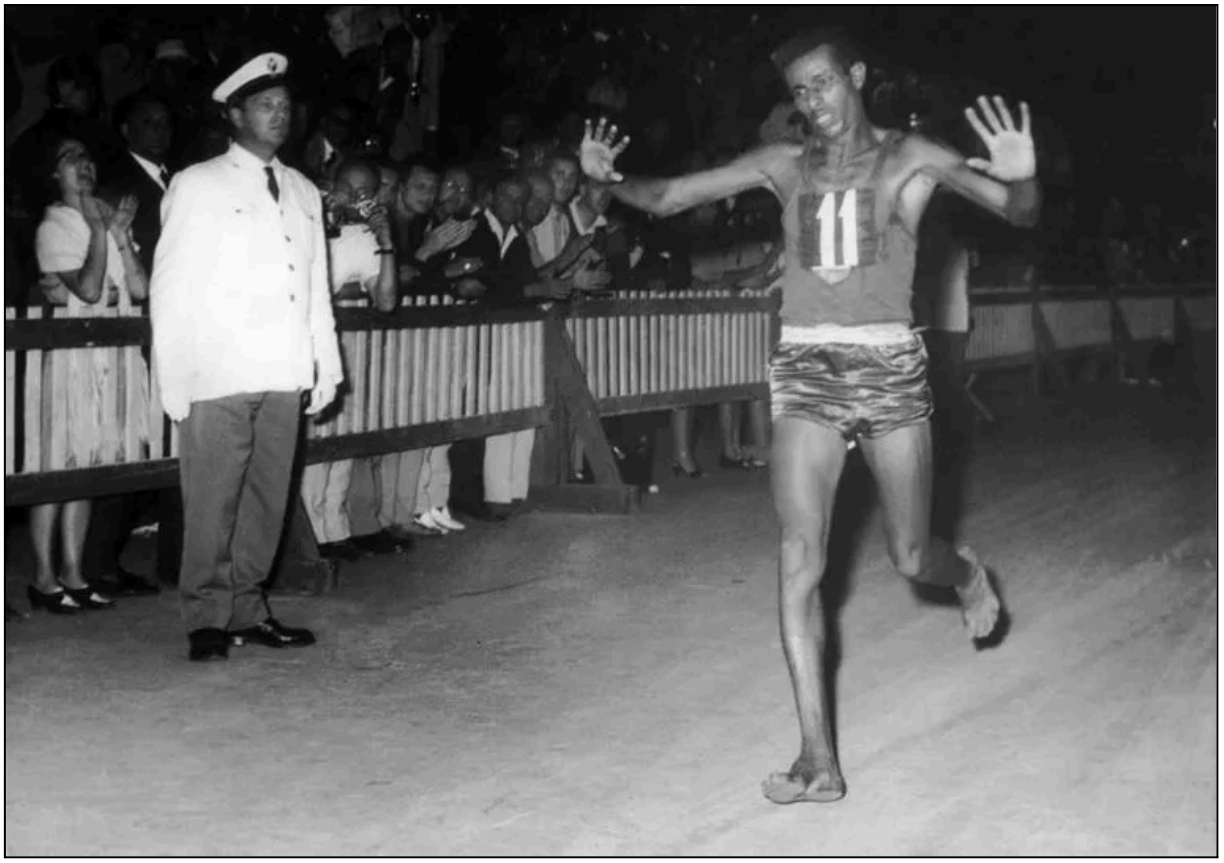
3 ABEBE BIKILA: UMA BIOGRAFIA DE RESILIÊNCIA

Abebe Bikila nasceu em 1932 na Etiópia, país que havia sido recentemente libertado da ocupação italiana. Cresceu em condições de extrema pobreza na região montanhosa de Shewa, onde desenvolveu suas habilidades de corrida através das necessidades práticas da vida rural. Sua trajetória inicial exemplifica como limitações socioeconômicas podem ser transformadas em oportunidades de desenvolvimento pessoal.

Começou no atletismo tardiamente. Tinha 24 anos. Em 1960, com apenas 4 anos de treino, Bikila foi incluído, de última hora, na equipe de atletismo que disputaria a maratona nas olimpíadas de Roma. A Adidas, patrocinadora oficial dos

Jogos Olímpicos de 1960, tinha apenas poucos pares de tênis disponíveis quando Bikila foi experimentar um deles para usar na corrida. Nenhum deles o deixava confortável e ele então resolveu correr descalço, à maneira como sempre tinha treinado. Bikila venceu a prova, que contava com 69 participantes, e estabeleceu novo recorde mundial, voltando à Etiópia como herói nacional.

Entre outras vitórias ao longo de quatro anos, Bikila apresentou-se para as olimpíadas do Japão em condição desfavorável. Quarenta dias antes dos Jogos de Tóquio, durante um treino perto da capital, começou a sentir fortes dores e teve um colapso ao tentar continuar correndo. Levado ao hospital, foi diagnosticado com apendicite aguda e teve que ser operado. O imprevisto colocou grandes dúvidas sobre sua participação. Mas Bikila correu e venceu, estabelecendo novo recorde mundial, cruzando a linha de chegada com incríveis quatro minutos de vantagem sobre o segundo colocado.



Abebe Bikila vence a maratona de Roma sem calçados.

De volta ao seu país, ganhou um fusca do imperador. Em 1969, durante manifestações civis na capital, Bikila sofreu um acidente com o carro que ganhou do governo, perdendo o controle e capotando num barranco. Retirado com vida,

entretanto, o acidente lhe deixou paralítico. Limitado a uma cadeira de rodas, o atleta ainda participou de algumas competições não oficiais de tiro de arco-e-flecha.

Abebe Bikila morreu aos 41 anos, em 25 de outubro de 1973, de hemorragia cerebral, complicação neurológica decorrente de seu acidente quatro anos antes. Uma multidão de 75 mil pessoas acompanhou o enterro de seu herói nacional e o imperador Selassie declarou um dia de luto oficial na Etiópia.

A importância histórica de Bikila transcende o âmbito esportivo, representando um marco na luta contra o colonialismo e o racismo. Como observa Jarvie (2017), a vitória de Bikila em Roma 1960 simbolizou a emergência da África no cenário esportivo mundial, desafiando estereótipos raciais e inspirando gerações de atletas africanos.

A participação de Bikila na maratona olímpica de Roma 1960 constitui, desta maneira, exemplo paradigmático de determinação e adaptabilidade. Esta performance demonstra múltiplas dimensões formativas relevantes para a educação: adaptabilidade diante de circunstâncias adversas, confiança em habilidades naturais, capacidade de manter foco sob pressão e transformação de desvantagens em vantagens competitivas. Como analisa Guttmann (2002), a vitória de Bikila transcendeu o esporte, tornando-se símbolo de dignidade africana e capacidade humana de superação.

O bicampeonato olímpico de Bikila em Tóquio 1964, desta vez calçado e estabelecendo novo recorde mundial, demonstra a importância da consistência e da melhoria contínua. Após a corrida, Bikila realizou exercícios de alongamento no estádio, ilustrando disciplina e cuidado com o corpo que impressionaram observadores mundiais.

Esta segunda vitória olímpica exemplifica valores pedagógicos fundamentais: preparação meticulosa, adaptação tecnológica, manutenção da excelência ao longo do tempo e capacidade de inovar mantendo a essência. Tais características constituem elementos formativos valiosos para estudantes em qualquer área de atuação.

4 IMPACTOS PEDAGÓGICOS DAS BIOGRAFIAS ESPORTIVAS

O estudo de biografias como a de Abebe Bikila proporciona aos estudantes modelos concretos de como enfrentar adversidades e transformá-las em

oportunidades de crescimento. A trajetória do atleta etíope, desde a pobreza rural até o pódio olímpico, oferece exemplos práticos de como a persistência e a determinação podem superar limitações iniciais.

Masten (2001) argumenta que a exposição a narrativas de resiliência fortalece a capacidade dos jovens de desenvolver estratégias adaptativas próprias. No contexto da Educação Física, estas narrativas podem ser integradas às atividades práticas, criando conexões significativas entre experiência corporal e desenvolvimento psicológico.

A biografia de Bikila ilustra perfeitamente os princípios da mentalidade de crescimento propostos por Dweck (2017). Sua evolução de corredor rural desconhecido para bicampeão olímpico demonstra como dedicação, prática deliberada e aprendizado contínuo podem produzir transformações extraordinárias.

Yeager e Dweck (2012) comprovam que intervenções educacionais baseadas em narrativas de crescimento e desenvolvimento produzem melhorias significativas no desempenho acadêmico e na motivação dos estudantes. A aplicação destes princípios na Educação Física pode potencializar tanto o desenvolvimento motor quanto o desenvolvimento psicológico dos estudantes.

A inclusão da biografia de Abebe Bikila nas aulas de Educação Física contribui para a valorização da diversidade cultural e o combate ao etnocentrismo. Como primeiro campeão olímpico africano, Bikila representa a riqueza e o potencial do continente africano, frequentemente estereotipado negativamente na mídia ocidental.

Banks (2015) destaca a importância da educação multicultural para a formação de cidadãos globais conscientes e respeitosos. A Educação Física, através de biografias diversificadas, pode contribuir significativamente para este objetivo, promovendo compreensão intercultural e combatendo preconceitos.

5 ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS PARA IMPLEMENTAÇÃO

A incorporação de biografias esportivas nas aulas de Educação Física deve seguir uma abordagem integrada que combine narrativas inspiradoras com atividades práticas significativas. Sugere-se a estruturação de unidades didáticas que iniciem com a apresentação da biografia, prossigam com atividades práticas

relacionadas à modalidade do atleta estudado e culminem com reflexões sobre os valores e aprendizados extraídos.

Mosston e Ashworth (2008) propõem diferentes estilos de ensino que podem ser adaptados para esta finalidade. O estilo de descoberta guiada, por exemplo, pode ser utilizado para levar os estudantes a identificar valores e características presentes na biografia estudada, promovendo aprendizagem ativa e reflexiva.

A apresentação de biografias esportivas pode ser enriquecida através do uso de recursos audiovisuais, incluindo documentários, fotografias históricas, vídeos de competições e depoimentos. Estes recursos tornam as narrativas mais vívidas e impactantes, facilitando a conexão emocional dos estudantes com os conteúdos apresentados.

Mayer (2009) demonstra que a aprendizagem multimodal, combinando informações visuais e auditivas, produz melhores resultados educacionais do que abordagens unidimensionais. A aplicação destes princípios no ensino de biografias esportivas pode potencializar significativamente o impacto formativo destas narrativas.

Após a apresentação das biografias e a realização de atividades práticas, é fundamental promover momentos de reflexão e discussão sobre os valores e aprendizados identificados. Estas atividades podem incluir debates, produção de textos reflexivos, representações teatrais e projetos de pesquisa sobre outros atletas inspiradores.

Brookfield e Preskill (2016) destacam a importância da discussão reflexiva para o desenvolvimento do pensamento crítico e da capacidade de análise. No contexto da Educação Física, estas discussões podem conectar experiências corporais com reflexões existenciais mais profundas, promovendo formação integral dos estudantes.

Diversas pesquisas empíricas comprovam a eficácia do uso de biografias inspiradoras na educação. Martinek e Hellison (2016) relatam melhorias significativas em indicadores de responsabilidade pessoal e social em estudantes expostos a programas baseados em modelos esportivos positivos.

Similarmente, Petitpas *et al.* (2005) documentam impactos positivos em autoestima, habilidades de liderança e comportamento pró-social em jovens participantes de programas educacionais baseados em narrativas esportivas

inspiradoras. Estes achados sustentam empiricamente a proposta de incorporação de biografias como a de Abebe Bikila no currículo de Educação Física.

A implementação desta proposta pedagógica pode ser avaliada por meio de múltiplos indicadores, incluindo: melhoria na motivação para a prática de atividades físicas, desenvolvimento de atitudes mais positivas em relação à diversidade cultural, aumento da perseverança diante de desafios motores e fortalecimento da autoconfiança e autoestima.

Instrumentos validados como a Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC)[2] e a Escala de Grit de Duckworth[3] podem ser adaptados e utilizados para mensurar objetivamente os impactos da intervenção proposta, proporcionando evidências científicas de sua eficácia.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A incorporação de biografias inspiradoras como a de Abebe Bikila nas aulas de Educação Física representa estratégia pedagógica de grande potencial formativo. A trajetória extraordinária do atleta etíope oferece exemplos concretos de valores fundamentais como resiliência, determinação, adaptabilidade e excelência, características essenciais para o desenvolvimento integral dos estudantes.

As evidências teóricas e empíricas apresentadas demonstram que narrativas biográficas bem estruturadas podem produzir impactos significativos no desenvolvimento de competências socioemocionais, na formação de mentalidade de crescimento e na promoção de valores éticos e morais. A Educação Física, como componente curricular privilegiado para a formação integral, deve aproveitar este potencial pedagógico.

A implementação desta proposta requer cuidadosa preparação metodológica, incluindo seleção criteriosa de biografias, desenvolvimento de recursos didáticos apropriados e formação adequada dos professores. Contudo, os benefícios potenciais justificam plenamente este investimento, contribuindo para a formação

[2] A Escala de Resiliência de Connor-Davidson (CD-RISC) é um instrumento de avaliação psicológica que mede a capacidade de um indivíduo se recuperar de situações adversas. A escala avalia a capacidade de adaptação, a habilidade de lidar com o estresse, a manutenção do foco, a não desistência diante de falhas e a capacidade de lidar com emoções negativas.

[3] A Escala de Grit, desenvolvida pela psicóloga Angela Duckworth, é uma ferramenta utilizada para medir a perseverança e a paixão em relação a objetivos de longo prazo. Ela avalia a capacidade de uma pessoa de demonstrar coragem e determinação diante de desafios e obstáculos.

de cidadãos mais resilientes, determinados e conscientes de sua capacidade de superação.

Recomenda-se o desenvolvimento de pesquisas adicionais para validar empiricamente os impactos específicos desta abordagem pedagógica, bem como a criação de materiais didáticos que facilitem sua implementação nas escolas brasileiras. Somente por meio desta sistematização será possível democratizar o acesso a estas narrativas inspiradoras, multiplicando seus benefícios formativos.

A biografia de Abebe Bikila, correndo descalço rumo à glória olímpica, permanece como metáfora poderosa da capacidade humana de transformar limitações em vantagens, adversidades em oportunidades e sonhos em realizações concretas. Esta é, fundamentalmente, a lição mais valiosa que podemos oferecer a nossos estudantes por meio da Educação Física. Sobretudo, na escola pública.

Referências

BANDURA, A. **Social learning theory**. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1977.

BANKS, J. A. **Cultural diversity and education**: foundations, curriculum, and teaching. 6. ed. Boston: Pearson, 2015.

BETTI, M. **Educação física e sociedade**: a educação física na escola brasileira. 2. ed. São Paulo: Movimento, 2009.

BROOKFIELD, S. D.; PRESKILL, S. **The discussion book**: 50 great ways to get people talking. San Francisco: Jossey-Bass, 2016.

DANISH, S. J.; NELLEN, V. C. New roles for sport psychologists: teaching life skills through sport to at-risk youth. **Quest**, v. 49, n. 1, p. 100-113, 1997.

DUCKWORTH, A. **Grit**: the power of passion and perseverance. New York: Scribner, 2016.

DWECK, C. S. **Mindset**: a nova psicologia do sucesso. São Paulo: Objetiva, 2017.

GUTTMANN, A. **The Olympics**: a history of the modern games. 2. ed. Urbana: University of Illinois Press, 2002.

HELLISON, D. **Teaching personal and social responsibility through physical activity**. 3. ed. Champaign: Human Kinetics, 2011.

JARVIE, G. **Sport, culture and society**: an introduction. 3. ed. London: Routledge, 2017.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 6. ed. Ijuí: Unijuí, 2004.

MARTINEK, T.; HELLISON, D. **Youth leadership in sport and physical education**. New York: Palgrave Macmillan, 2016.

MASTEN, A. S. Ordinary magic: resilience processes in development. **American Psychologist**, v. 56, n. 3, p. 227-238, 2001.

MAYER, R. E. **Multimedia learning**. 2. ed. Cambridge: Cambridge University Press, 2009.

MOSSTON, M.; ASHWORTH, S. **Teaching physical education**. 6. ed. Boston: Benjamin Cummings, 2008.

PETITPAS, A. J. et al. A framework for planning youth sport programs that foster psychosocial development. **The Sport Psychologist**, v. 19, n. 1, p. 63-80, 2005.

RUTTER, M. Implications of resilience concepts for scientific understanding. **Annals of the New York Academy of Sciences**, v. 1094, n. 1, p. 1-12, 2006.

YEAGER, D. S.; DWECK, C. S. Mindsets that promote resilience: when students believe that personal characteristics can be developed. **Educational Psychologist**, v. 47, n. 4, p. 302-314, 2012.