III ANAIS DE PESQUISAS

Educação Física

UnC Curitibanos

Editora UnC

Marcos Adelmo dos Reis
(Organizador)

III ANAIS DE PESQUISAS EDUCAÇÃO FÍSICA

Editora UnC

2020

III ANAIS DE PESQUISAS EDUCAÇÃO FÍSICA

ORGANIZAÇÃO

Marcos Adelmo dos Reis

EDITORAÇÃO

Gabriela Bueno

Josiane Liebl Miranda

Ficha Catalográfica elaborada pela Biblioteca Central da Universidade do Contestado

613.7
T315

III Anais de pesquisas educação física : [recurso eletrônico] / organização Marcos Adelmo dos Reis. – Mafra, SC : Ed. da UnC, 2020.

143 f.
Inclui bibliografias.

ISBN: 978-65-990410-2-0

1. Educação física – Pesquisa. 2. Ensino superior – Pesquisa. I. Reis, Marcos Adelmo dos (Org.). II. Título.

ISBN: 978-65-990410-2-0

CBL

9 786599 041020

Editora UnC

UNIVERSIDADE DO CONTESTADO – UnC

SOLANGE SALETE SPRANDEL DA SILVA
Reitora

LUCIANO BENDLIN
Vice-Reitor

MARILENE TEREZINHA STROCKA
Pró-Reitora de Ensino

GABRIEL BONETTO BAMPI
Pró-Reitor de Pesquisa, Pós-Graduação e Extensão

LUCIANO BENDLIN
Pró-Reitor de Administração e Planejamento

FUNDAÇÃO UNIVERSIDADE DO CONTESTADO - FUnC

ISMAEL CARVALHO
Presidente

ORGANIZAÇÃO
Marcos Adelmo dos Reis

EDITORAÇÃO
Gabriela Bueno
Josiane Liebl Miranda

Editora UnC

SUMÁRIO

O DISCURSO DE SAÚDE E O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ENTRE O DIZER E O FAZER. Anderson Spievakoski; Kátia Cristina Schuhmann Zilio 5
APLICABILIDADE DO ENSINO DE LUTAS NO ENSINO FUNDAMENTAL DE ESCOLAS PÚBLICAS DE CURITIBANOS – SC. Bruno Alves da Silva; Clara Angela Carlini Ogliari 27
VISÃO DOS PROFESSORES DE SALA SOBRE AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO 1º AO 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL. Camila Delfes Ramos; Ernesto Franzoi.....42
A ATIVIDADE FÍSICA E O VOLEIBOL NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL. Daiana Gatner Granemann Zanotto; Kátia Socha de Mello 59
A PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO. Fábio de Ramos; Magali Aparecida Ribeiro de Souza 74
A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS DE ENSINO MÉDIO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA. Guilherme Françoise Ferreira de Oliveira; Marcos Adelmo dos Reis 86
NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL. Lucas Lima Padilha; Marcos Adelmo dos Reis 98
DIFERENÇA DOS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA EM PARTICIPANTES DE ESCOLINHAS E ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL. Silvia Leticia de Matia; Marcos Adelmo dos Reis.....114
A PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA APAE COM OS ALUNOS DEFICIENTES FÍSICOS: UM ESTUDO DE CASO. Eduardo Camargo; Magali Ap. Ribeiro de Souza 128

O DISCURSO DE SAÚDE E O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA: ENTRE O DIZER E O FAZER

Anderson Spievakoski [1]
Kátia Cristina Schuhmann Zilio [2]

RESUMO

Os seres humanos do século XXI vivem um cotidiano apressado, não há mais tempo para nada. Alimentar-se com qualidade, manter o corpo em movimento, sustentar uma vida social ativa são condutas cada vez mais prejudicadas pela rotina desgastante. Isso acontece também com os professores de Educação Física que devem ser exemplos de boas práticas de saúde. Nesta seara, o objetivo central deste trabalho é compreender o discurso de saúde e as relações estabelecidas entre esse discurso e as atividades físicas, hábitos alimentares e prática do professor consigo mesmo. A metodologia deste trabalho se ateve à aplicação de um questionário aberto sobre hábitos de vida para os professores de Educação Física escolar, analisados à luz da Análise do Discurso de linha francesa. A população pesquisada se refere a cinco professores de Educação Física. Um em início de carreira, três deles com carreiras consolidadas e um último em final de carreira. A abordagem da Análise do Discurso enfoca, neste texto, as noções de discurso, de sujeito e ideologia e, por fim, imaginário e real aliados à noção de corpo no discurso. Analisamos as questões 4 e 6 do questionário que corroboram às noções estudadas que nos ajudaram a entender que os sujeitos significam interpelados pela ideologia de vida saudável de sua profissão, muitas vezes se contradizem ao que suas práticas revelam. O que nos leva a entender os conceitos de imaginário nas práticas ideais de saúde e atividade física; e de real, que é exatamente o que o corpo discursivo dos professores demonstra, a contradição do imaginário, a falta de cuidado com a aparência física relacionada aos hábitos de vida pessoais.

Palavras-Chave: Hábitos de vida. Professores de Educação Física. Discurso.

ABSTRACT

Human beings of the 21st century live a hasty daily life, there is no time for anything. Eating with quality, keeping the body moving, sustaining an active social life are behaviors increasingly harmed by the exhausting routine. This is also the case with Physical Education teachers who should be examples of good health practices. In this section, the main objective of this work is to understand the health discourse and the relationships established between this discourse and physical activities, eating habits and the teacher's practice with himself. The methodology of this work was based on the application of an open questionnaire on habits of life for the teachers of Physical Education, analyzed in the light of the French Speech Analysis. The population surveyed refers to five Physical Education teachers. One in early career, three of them

[1]Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: andermessi77@gmail.com
[2]Profª Drª do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: katiaz@unc.br

with consolidated careers and one last in career. The Discourse Analysis approach focuses, in this text, on the notions of discourse, subject and ideology, and finally, imaginary and real allied with the notion of body in discourse. We analyzed questions 4 and 6 of the questionnaire that corroborate the notions studied that helped us to understand that subjects mean that they are questioned by the healthy life ideology of their profession, often contradicting what their practices reveal. This leads us to understand the concepts of imaginary in the ideal practices of health and physical activity; and real, which is exactly what the discursive body of teachers demonstrates, the contradiction of the imaginary, the lack of care with the physical appearance related to personal habits of life.

Keywords: Habits of life. Teachers of Physical Education. Speech.

INTRODUÇÃO

Atualmente o cotidiano apressado dos seres humanos do século XXI influencia diretamente nos seus hábitos e, consequentemente, na qualidade de vida, pois suas prioridades nem sempre se relacionam com a manutenção de uma vida saudável. Isso incide na alimentação, nos hábitos de consumo, na rotina de trabalho, e nas horas livres para o lazer. Partindo dessa situação atual, torna-se inevitável a intervenção de profissionais da área da saúde e da educação alertando as pessoas sobre o risco de viver com maus hábitos.

Geralmente os professores de Educação Física são considerados exemplos de saúde, pois atuam diretamente sobre a prevenção de doenças causadas pela falta de atividade física. Matsudo e Matsudo (2000) *apud* Oliveira afirma que “os principais benefícios à saúde advindos da prática de atividade física referem-se aos aspectos antropométricos, neuromusculares, metabólicos e psicológicos” (2005, p. 33). Partindo desse pressuposto, supõe-se que o discurso desse profissional é totalmente voltado à vida saudável. Porém, no seu dia-a-dia, professor de Educação Física adota práticas saudáveis? Seria ele o melhor exemplo para falar sobre vida saudável? Carga horária muitas vezes desgastante, insatisfação com o salário e os estresses da vida cotidiana geralmente interferem nos hábitos de vida de todos, e do professor de educação física não é diferente.

Mediante isso torna-se importante analisar o discurso de vida saudável, prática regular de atividades físicas, alimentação adequada, adotado pelos professores e

comparar com seus próprios hábitos, sua aparência física e analisar de que maneira eles agem diante das dificuldades que a rotina lhes impõe.

Temos, então, o problema da presente pesquisa que indaga qual a relação entre o discurso de saúde, atividade física, bem-estar e qualidade de vida, com a prática realizada pelo professor consigo mesmo?

O objetivo central é compreender o discurso de saúde e as relações estabelecidas entre esse discurso e as atividades físicas, hábitos alimentares e prática do professor consigo mesmo, além de propor também investigar o discurso de saúde dos professores de Educação Física, verificar as atividades físicas mais praticadas entre os professores e analisar os hábitos de vida de professores a partir do tempo de atuação.

A metodologia do trabalho enfoca a aplicação de um questionário aberto no qual os sujeitos da pesquisa relatam sobre hábitos de vida. A população da pesquisa conta com sujeitos que atuam na Educação Física escolar, sendo um deles em início de carreira, três com carreira consolidada e um último em final de carreira, totalizando então, cinco sujeitos.

Junto a essa técnica de pesquisa, nos propusemos a abordar a Análise do Discurso (doravante AD), analisando as questões da relação estabelecida entre o discurso de saúde às práticas dos professores consigo próprios à luz da AD, enfocando as noções de discurso, de sujeito e ideologia e por fim, imaginário e real aliado à noção de corpo no discurso.

A AD, ciência que nasceu na França no final da década de 1960, proposta pelo filósofo Michel Pêcheux em parceria com psicanalistas, historiadores e linguistas e trazida ao Brasil por Eni Orlandi em meados da década de 1970, “com o objetivo de estudar as ideias sobre sujeito, ideologia e língua” (REHM, 2015, p. 19). A análise se dá, como já mencionamos sob a égide da AD, mas para isso compreendemos e discutimos conceitos referentes à saúde, qualidade de vida e *wellness*.

INFLUÊNCIA DOS HÁBITOS ALIMENTARES NA QUALIDADE DE VIDA

Os hábitos alimentares das pessoas variam muito de acordo com a cultura dos povos. Isso pode acontecer até mesmo dentro de um país. Podemos citar o próprio

Brasil, onde a cultura é muito variada, bem como o clima difere se compararmos as regiões Norte, Nordeste e Sul, por exemplo.

Apesar de tantas variedades oferecidas ao paladar, é indispensável que os nutrientes essenciais sejam ingeridos diariamente em quantidades adequadas. Além disso, as principais fontes de energia, tais como carboidratos, proteínas e gorduras...

> [...] não são tudo, nem o principal, de que o organismo precisa na alimentação. O equilíbrio do seu funcionamento é dinâmico, depende de uma complexa combinação de nutrientes e processos, alterando-se facilmente na falta ou na presença de um ou outro componente (SABA, 2011, p. 161)

Giugliano (2005, p. 72) contribui nessa temática, salientando que "a alimentação saudável é aquela que proporciona ao indivíduo energia e todos os nutrientes necessários, devendo ser também agradável aos sentidos quanto ao seu aspecto e palatabilidade".

Nahas (2006, p. 177), completa:

> Uma boa alimentação deve ser, antes de tudo, agradável aos olhos, ao olfato e, acima de tudo ao paladar, observando-se o equilíbrio dos aspectos quantitativos (calorias totais) e qualitativos (inclusão dos nutrientes essenciais).

A dieta é uma parte essencial da vida ativa e, juntamente com a atividade física regular, a chave para o controle de peso. Ela também é apontada como fator importante na obesidade, cardiopatia, no câncer, no diabetes, nos problemas gastrintestinais, e outros problemas, tais como cáries dentárias, hérnia e hemorroidas. Uma dieta baixa em gordura é prescrita para aqueles com risco de cardiopatia, além de ser preventiva contra o câncer e o diabetes. A boa alimentação aliada à atividade física praticada regularmente são essenciais para qualquer programa que tenha por objetivo a preservação da saúde e do bem-estar das pessoas, pois sabemos que não é apenas se alimentando bem ou se exercitando que se obtém tal resultado. Portanto, faz parte da responsabilidade do professor de Educação Física ter pelo menos ciência de que a alimentação representa uma importante parcela dos bons hábitos que uma pessoa que se diz saudável deve demonstrar, pois seu corpo acusará, na maioria dos casos, se ele se alimenta de maneira adequada ou não.

Um aspecto a considerar acerca da nossa alimentação é que estamos cada vez mais condicionados pela propaganda. Consumimos certos alimentos não pelo

bem que fazem à nossa saúde, mas para satisfazer necessidades criadas pela publicidade. Em virtude disso, existe uma crescente preocupação de estudiosos quanto a manutenção de um estado nutricional ótimo determinado pelo equilíbrio ou balanço de nutrientes e energia adequados. A civilização moderna vem sendo flagelada por problemas associados à alimentação inadequada e ausência de atividade física. Dentre esses problemas, os que se destacam são a obesidade, a osteoporose, as doenças cardiovasculares obstrutivas, o diabetes, entre outras.

Pode-se saber se uma pessoa é obesa ou está acima do seu peso ideal, através de um simples cálculo que foi formulado, em 1832, pelo renomado cientista, matemático e astrônomo belga, Adolphe Quetelet e reavaliado em 1972 pelo cientista americano Ancel Keys, o IMC (Índice de Massa Corporal), que é o peso (kg), dividido pela altura (m), ao quadrado. Deve-se frisar que este índice serve apenas para pessoas que não sejam atletas, ou consideradas “normais”.

Tal qual estimativas recentes, a obesidade (IMC > 30kg/m^2) atinge cerca de 250 milhões de pessoas adultas no mundo, enquanto o sobrepeso (IMC entre 25 e 30 kg/m2), mais de 1 bilhão de pessoas adultas no mundo (HALPERN *et al*, 1998), trata esse fenômeno negativo como uma “epidemia global”, que só evidencia o importante papel do professor de Educação Física, de orientar, desde as séries iniciais nas escolas sobre hábitos de vida saudáveis no que tange a boa alimentação em conjunto com prática regular de atividades físicas.

A falta de orientação da população, muitas vezes, permite que as empresas invistam milhões para nos convencer que condicionamento físico e saúde podem ser alcançados consumindo seus produtos. Enquanto a nutrição saudável é essencial para a saúde e o condicionamento físico, nada do que se come aumenta o condicionamento físico, se já se está em uma dieta adequada. A única forma de alcançar melhor aptidão física é por meio de exercício regular, nunca se chega lá apenas comendo. Fica evidente então, a importância dos bons exemplos dos profissionais da Educação Física em relação à qualidade da alimentação aliada a exercícios físicos regulares, diferentemente dos milagrosos métodos e produtos que a mídia tenta impor para se obter qualidade de vida. Crianças bem orientadas podem influenciar até a comunidade que vivem, o que pode parecer pouco diante da proporção que existe sobre o problema da má alimentação associada à falta de

atividade física, mas que aos poucos vai fazendo a diferença numa sociedade tão carente de bons exemplos.

SAÚDE

Dada a situação atual da humanidade, na qual o capitalismo, o estilo de vida caótico das grandes cidades, a tecnologia e a globalização em geral interferem diretamente na maneira de viver da maioria da população, tornaram-se mais evidentes a preocupação com a saúde das pessoas. Pereira *et al.* (2014, p. 295):

> [...] em 1976 a Organização Mundial da Saúde altera o conceito de saúde, o designado conceito ideal positivo de saúde, realçando a prevenção primária, os indicadores de qualidade de vida, o ciclo de vida e as fases da prevenção (primária, secundária e terciária).

Mediante essa alteração do conceito de saúde, Nieman (1999, p. 4), define saúde como "um estado de completo bem-estar físico, mental, social e espiritual, e não somente a ausência de doenças ou enfermidades". Bouchard *et al apud* Oliveira, contribui na discussão afirmando que:

> Saúde é definida como uma condição humana com dimensões física, social e psicológica, cada uma caracterizada por um *continuum* com polos positivos e negativos. A saúde positiva estaria associada à capacidade de apreciar a vida e resistir aos desafios do cotidiano, e a saúde negativa associa-se à morbidade, e no extremo, à mortalidade (2005, p. 34).

Atualmente, não cabe mais restringir o conceito de saúde apenas a não estar doente. No século XXI, o termo tornou-se mais abrangente e rigoroso. De acordo com Saba (2011, p. 36), não se espera mais que uma doença se manifeste para que as providências curativas sejam tomadas. " O mesmo autor ainda afirma que:

> [...] é também por isso que, além da medicina e da farmácia, responsáveis pela cura de doenças, diversas outras áreas da ciência passaram a se envolver na promoção de saúde, de modo cada vez mais integrado. Médicos das mais diversas especialidades (cada vez mais especializadas), farmacêuticos, psicólogos, terapeutas, profissionais da Educação Física, fisioterapeutas, nutricionistas, dentistas e tantos outros, todos eles profissionais da saúde, buscam proporcionar aos seus clientes as condições ótimas de funcionamento de seu corpo e de sua mente, baseados em critérios fisiológicos e psicológicos (2011, p. 36).

Baseado nisso, o profissional da Educação Física é um dos responsáveis para que se reflita sobre o corpo muito além do cuidar apenas, mas considerar o corpo em movimento de seus alunos, ele, com seus próprios hábitos e exemplos deve instigar as pessoas ao fato de que buscar a saúde não significa apenas evitar a morte, mas principalmente aproveitar a vida com total disposição, realizando tarefas cotidianas com êxito, ocupando ativamente as horas de lazer, sentindo alegria de viver e enfrentando imprevistos sem fadiga excessiva.

ATIVIDADE FÍSICA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE

A ideia de que a atividade física está relacionada a boa saúde não é nova. Os chineses praticam uma forma leve de ginástica médica para prevenir doenças associadas à falta de atividade. Em Roma, há mais de 1.500 anos, o médico Galeno prescrevia exercício para a manutenção da saúde.

Define-se atividade física como "qualquer movimento corporal produzido pela musculatura esquelética – portanto voluntário, que resulte num gasto energético acima dos níveis de repouso" (CASPERSEN *apud* OLIVEIRA, 2005, p. 34).

Aptidão física, por sua vez, pode ser definida como a "capacidade de realizar atividades físicas, distinguindo-se duas formas de abordagem: aptidão física relacionada à performance motora e aptidão física relacionada à saúde" (NAHAS, 2006, p. 40).

A aptidão física relacionada à saúde agrupa características que, em níveis adequados, possibilitam mais energia para o trabalho e o lazer, proporcionando, paralelamente, menor risco de desenvolver doenças ou condições crônico-degenerativas associadas a baixos níveis de atividade física habitual. Os componentes da aptidão física relacionada à saúde incluem os que mais estão relacionados à mesma e que podem ser mais influenciados pelas atividades físicas habituais: a aptidão cardiorrespiratória, a força/resistência muscular, a flexibilidade e a composição corporal.

> A aptidão física relacionada à saúde é, pois, a própria aptidão para a vida, pois inclui elementos considerados fundamentais para uma vida ativa, com menos riscos de doenças hipocinéticas (obesidade, problemas articulares e musculares, doenças cardiovasculares etc.) e perspectiva de uma vida mais longa e autônoma (NAHAS, 2006, p. 44).

Muitos estudos atuais demonstram que o risco de cardiopatia é inversamente relacionado à quantidade de atividade física regular, ocupacional, de laser ou esportes intensos. Eles indicam que a atividade deve ser permanente ou atual para ser benéfica, que a participação em desporto na idade escolar ou universitária não garante proteção perpétua. Estudo recente concluiu que a estabilização favorável de longa duração da maioria dos fatores de risco coronariano é alcançável com gasto de energia na atividade física acima de 1.000 calorias por semana, e que 2.000 calorias por semana estão associadas a benefícios adicionais, especialmente a alteração favorável do colesterol HDL (DRYGAS, 2000).

Sharkey (2006, p. 32) contribui com uma afirmação importante sobre o nível de condicionamento e atividade física associados às taxas de mortalidade da população:

> [...] apesar dos altos índices de condicionamento físico serem associados com somente pequenas reduções da taxa de mortalidade por todas as causas, eles são correlacionados com menores fatores de risco e provavelmente proporcionam proteção adicional, sobretudo para aqueles com elevado risco (colesterol alto, triglicerídeos, hipertensão, diabete e obesidade).

Prova adicional dos benefícios extras do condicionamento físico pode ser encontrada em um estudo realizado na Finlândia. Os autores concluíram que altos níveis de atividade física de lazer e condicionamento físico tiveram forte relação inversa com o risco de ataque cardíaco. O estudo sustenta a conclusão de que níveis mais baixos de atividade física e condicionamento físico são fatores de risco independentes de doença arterial coronariana em homens (LAKKA, 1994).

> Diminuindo o risco de doença arterial coronariana, câncer e outras doenças de estilo de vida, a atividade física regular expande o período de vigor adulto e comprime o período de doença que geralmente precede a morte. Em um sentido real, a atividade adiciona vida aos nossos anos, e agora existe evidência que isso pode adicionar anos à nossa vida (SHARKEY, 2006, p. 39)

A inatividade física representa uma causa importante de fragilidade, de reduzida qualidade de vida e morte prematura nas sociedades contemporâneas. Nahas afirma que “o número de mortes associadas à inatividade física pode ser estimado combinando-se o risco relativo desse comportamento com a prevalência numa população” (2006, p. 34). Considerando, por exemplo as doenças do coração,

o risco de ocorrência de um infarto é duas vezes maior para indivíduos sedentários quando comparados àqueles regularmente ativos.

Nahas (2006, p. 35) considera sedentário um indivíduo que tenha um estilo de vida com um mínimo de atividade física, equivalente a um gasto energético (trabalho + lazer + atividades domésticas + locomoção inferior a 500 kcal por semana.

Com a revolução do trabalho (mecanização e automação) e a urbanização acelerada, a prevalência de sedentarismo cresceu muito, sendo um marco do comportamento humano no século XX e um dos maiores desafios da saúde pública mundial no século XXI, levando a ciência ter um enfoque maior sobre essa questão, fazendo também com que a prática de atividades físicas aliada à boa alimentação aparecesse cada vez mais evidente, tornando fundamental o papel do profissional da Educação Física com relação à promoção da saúde através da atividade física, associada com outras práticas que objetivam o total bem-estar das pessoas.

QUALIDADE DE VIDA E *WELLNESS*

É imprescindível entendermos que aspectos sobre qualidade de vida e alimentação estão diretamente relacionados, mas é ainda importante pensar como cada sujeito interage com seu corpo e como adquire ou vive em plena saúde. Nessa perspectiva, a ciência em muito colabora com as pesquisas que nos respondem acerca do conceito de qualidade de vida. Muitos autores distinguem esse conceito daquele em que há o conhecimento de si e daquilo que podemos fazer com nosso corpo. Outro aspecto relevante é a relação do conceito de qualidade de vida com a prática de atividade física, por isso é importante refletir à luz de Oliveira (2005, p. 36) “recentemente, a relação atividade física e saúde vem sendo gradualmente substituída pelo enfoque da qualidade de vida, o qual tem sido incorporado ao discurso da Educação Física e das Ciências do Esporte”. O autor ainda afirma que [...], a definição de qualidade de vida não passa por um consenso na literatura, o que “tem levado muitos estudiosos a empregar o termo de forma reduzida e indiscriminada, desconsiderando sua riqueza e complexidade” (PIRES *et al.,* 1998; MINAYIO, 2000, *apud* OLIVEIRA, 2005, p. 39). Pensa-se que Nahas (2006, p. 13) pode contribuir também nessa discussão quando diz: “num sentido mais amplo, pondera que

qualidade de vida pode ser entendida como uma medida da própria dignidade humana, pois pressupõe o atendimento das necessidades humanas fundamentais".

Já Shin e Johnson *apud* Oliveira, direcionam nosso olhar para um conceito de qualidade de vida que eles entendem que:

> [...] consiste na possessão dos recursos necessários para a satisfação das necessidades e desejos individuais, a participação em atividades que permitem o desenvolvimento pessoal, a autorrealização e a possibilidade de uma comparação satisfatória entre si mesmo e os outros. (2005, p. 40).

É fácil entender esse conceito intuitivamente, porém é difícil defini-lo de forma objetiva. Numa visão holística, Nahas (2006, p. 14) considera qualidade de vida como sendo: "a percepção de bem-estar resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano". Os parâmetros individuais e socioambientais a que Nahas se refere, são listados por ele:

Quadro 1 – Qualidade de Vida

PARÂMETROS SOCIOAMBIENTAIS	PARÂMETROS INDIVIDUAIS
Moradia, transporte, segurança	Hereditariedade
Assistência médica	Estilo de Vida
Condições de trabalho e remuneração	Hábitos alimentares
Educação	Controle do stress
Opções de lazer	Atividade física habitual
Meio-ambiente	Relacionamentos
Etc.	Comportamento preventivo

Fonte: Nahas (2006, p. 14)

Minayo *apud* Oliveira (2005, p. 40), colocam uma visão parecida com a de Nahas e afirmam que "qualidade de vida é uma noção eminentemente humana que se aproxima do grau de satisfação encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental".

Apesar dessa subjetividade, múltiplas abordagens conceituais sobre o tema na literatura, não há como desvencilhar esse conceito da prática regular de atividades físicas associada à boa alimentação. Por isso, o professor deve zelar por sua imagem pessoal e suas atitudes, afim de passar essa mensagem para o público que atende.

Analisando os parâmetros acima listados, o ser humano consegue ter uma percepção, dentro de sua própria existência, daquilo que é conhecido no mundo todo

por *wellness*. Afinal, o que significa essa palavra em inglês que dá nome a tantas academias, centros de ginástica e atividade física espalhados por aí?

Wellness, bem-estar, em português, de acordo com Saba (2011, p. 44):

> [...] é o conforto diante da vida, é a concordância com o tipo de desafios e compensações que ela apresenta, é o estado de perfeita satisfação física e moral, é a harmonia entre os pensamentos e as ações de uma pessoa em relação a si mesma e à coletividade.

É produto de uma percepção pessoal do indivíduo que busca mais do que apenas evitar ou minimizar problemas em sua vida; a sensação de bem-estar é almejada o máximo de tempo possível. Partindo desse princípio, NAHAS (1996), identificou cinco elementos fundamentais do cotidiano que norteiam essa percepção: nutrição (qualidade nos hábitos alimentares), atividade física (exercícios regulares), estresse (estilo de vida e mecanismos de controle), comportamento preventivo (não uso de drogas, uso de equipamentos de segurança em situações de risco, etc.) e relacionamentos (harmonia no meio social e familiar). Assim, se forma o pentáculo do bem-estar:

Quadro 2 – O Pentáculo do Bem-Estar

Fonte: Nahas (2000, p. 48)

Cada um desses aspectos sugere claramente que *wellness* são escolhas que cada um faz de acordo com aquilo que julga ser atitudes sadias para consigo mesmo. Atitude pró-bem-estar é conhecer e respeitar seus limites e evitar pensamentos autodestrutivos. “O nível de *wellness* de uma pessoa depende muito de suas escolhas”, sustenta Saba (2011, p. 45). Se um dos principais objetivos da Educação

Física é a melhora na qualidade de vida e, assim, proporcionar a sensação de *wellness* tão almejada, a primeira pessoa que precisa representar isso em suas próprias atitudes é o profissional da Educação Física. É partindo desses princípios que se faz necessário confrontar o discurso do *wellness* com as práticas pessoais dos sujeitos dessa pesquisa.

É inimaginável um professor de Educação Física defender posição contrária às práticas de saúde e bem-estar. Diante de suas turmas esse profissional obviamente discursará em prol de uma melhor qualidade de vida. Mas pode existir diferença entre esse discurso e suas práticas pessoais. Evidentemente é mais fácil acreditar que se pode ter uma vida saudável ouvindo uma pessoa que aparenta e demonstra viver de tal maneira. Portanto, os conceitos acima citados fazem parte de uma espécie de ideologia desse profissional. O que essa pesquisa pretende analisar é se as práticas saudáveis (ou não) dos sujeitos consigo mesmo correspondem ao discurso por eles defendido e estão sujeitos a partir do momento que escolheram essa profissão. É aí que entra a AD.

Para compreendermos sobre esse campo da linguagem, o qual tem por fundador Michel Pêcheux, e como ele vai auxiliar nessa pesquisa, precisamos ter abarcados os conceitos de discurso propriamente dito, de sujeito e ideologia e por fim, conceito de imaginário e real aliados à noção de corpo no discurso.

Ao longo da fundamentação teórica da presente pesquisa, tratamos sobre conceitos que nos levam ao entendimento do que significa viver em *wellness,* ou seja, o suposto estilo de vida ideal que os especialistas acreditam que uma pessoa deve levar, principalmente se a mesma for profissional da Educação Física, pois passa também por ela a responsabilidade de incentivar a população a buscar tal objetivo. Este, portanto, é o discurso do educador físico. Sendo assim, Orlandi, em uma de suas obras (2009, p. 15), conceitua que:

> A análise de discurso, como seu próprio nome indica, não trata de língua, não trata de gramática, embora todas essas coisas lhe interessem. Ela trata do discurso. E a palavra discurso, etimologicamente, tem em si a ideia de curso, de percurso, de correr por, de movimento. O discurso é assim palavra em movimento, prática de linguagem: com o estudo do discurso observa-se o homem falando.

Pêcheux (1969, p. 82) *apud* Rubin (2015, p. 18), em concordância, completa que “o discurso é efeito de sentido entre os interlocutores”. Em virtude disso, não é

difícil confundir esse conceito com mera transmissão de informação. Para Orlandi (2009, p. 21), não se trata apenas disso,

> [...] nem há essa linearidade na disposição dos elementos da comunicação, como se a mensagem resultasse de um processo assim serializado: alguém fala, refere alguma coisa, baseando-se em um código, e o receptor capta a mensagem, decodificando-a.

Para ela, o transmissor e o receptor da mensagem "estão realizando ao mesmo tempo o processo de significação e não estão separados de forma estanque". (ORLANDI, 2009, p. 21). Conforme Pêcheux (1975) *apud* Rehm (2015, p. 22) "todo discurso é ideológico, e seus sentidos estão determinados pelas condições de produção sócio históricas em que se encontra inscrito". Sendo assim, o "homem falando" a que se refere Orlandi, no caso desta pesquisa, é o professor de Educação Física que está então, se significando como tal, defendendo um discurso ideológico de qualidade de vida, saúde e prática de atividade física. Estamos propondo aqui, analisar esse discurso em relação à prática consigo mesmo desse professor.

Para compreender o motivo dessa proposta, Orlandi (2009, p. 70) nos norteia em relação a como se propõe a AD. Ela afirma que "o leitor deve-se relacionar com os diferentes processos de significação que acontecem em um texto". Isso significa que devemos estar atentos ao contexto que vive o autor desse texto afim de relacionar suas palavras a diversos fatores que o precedem. No nosso caso, o texto em questão é o discurso de saúde do professor, que se significa historicamente baseado na inserção atual da classe na área da saúde pública voltada à prevenção. Orlandi salienta que "o sentido não existe em si, mas é determinado pelas posições ideológicas colocadas em jogo no processo sócio histórico em que as palavras são produzidas" (2000, p. 42). Desta forma, "os indivíduos são interpelados em sujeitos-falantes, em sujeitos de seu discurso pelas formações discursivas que representam "na linguagem" as formações ideológicas que lhes são correspondentes" (PÊCHEUX, 2009, p. 146). Então o que determina o sentido do discurso do professor de Educação Física é sua posição ideológica de atitudes preventivas visando a saúde.

É importante ressaltar que o sujeito em AD é diferente do sujeito de pesquisa e também de indivíduo. Sujeito de pesquisa, no caso desta, é o professor de Educação Física que será abordado. Indivíduo pode ser qualquer pessoa, sem ser especificada. Já quando se trata do sujeito em AD é o que se sujeita ao jogo da linguagem,

aceitando que é um ser incompleto e busca sua incompletude na interação linguística com o outro. Ele está sujeitado às condições de produção do discurso dadas pela língua e pela ideologia. Orlandi ressalta que a ideologia "é a condição para a constituição do sujeito e dos sentidos" (2009, p. 46). Zilio (2016, p. 30) completa que "é necessário pensar a ideologia como constitutiva do discurso, amparando as relações de sentidos possíveis no jogo da interpretação".

Para Orlandi, "enquanto prática significante, a ideologia aparece como efeito da relação necessária do sujeito com a língua e com a história para que haja sentido" (2009, p. 49). Para Pêcheux (2009, p. 131), a ideologia é "o ambiente e o elemento para que esta possa operar através dos discursos". Em outras palavras, para que uma ideologia faça sentido na vida de um sujeito, ele precisa ter feito uso da linguagem para poder se relacionar com a história da sociedade em que vive. Sendo assim, utilizando-se da linguagem, o professor, embasado na ideologia de sua profissão, discursa sobre saúde e prevenção, sabendo que o sentido desse discurso é concebido pela história da Educação Física que o precede.

Esclarecidos os conceitos de ideologia e sujeito e como eles se atrelam na realidade dessa pesquisa, nosso objetivo é utilizar-se da AD para confrontar os hábitos de vida dos professores abordados justamente com a ideologia que precede a profissão.

O confronto entre o dizer e o fazer dos professores enquanto atuantes da área da saúde em prevenção, faz-nos refletir acerca da posição sujeito do professor frente ao discurso de saúde e qualidade de vida. Ou seja, os discursos da fala nos ensinamentos serão contrapostos ao discurso do corpo do professor, pois, como afirma Ferreira (2013, p 77):

> Corpo e discurso andam próximos no campo teórico da análise do discurso. E isso não deve ser motivo de espanto. Afinal corpo é tanto uma linguagem, como uma forma de subjetivação e, por isso mesmo, tem relação estreita com o discurso.

Por isso torna-se necessário refletir sobre algo que Orlandi, em sua obra (2009, p. 73), crê "que aqui é útil distinguir algo que faz parte da reflexão da Análise de Discurso como um seu princípio. É a distinção entre real e imaginário". Ela completa que "o que temos, em termos de real do discurso, é a descontinuidade, a dispersão, a incompletude, a falta, o equívoco, a contradição, constitutivas tanto do sujeito como

do sentido" (ORLANDI, 2009, p. 74). Na nossa realidade, isso significa que pode ser que os professores irão se contradizer em seus discursos de *wellness*, ou até mesmo suas práticas virão a ser equivocadas em relação ao mesmo dependendo do discurso que seu corpo produz. Sendo assim, é necessário refletirmos a noção de corpo enquanto corpo discursivo. Conforme Ferreira (2013, p. 78), "o estamos propondo como um objeto discursivo, como materialidade que se constrói pelo discurso, se configura em torno de limites e se submete à falha".

De outro lado, a nível de representações, temos a unidade, a completude, a coerência, o claro e distinto, a não contradição, na instância do imaginário. Significa tudo aquilo que os professores aprenderam ao longo de sua formação, que teoricamente é perfeito, a atividade física na promoção da saúde, os benefícios físicos, psíquicos e sociais, toda essa ideologia de *wellness* à qual eles estão sujeitos.

Pensando nessa perspectiva, temos um lugar onde se materializa esses discursos, onde se inscrevem a ideologia e o inconsciente: o corpo. Rehm (2015, p. 122) alerta: "Não se trata de corpos biológicos enquanto lugar de percepção de diferenças físicas, anatômicas, estruturais; trata-se de corpos enquanto lugar de materialização de discursos". Sendo assim, Orlandi (2012, p. 92) enuncia: "Corpos são formulações dos sujeitos, em diferentes discursos". Portanto, em evidência aqui está o sujeito professor de Educação Física, constituindo o corpo, de acordo com Rehm (2015, p. 122), "significante, interpelado ideológica e inconscientemente, atravessado pela linguagem". Isto é, a ideologia do *wellness* confrontando o discurso materializado no corpo desse professor, alvo de nossa análise.

Ao significarem-se através desse discurso, os professores permitem ao analista confronta-lo com seu estilo de vida e sua aparência física com intensão de compreender de que maneira ocorre a relação entre discurso e prática, buscando saber se os professores realmente são bons exemplos para seus alunos.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A metodologia que diz respeito a este trabalho pretendeu coletar dados a partir de um questionário que abordou seis questões abertas as quais versaram principalmente sobre os hábitos do professor e a sua relação com trabalho de

professor de Educação Física. Esses dados foram analisados à luz da AD na perspectiva dos conceitos anteriormente desenvolvidos no corpo deste texto.

Os questionários foram aplicados para cinco professores, um em início de carreira (denominado Professor 1), três questionários foram aplicados para professores que estão com a carreira em andamento (nomeados Professor 2, 3 e 4) e, finalmente, o professor 5 que já se encontra em final de carreira. Todos os cinco professores exercem sua função em escola pública, quer seja municipal e estadual.

Para fins desta pesquisa analisaremos as questões 4 e 6, respectivamente, porque, nos interessa aquilo que foi perguntado na questão 4 que se relaciona imediatamente na questão 6.

Quadro 3 – Respostas dos professores à questão 4

Questão 4: Para você, o que significa alimentação saudável? Como você considera os seus hábitos alimentares?	
Professor 1:	É a alimentação que fornece nutrientes suficientes para o nosso corpo. (*SIC*)
Professor 2:	Equilíbrio alimentar, na ingesta alimentar consumo de alimentos que contenham nutrientes necessários para o corpo. Excluir da dieta alimentos gordurosos e que fazem mal a saúde. Por conta de não ter tempo adequado, tempo para o preparo meus hábitos alimentares não são bons. (*SIC*)
Professor 3:	Comer aquilo que eu gosto, mas não em demasia. Meus hábitos infelizmente são ruins. (*SIC*)
Professor 4:	Significa poder comer tudo o que gosto sem exageros. Considero meus hábitos razoáveis. (*SIC*)
Professor 5:	Significa alimentos variados e em quantidade adequada, para garantir que o corpo receba todos os nutrientes necessários para as atividades em equilíbrio. Considero uma boa alimentação, balanceada, talvez nos fins de semana devesse manerar nas guloseimas e fast-food. (*SIC*)

Quadro 4 – Respostas dos professores à questão 6

Questão 6: Ser professor de Educação Física implica incentivar os alunos a levarem uma vida saudável. Aponte, analisando seus próprios hábitos e sua aparência física, seus pontos positivos e negativos em relação à atividade física na promoção da saúde, qualidade de vida e *wellness*.	
Professor 1:	Nossos alunos costumam espelhar-se e nós professores, portanto precisamos estar sempre bem fisicamente e mentalmente, consequentemente saudáveis. (*SIC*)
Professor 2:	Incentivo a não usarem drogas, cigarros ou álcool. Incentivo para que tenham uma alimentação mais saudável possível. Incentivo para que comam mais a merenda escolar, trocando a merenda pelos salgadinhos e doces. (*SIC*)
Professor 3:	Positivos – paciência conhecimento aplicado a pratica com exemplo do dia a dia. Negativo – infelizmente a alimentação e (minha) meu peso e coloco todos em dúvida. (*SIC*)
Professor 4:	Positivos: procuro ser equilibrado na alimentação, praticar atividades físicas e manter o corpo saudável. Negativos: sempre há o que melhorar, poderia andar menos de carro, alimentar-se melhor e praticar mais atividade física. (*SIC*)
Professor 5:	Positivos: Melhora do sistema nervoso

	Melhora nos pulmões Estimula o coração Desenvolvimento muscular Ossos mais resistentes Melhora na qualidade de vida. Melhora da autoestima em relação a estética, autoconceito, menos ansiedade, menos depressão. Negativos: Em tempos de ditadura de beleza, o corpo é massacrado pela indústria e comércio, que vivem da nossa insegurança, impotência e angústia, querem que sintamos culpa quando ficamos um pouco mais gorda, não porque querem que sejamos mais saudáveis, mas porque se não ficarmos angustiados não faremos mais regimes, não compramos mais produtos de beleza, nem frequentaremos academias, muitas que visam apenas a estética, colocando em risco nossa saúde e nosso corpo sujeito a lesões e problemas variados. (*SIC*)

Nas respostas da questão 4, observa-se que foi frequente o uso, de maneira direta ou não, do termo "equilíbrio alimentar" pelos 5 sujeitos. Isso nos sugere uma noção de corpo relacionada às questões de bem-estar. De acordo com Ferreira (2013, p. 78), "para a análise do discurso o corpo surge estreitamente relacionado a novas formas de assujeitamento e, portanto, associado à noção de ideologia". Ou seja, todos os professores entrevistados revelam em seus discursos a interpelação que lhes é feita pela ideologia da profissão, sugerindo que no dizer, e em alguns casos, no fazer, o discurso de bem-estar dos professores, no que tange à boa alimentação é praticamente o mesmo. Então, podemos dizer que o professor se assujeita à ideologia proposta pela própria profissão de corpo ideal, mas isso não corresponde àquilo que é vivenciado por esse sujeito.

Na resposta do entrevistado 1 para a questão 4, haja visto que a pergunta aborda um conceito ideológico, mas que propõe ao entrevistado que ele a responda de maneira pessoal, a resposta deste sujeito sugere que ele, enquanto corpo discursivo, procura se aproximar daquilo que consideramos ideal em sua profissão, ou seja, a não contradição, na instância do imaginário (ORLANDI, 2009, p. 74).

Isso nos remete a uma observação feita por Orlandi (2009, p. 74) que afirma que "um texto [...] é regido pela força do imaginário da unidade, estabelecendo-se uma relação de dominância de uma formação discursiva com as outras, na sua constituição". Ela se refere que o sujeito, ao discursar utilizando-se de um texto, orienta-se através de sua ideologia, mesmo que inconscientemente. Ela completa que "esse é mais um efeito discursivo regido pelo imaginário, o que lhe dá uma direção ideológica, uma ancoragem política" (ORLANDI, 2009, p. 74). O entrevistado 1 não revela como considera seus próprios hábitos alimentares, mas ao dizer que a

alimentação fornece os nutrientes suficientes para o corpo, ele dá pistas de que a sua própria alimentação está sendo suficientemente boa para a manutenção da própria saúde, pois, “o fato de que ao longo do dizer se formam famílias parafrásticas relacionando o que foi dito com o que não foi dito, com o que poderia ser dito etc. (ORLANDI, 2009, p. 78), visto que “as novas maneiras de ler, inauguradas pelo dispositivo teórico da análise de discurso, nos indicam que o dizer tem relação com o não dizer” (ORLANDI, 2009, p. 82).

Podemos encontrar vestígios do que poderia ser dito (na questão 4) na resposta da questão 6 deste sujeito, o qual, ao ser indagado em relação aos pontos positivos e negativos das suas práticas de saúde e bem-estar, apenas indica que os professores de Educação Física precisam estar saudáveis, pois seus alunos costumam espelhar-se neles. Possivelmente teria ele a intenção de nos levar a acreditar que seu corpo, seus hábitos, o discurso presente neles, seria modelo a ser seguido pelos alunos.

O entrevistado 2 se contradiz ao relatar que na sua concepção de alimentação saudável é necessário ter um equilíbrio alimentar, excluindo alimentos gordurosos e que fazem mal à saúde e admitir que não possui bons hábitos. Ele simboliza a clássica representação do real do discurso, isto é, a descontinuidade, a dispersão, a incompletude, a falta, o equívoco, a contradição. Mostra que seu discurso é carregado de ideologia, mas que sua prática não condiz com a coerência do imaginário, pois “sujeito à falha, ao jogo, ao acaso, e também à regra, ao saber à necessidade. Assim o homem (se) significa” (ORLANDI, 2009, p. 53).

Na resposta da questão 6, esse entrevistado também deixa clara sua contradição ao responder que incentiva seus alunos a tomarem medidas que julga saudáveis. Mas ele permite nos atermos ao que não diz em sua resposta, fazendo-nos a se basear na noção de dito e não dito. De acordo com Orlandi (2009, p. 82), “o não-dito é subsidiário ao dito. De alguma forma, o complementa, acrescenta-se”. Em outras palavras da mesma autora, “o posto (dito) traz consigo necessariamente esse pressuposto (não dito, mas presente)” (ORLANDI, 2009, p. 82). Portanto, o que ele diz em sua resposta, que incentiva os alunos a não usarem drogas, álcool, se alimentarem melhor, pode vir a ser que ele queria dizer que ele mesmo se dispõe a tentar levar esse estilo de vida, quem sabe porque no passado ele não tomava esses cuidados e isso o sirva de bagagem para poder alertar os mais jovens. O que devemos

ter cuidado na interpretação desse não dito é que “na análise de discurso, há noções que encampam o não-dizer: a noção de interdiscurso, a de ideologia, a de formação discursiva. Consideramos que há sempre no dizer um não-dizer necessário”. No caso do entrevistado 2, sabemos que inconscientemente (ou não), seu discurso é interpelado pela ideologia de sua profissão, então fica mais fácil pressupor o que ele não diz, analisando o que diz, trazendo em seu discurso o imaginário ideológico da profissão.

Os entrevistados 3 e 4 demonstram em suas respostas à questão 4 que não estão totalmente atrelados na ideologia da Educação Física, afirmando que boa alimentação significa comer aquilo que gosta, não aquilo que acredita que fará bem. Apesar disso, eles também apresentam, enquanto corpos em análise, a contradição, a noção de real, um deles, admitindo que seus hábitos não são bons, e o outro, que são razoáveis.

Nas respostas da questão 6, eles reforçam ainda mais a noção de imaginário e real, mostrando que seus discursos, ainda que suavemente, nos dão pistas de um entrelaçamento à ideologia que rege a profissão, mas que na prática deixam todos na dúvida, utilizando-se das palavras do próprio entrevistado 3: “Positivos – paciência conhecimento aplicado a pratica com exemplo do dia a dia. Negativo – infelizmente a alimentação e (minha) meu peso e coloco todos em dúvida”. Por isso é importante pensar em Pêcheux e Fuchs (1997) apud Rubin (2015, p. 35), que, em defesa dos entrevistados, afirma que “os indivíduos são interpelados em sujeitos do seu discurso, pelas formações discursivas que representam na linguagem as formações ideológicas que lhes são correspondentes”. Quer dizer que eles têm consciência de que a profissão demanda hábitos de vida saudáveis, isto está em seu imaginário, nas suas formações ideológicas enquanto professores de Educação Física, mas, a realidade é que seus corpos, seus hábitos representam o real, a falta, a contradição (ORLANDI, 2009, p. 74).

Assim como o primeiro, O entrevistado 5 não deixa dúvidas quanto à sua posição ideológica enquanto corpo em sua resposta da questão 4, procurando abeirar-se daquilo que seria ideal, o imaginário acerca do discurso de alimentação saudável. Surpreendentemente ele afirma possuir hábitos alimentares equilibrados apesar de admitir que foge a essa regra nos finais de semana. As noções de imaginário e real se também fazem presentes no discurso do entrevistado 5, embora de maneira

diferente dos demais. Aqui ele, ao mesmo tempo que afirma ter hábitos saudáveis e equilibrados, também se contradiz ao admitir que precisa “maneirar nas guloseimas e fast-food”. Isso nos dá indícios de que, preocupado com a ideologia da profissão e com o discurso de saúde que procura transmitir, possivelmente também atentando ao seu próprio bem-estar, ele se alimenta de maneira equilibrada. Isso se aproxima do imaginário, da conduta ideal do professor de Educação Física que quer se exemplo. Mas, se significando como ser humano, que também possui vontades, desejos, ignorando a ideologia de sua profissão, se defronta com a realidade, se contradiz, admitindo exagerar no consumo de alimentos pouco nutritivos nos finais de semana. Rehm explica essa conduta do entrevistado 5 observando que:

> O sujeito discursivo é afetado simultaneamente pela ordem da Psicanálise, onde temos o furo do inconsciente; da Ideologia, o furo da contradição; e da Linguagem, o furo do equívoco. Efeito de linguagem, assujeitado ideologicamente e interpelado inconscientemente. Esse é o sujeito discursivo, marcado pela falta constitutiva (2015, p. 120).

O sujeito desta pesquisa, no caso o entrevistado 5, para a AD: determinado pela ideologia e pelo inconsciente (REHM, 2015, p. 122), responde à questão 6 apontando os pontos positivos de suas práticas saudáveis enquanto corpo discursivo. Mas o que chamou mais atenção para fins de nossa análise foi seu relato quanto aos pontos negativos. A posição contrária à ditadura da beleza que se refere, nos leva a entender que sua aparência física não segue os padrões criticados por ele. Quando o entrevistado, ao longo da resposta fala: “querem que sintamos culpados quando ficamos mais gorda” reforça esse pressuposto de que seu corpo, assim como o do entrevistado 3, “confunde” as pessoas. Através do que foi dito, podemos verificar a intenção dos sujeitos em dizer outra coisa, ou seja, que os discursos dos seus corpos representam o que a AD chama de real, que se contradiz ao imaginário, à ideologia de vida saudável que os interpela. É o não-dito que aqui significa dessa forma (ORLANDI, 2009, p. 82).

CONCLUSÃO

Podemos considerar que ser professor no Brasil hoje não é das mais fáceis profissões. Principalmente quando se trata de escola pública. A pouca valorização,

rotina desgastante, cada vez menos respeito por parte dos alunos, podem incidir, muitas vezes, numa vida com pouca qualidade. Até com o professor de Educação Física? Infelizmente, sim. Aquele que é tão amado pela maioria dos alunos, que deve ser exemplo de saúde, irradiar energia, bem-estar; sofre da mesma maneira com a situação caótica da sociedade capitalista do século XXI.

Isso move muitos pesquisadores a voltarem seus olhares para o nível de qualidade de vida, saúde e bem-estar desses profissionais. O que inicialmente seria a proposta desta pesquisa, porém, queríamos que o desafio fosse maior, que o trabalho fosse inovador na área. Nosso objetivo central que era compreender o discurso de saúde e as relações estabelecidas entre esse discurso às atividades físicas e à prática do professor consigo mesmo, então voltamo-nos para a AD, pois, sendo a Educação Física da área da saúde em prevenção, mas também fazendo parte da área das linguagens, possui muito campo de pesquisa para a teoria de Michel Pêcheux.

Pudemos aprender algumas noções dessa teoria que nos levaram a algumas conclusões em relação à profissão e ao profissional da Educação Física, dentre elas, a de ideologia, de imaginário, que nesta área se trata da questão do bem-estar, da saúde em virtude da atividade física, do estado de wellness, mas que também, nos deixaram algumas dúvidas, quando nos deparamos com a noção de real, a contradição do imaginário, o discurso desses sujeitos, foi analisado através destas e de outras noções e contraposto ao discurso do seu corpo, que exterioriza suas ações, isso deixou claro que entre o dizer e o fazer dos professores existem diferenças. Isso nos leva a concluir que resolvemos o problema da presente pesquisa, pois o discurso e a relação com a prática dos professores consigo mesmos foram analisados compreendidos à luz da AD e mostraram a realidade dessa população pesquisada. Entendemos que o real da língua e da história se fundem com o imaginário social da profissão de professor de Educação Física, cujo corpo e hábitos são considerados importantes para o exercício da docência.

Apesar de ser um estudo com população reduzida, já podemos ter ideia do quanto são contraditórios os discursos e podemos estimar que isso acontece com um número enorme de professores, o que abre margem para questões dignas de serem alvo de pesquisas posteriores.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, Maria Cristina Leandro. **O corpo como materialidade discursiva.** Vitória da Conquista: Redisco, 2013.

NAHAS, Markus Vinícius. **Atividade física, saúde e qualidade de vida:** conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina: Midiograf, 2006.

NAHAS, Markus Vinícius, Mauro V. G. de Barros, Vanessa Francalacci. O pentáculo do bem-estar: base conceitual para avaliação do estilo de vida de indivíduos ou grupos. **Revista Brasileira Atividade Física e Saúde**, 2000. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/RBAFS/article/view/1002> Acesso em: 26 abr. 2018.

NIEMAN, David C. **Exercício e saúde.** São Paulo: Manole, 1999.

OLIVEIRA, Ricardo Jacó de. **Saúde e atividade física:** algumas abordagens sobre atividade física relacionada à saúde. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

ORLANDI, Eni Puccinelli. **Análise de discurso:** princípios & procedimentos. Campinas: Pontes, 2009.

ORLANDI, Eni Puccinelli. **Sujeito, sentido e ideologia.** Campinas: Pontes, 2012.

PÊCHEUX, Michel. **Semântica e discurso:** uma crítica à afirmação do óbvio (1975, 1988, 1995). Campinas: UNICAMP, 2009.

REHM, Alyne. **Corpos possíveis:** corpo, dança e análise do discurso. Porto Alegre: UFRGS, 2015. Dissertação (Mestrado) – Instituto de Letras, Programa de Pós-Graduação em Letras

RUBIN, Carolina Bithencourt. **O discurso e o efeito do corpo in suspenso:** a constante (re) construção do corpo das madrinhas e rainhas de bateria. Palhoça: Universidade do Sul de Santa Catarina, 2015. Tese (Doutorado) – Pós-Graduação em Ciências da Linguagem.

SABA, Fábio. **Mexa-se:** atividade física, saúde e bem-estar. São Paulo: Phorte, 2011.

SHARKEY, Brian J. **Condicionamento físico e saúde.** Trad. Márcia Dornelles, Ricardo Demétrio de Souza Petersen. Porto Alegre: Artmed, 2006.

ZILIO, Katia Cristina Schuhmann. **O processo de busca/pesquisa na internet:** gestos de leitura e condições de produção da autoria na escola. Palhoça: Universidade do Sul de Santa Catarina, 2016. Tese (Doutorado) – Pós-Graduação em Ciências da Linguagem.

APLICABILIDADE DO ENSINO DE LUTAS NO ENSINO FUNDAMENTAL DE ESCOLAS PÚBLICAS DE CURITIBANOS - SC

Bruno Alves da Silva[3]
Clara Angela Carlini Ogliari[4]

RESUMO

Durante o Ensino Fundamental é necessário proporcionar estímulos motores à criança, o que facilmente pode ocorrer quando o professor de educação física aplicar o ensino de lutas em suas aulas. As lutas são manifestações inseridas na esfera da cultura corporal, fazendo parte do modo de ser das pessoas e da sociedade de diferentes formas ao longo da história. Os Parâmetros Curriculares Nacionais e a Base Nacional Comum Curricular contribuem de forma norteadora na elaboração das aulas de Educação Física para cada ano escolar. Tratou – se de uma pesquisa qualitativa – descritiva. O objetivo geral da pesquisa foi verificar quais Escolas da Rede Pública aplicam o Ensino de Lutas nas aulas de Educação Física Escolar no Ensino Fundamental na cidade de Curitibanos – Santa Catarina. O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário contendo 3 questões fechadas e 2 questões de múltipla escolha aplicado para 14 professores. Os resultados obtidos foram: a maioria dos professores não aplicam o ensino de lutas em suas aulas de educação física, mas consideram ser um conteúdo importante; relataram a falta de capacitação, de materiais, e associação a agressividade como as maiores dificuldades enfrentadas para aplicar o ensino de lutas nas suas aulas; demostraram ter conhecimento dos objetivos que envolve tal conteúdo; por fim, a grande maioria relatou conhecer em partes o conteúdo de lutas que é proposto pela Base Nacional Curricular Comum. Concluiu-se que é importante tratar a temática das lutas como um conteúdo a ser ensinado nas aulas de Educação Física Escolar, pois trata-se de uma das práticas que compõem o universo da cultura corporal.

Palavras-Chave: Educação Física Escolar. Parâmetros Curriculares Nacionais. Base Nacional Comum Curricular. Lutas.

ABSTRACT

During Elementary School it is necessary to give several motor stimuli to the child, bringing content that is often left aside by most Physical Education teachers, this being the struggles. The struggles are inserted manifestations of the sphere of the corporal culture, being part of the way of being of the people and the society of different forms throughout the history. The National Curricular Parameters and the National Curricular Common Base contribute in a guiding way in the elaboration of the Physical Education classes for each school year. It was a qualitative - descriptive research. The general

[3]Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: bruno.silva.92@outlook.com

[4]Profª do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: c-carlini@hotmail.com

objective of the research was to verify which Schools of the Public Network apply the Teaching of Struggles in the classes of Physical School Education in Elementary School in the city of Curitibanos - Santa Catarina. The instrument used for data collection was a questionnaire containing 3 closed questions and 2 multiple choice questions applied with 14 teachers. As a result it was obtained that most teachers do not apply the teaching of struggles and consider this content important, demonstrated knowledge of the objectives, and lastly, the vast majority reported having knowledge in parts of the National Curricular Common Base. It was concluded that it is important to treat the theme of the struggles as a content to be taught in the classes of Physical School Education, because it is one of the practices that make up the universe of body culture.

Keywords: School Physical Education. National Curricular Parameters. National Common Curricular Base. Fights.

INTRODUÇÃO

A aplicabilidade do conteúdo de lutas no ensino fundamental se faz necessário por estar relacionado a cultura corporal. Através de práticas vivenciadas nas aulas de educação física no que se refere ao conteúdo de lutas, os alunos irão desenvolver habilidades motoras, o respeito às regras, a disciplina, a compaixão, o controle emocional e da agressividade.

A prática do ensino de lutas é um importante conteúdo a ser ensinado nas aulas de educação física na escola, pois compõem o universo da cultura corporal. Muitas vezes o que acontece é que a prática das lutas nas aulas de educação física não é aplicada pelo fato de o professor não entender o ensino de lutas como um fenômeno plural e abrangente. Sendo assim, faz-se o seguinte questionamento: existe a aplicabilidade do ensino das lutas nas aulas de educação física nas escolas públicas de Curitibanos – Santa Catarina?

As Lutas como conteúdo em práticas escolares são muito pouco utilizadas ou por vezes esquecidas por grande parte dos profissionais da Educação Física. Isso talvez se dê pelo fato de que muitos profissionais não têm formação específica e por conta disso, se sentem inseguros para trabalhar com este tema. As possibilidades pedagógicas de se trabalhar com o ensino de Lutas são estabelecidas de acordo com objetivos e conteúdos determinados pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) e a Base Nacional Curricular Comum (BNCC).

O ensino das lutas na escola de forma lúdica traz vários benefícios para a criança, pois através de jogos e brincadeiras o professor estará abordando aspectos importantes na formação do aluno como a educação, disciplina, respeito e autocontrole. O objetivo geral da pesquisa foi: verificar quais Escolas da Rede Pública aplicam o Ensino de Lutas nas aulas de Educação Física Escolar no Ensino Fundamental na cidade de Curitibanos – Santa Catarina. Já, os objetivos específicos foram: Identificar o número de professores que aplicam o ensino de lutas nas aulas de Educação Física no ensino fundamental; Conhecer a opinião dos professores quanto a importância do conteúdo de lutas; Relatar as dificuldades elencadas para a não aplicabilidade do ensino de Lutas; Apontar o número de professores que conhecem os conteúdos e objetivos de Lutas no ensino fundamental proposto pela Base Nacional Curricular comum.

ESCOLA/PARÂMETROS CURRICULARES NACIONAIS/ BASE NACIONAL COMUM CURRICULAR

O papel da Escola na sociedade deve-se ao fato de ser a maior agência educadora depois da família, tem ainda a capacidade para influenciar os alunos na aquisição de hábitos e atitudes que contribuam para um harmonioso desenvolvimento pessoal e social. Neste sentido, tem ainda o compromisso com a solidariedade, a cooperação, a tolerância, a inclusão e o respeito pelo outro (CONFEF, 2014).

O ensino da Educação Física Escolar (EFE) especificamente, é dado através da Proposta Curricular (PC/SC) na qual é seguido de acordo com o conteúdo que está sendo proposto para cada faixa etária. As leis vão sendo alteradas conforme muda a sociedade. A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) 9.394/96 redefiniu o ensino brasileiro agrupando-o em:

> Educação Básica (Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio), o primeiro voltado para a faixa etária de zero a cinco anos, o segundo de 6 a 14 anos e o último de 14 a 17 aproximadamente [...] a correspondência entre a faixa etária e os anos de escolaridade não é linear, e encontramos sempre alunos de diferentes idades nas diversas seriações estabelecidas. Há a possibilidade de várias formas de agrupamento, e cada Estado da União estabelece a sua (série, ciclos, períodos, grupos) BRASIL (1996) *apud* RANGEL (2010, p.5).

Cabe ao Estado da União agrupar seus alunos conforme faixa etária e anos de escolaridade em ano, ciclos, períodos, grupos. Desta forma visa estabelecer a construção de componentes curriculares que atendam às necessidades dos alunos. A Lei de nº 11.274, de 6 de fevereiro de 2006 descrita pelo Portal do Ministério de Educação e Cultura (MEC) - amplia o Ensino Fundamental para nove anos de duração, com a matrícula de crianças de seis anos de idade e estabeleceu prazo de implantação até 2010.

> O Ensino Fundamental caracteriza-se por crianças entre 6 e 14 anos. Em várias regiões do país esse período de idade não se aplica rigorosamente, pois a variância de idades de alunos nesta fase do ensino é grande e decorrente de vários fatores sociais [...] (GALLARDO, 2005, p. 65).

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), como documento norteador do ensino da Educação Física Escolar (EFE) procura através de sua proposta:

> Democratizar, humanizar, e diversificar a prática pedagógica da área, buscando ampliar, de uma visão apenas biológica, para um trabalho que incorpore as dimensões afetivas, cognitivas e socioculturais dos alunos. Incorpora, de forma organizada, as principais questões que o professor deve considerar no desenvolvimento de seu trabalho, subsidiando as discussões, os planejamentos, e as avaliações da prática de Educação Física na escola (BRASIL, 1997 p.15).

As ações pedagógicas utilizadas especificamente nas aulas de Educação Física (EF) devem ter como foco o crescimento do aluno numa visão geral. Que o movimento, ofereça ao indivíduo além da melhora biológica, a oportunidade de se relacionar com outras pessoas podendo expressar-se através de gestos e estabelecer relações sociais. Além disso, escola busca selecionar os conteúdos adequados às vivências em que os alunos serão expostos. Potencializando as capacidades que os mesmos trazem como bagagem do seu universo cultural.

> As estratégias utilizadas para alcançar os objetivos propostos da Educação Física Escolar (EFE), devem reforçar a busca permanente do conhecimento por meio da qualificação e aperfeiçoamento profissional, bem como, da participação efetiva da família. Já, os conteúdos devem ser abordados por meio de práticas corporais com atividades sistemáticas constantes. Organizados em conformidade com as fases, séries, anos, ou ciclos de ensino, com base nas necessidades motoras, desenvolvidas e aplicadas em progressão e grau de complexidade (CONFEF, 2014 p.19).

A busca constante por aperfeiçoamento profissional e o envolvimento da família deve ser usado como estratégia para alcançar os objetivos propostos. Quanto aos conteúdos, devem ser trabalhados respeitando as fases, ciclos e ou anos de ensino de forma progressiva e respeitando os graus de complexidade das atividades propostas.

Segundo os PCNs (1998) *apud* Confef (2014, p. 25) o componente curricular, Educação Física abrange os seguintes conteúdos de forma progressiva e por níveis de complexidade: "jogos, brincadeiras, atividades esportivas, atividades rítmicas e expressivas, ginásticas, danças, lutas e conhecimentos sobre o próprio corpo". Os PCN's vêm sendo utilizados como uma ferramenta norteadora no que diz respeito aos componentes curriculares da escola. Em se tratando de documentos norteadores para que a escola cumpra seu papel na sociedade, é necessário descrever as propostas do novo documento chamado de Base Nacional Curricular Comum (BNCC).

A Base Nacional Curricular Comum (BNCC) prevista na constituição de 1988, na Lei de Diretrizes e Base de 1996 e no Plano Nacional de Educação de 2014 foi preparada por especialistas de cada área de atuação do conhecimento, com valiosa participação crítica e propositiva de profissionais de ensino e da sociedade civil. No documento é descrita como:

> Um documento plural, contemporâneo e estabelece com clareza o conjunto de aprendizagens essenciais e indispensáveis a que todos os estudantes, crianças, jovens e adultos, têm direito. Com ela, redes de ensino e instituições escolares públicas e particulares passam a ter uma referência nacional obrigatória para a elaboração ou adequação de seus currículos e propostas pedagógicas (BNCC 2017, p.5).

Em abril de 2017, considerando as versões anteriores do documento, o Ministério da Educação (MEC) concluiu a sistematização e encaminhou a terceira e última versão ao Conselho Nacional de Educação (CNE). Trata-se, portanto, da implantação de uma política educacional articulada e integrada. Para isso, o MEC será parceiro permanente dos Estados, do Distrito Federal e dos municípios, trabalhando em conjunto para garantir que as mudanças cheguem às salas de aula.

Segundo a BNCC (2017), "cabe as escolas incorporar aos currículos e às propostas pedagógicas a abordagem de temas contemporâneos que afetam a vida humana em escala local, regional e global [...]. Neste sentido, a área da educação física escolar poderá contribuir significativamente para que haja um bom trabalho

realizado para desenvolver a cultura corporal no âmbito escolar. Por fim, a BNCC expressa o compromisso do Estado Brasileiro com a promoção de uma educação integral voltada ao acolhimento, reconhecimento e desenvolvimento pleno de todos os estudantes, com respeito às diferenças e enfrentamento à discriminação e ao preconceito.

Em princípio, todas as práticas corporais podem ser objeto do trabalho pedagógico em qualquer etapa e modalidade de ensino. Ainda assim, alguns critérios de progressão do conhecimento devem ser atendidos, tais como os elementos específicos das diferentes práticas corporais, as características dos sujeitos e os contextos de atuação, sinalizando tendências de organização dos conhecimentos. Na BNCC, as unidades temáticas de brincadeiras e jogos, Danças e Lutas estão organizadas em objetos de conhecimento conforme a ocorrência social dessas práticas corporais, das esferas sociais mais familiares (localidade e região) às menos familiares (esferas nacional e mundial).

A BNCC apresenta a Educação Básica da seguinte forma:

> Educação Infantil: Em cada campo de experiências, são definidos objetivos de aprendizagem e desenvolvimento organizados em três grupos por faixa etária (bebês- zero a 1 ano e 6 meses, crianças bem pequenas de 1 ano e 7 meses a 3 anos e 11 meses, crianças pequenas de 4 anos a 5 anos e 11 meses. Ensino Fundamental: As competências especificas possibilitam a articulação horizontal entre as áreas, perpassando todos os componentes curriculares, e também a articulação vertical, ou seja, a progressão entre o Ensino Fundamental – Anos Iniciais (1º E 2º anos; 3º Ao 5º anos) e o Ensino Fundamental – Anos Finais (6º E 7º Anos e 8º e 9º Anos) e a continuidade das experiências dos alunos, considerando suas especificidades (BNCC, 2017).

A BNCC através do que propõe em seu documento, deixa claro que as instituições escolares, as redes de ensino e os professores serão os grandes protagonistas para que os estudantes tenham um aprendizado em um patamar comum a todos.

EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E O PAPEL DO PROFESSOR

A Educação Física Escolar (EFE) desempenha um papel de grande relevância no contexto escolar, pois é uma área de conhecimento que introduz e integra o aluno

na cultura do movimento humano. Nesse sentido Betti (2009, p. 64 *apud* Rufino e Darido, 2015, p. 23) descreve a Educação Física como:

> [...] uma disciplina que tem por finalidade propiciar aos alunos a apropriação crítica da cultura corporal de movimento, visando formar o cidadão que possa usufruir, compartilhar produzir e transformar as formas culturais do exercício da motricidade humana: jogo, esporte, ginásticas e práticas de aptidão física, dança e atividades rítmicas/expressivas, lutas/artes marciais, práticas alternativas (BETTI, 2009, p. 64 apud RUFINO; DARIDO, 2015, p.23).

A EF ao transmitir as vivências práticas de lutas, de dança, de atividades rítmicas, dos jogos e esportes, das ginásticas, mostra-se um componente curricular importante para que os alunos possam se apropriar, usufruir, produzir, transformar as formas culturais de movimentos. Além disso, a disciplina desenvolve os aspectos motores, cognitivos e socioafetivos, promovendo a saúde por meio do ensino de um estilo de vida ativo e saudável.

Segundo o Conselho Federal de Educação Física (CONFEF) os objetivos da EFE são:

> Proporcionar a aquisição de conhecimentos específicos relacionados ao movimento corporal; proporcionar o desenvolvimento de competências e habilidades motoras que proverão o indivíduo de capacidade e autonomia que lhe permita escolher ou organizar a própria atividade física; estimular hábitos favoráveis à adoção de um estilo de vida ativo e saudável; promover a formação de uma cultura esportiva e de lazer; estimular a participação efetiva da comunidade escolar, em especial a família; discutir questões relacionadas a sustentabilidade ambiental; relacionar conhecimentos sobre aspectos socioculturais, políticos e econômicos; promover a harmonia interdisciplinar com outras áreas do conhecimento; estimular autonomia e o protagonismo social; conhecer e aplicar as novas tecnologias à educação física; promover a cultura da paz e respeito às diversidades; refletir sobre valores éticos e morais (CONFEF, 2014 p.18).

As aulas de EF auxiliam os alunos a descobrir e ou aumentar as possibilidades de movimentar-se individualmente e coletivamente, colocando-as em contato com a sociedade e a sua própria cultura e de outros países. Segundo Forquin (1993) *apud* Rufino e Darido (2015, p. 28), o que acontece na realidade escolar é o pensamento de que “o professor só pode ensinar aquilo que conhece, que lhe é familiar, aquilo sobre o qual se tem domínio, mas, sobretudo, só ensinará aquilo que for verdadeiro e válido aos seus próprios olhos”. Sendo assim, o professor não necessariamente precisa ser um atleta ou ex atleta para trabalhar com determinada modalidade. O professor deve ter consciência da sua função social e importância no processo de

ensino - aprendizagem. Sendo assim vale citar as atribuições do Professor: ser pesquisador, coletar dados por meio de testagem, refletir sobre os processos de aprendizagem, selecionar e organizar previamente os materiais , utilizar metodologias que que favoreçam o aprendizado, registrar o que acontece nas aulas, avaliar os alunos nos aspectos motores, cognitivos e afetivos, apresentar resultados de suas avaliações, definir seus planos de aula, proporcionar experiências práticas e teóricas, respeitar as características individuais e tornar a EFE significativa à formação dos alunos (CONFEF (2014).

A Educação Física como componente curricular, pode contribuir para elevar os níveis de atividade física dos alunos promovendo uma melhora do estado de saúde dos mesmos.

LUTAS

Ao longo do tempo as Lutas são praticadas pelo homem num contexto histórico cultural. O enfrentamento, a disputa, a garra, a determinação, o respeito, o controle, fazem parte do comportamento que a criança irá desenvolver quando for colocada diante da experiência do ensino de lutas. Através desta prática, o aluno terá a oportunidade de articular reflexões críticas sobre o mundo em que vive.

Segundo os PCNs, as Lutas são: “ disputas em que o(s) oponente(s) deve(m) ser subjugado(s), mediante técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa " (BRASIL, 1997, p. 49). Para lutar é preciso que tenha um oponente, que sejam traçadas as estratégias para vencê-lo, que possa excluí-lo ou imobilizá-lo por uma combinação de ações de defesa e ataque. Todas estas possibilidades podem acontecer em jogos ou brincadeiras. Não necessariamente está se falando de artes marciais ou tipos de lutas, mas sim de cultura corporal.

> A cultura corporal [...] busca desenvolver uma reflexão pedagógica sobre o acervo de formas de representação do mundo que o homem tem produzido ao longo da história, exteriorizadas pela expressão corporal: jogos, danças, **lutas**, exercícios ginásticos, esportes, malabarismos, contorcionismo, mímica entre outros, que podem ser identificadas como forma de representação simbólica de realidades vividas pelo homem, historicamente criadas e culturalmente desenvolvidas (SOARES, 1992, p. 38 *apud* RUFINO; DARIDO 2015, p.22).

Ensinar lutas na escola, é mais do que ensinar os alunos a submeterem seus companheiros por meio de golpes ou movimentos de oposição, mas sim, proporcionar novas possibilidades de enfrentamento.

O conteúdo de lutas é tratado nos PCN's (BRASIL, 1998) como cultura humana e deve ser abordado nas aulas de educação Física Escolar de maneira lúdica, sendo o professor de Educação Física o profissional mais indicado, uma vez que, se ensinado por terceiros, a prioridade poderá assentar-se no aspecto técnico das lutas, fugindo assim das recomendações e da essência da EFE**.** Para que atividade seja lúdica, é necessário que a atividade seja aplicada sem regras rígidas. O ensino de Lutas, quando aplicado na forma de jogos e brincadeiras se tornará uma atividade divertida.

Segundo Confef (2014, p. 28/29) O ensino de lutas aplicado nas aulas de educação física na escola faz com que surja uma gama de oportunidades para o desenvolvimento de: "valores, potencialidades, limites e disciplina, além de manifestações socioculturais que permitem ao aluno vivenciar experiências motoras, contato corporal, elaboração de estratégias e troca de informações". Logo, ao defrontar-se com o contato corporal, medir força com o oponente, ter que criar estratégia de jogo, em forma de brincar, o aluno estará desenvolvendo habilidades que irão contribuir para a vida adulta. Nesse sentido, Breda *et al*. (2010) *apud* Rufino e Darido (2015) diz que: “ tradicionalmente, as lutas envolvem valores e modos de comportamento relacionados ao respeito, a dedicação, a confiança e a auto estima visando o desenvolvimento integral do ser humano”. Porém**,** alguns professores admitem terem dificuldade na implementação de conteúdos relacionados às manifestações das lutas durante a prática pedagógica.

Para Carreiro (2005) *apud* Rufino e Darido (2015):

> Dentre os conteúdos que podem ser apresentados na educação física escolar, as lutas encontram maior resistência por parte dos professores, com argumentos como: falta de espaço, falta de material, falta de vestimentas adequadas e a associação às questões de violência.

Já, na visão de Barros e Gabriel (2011) *apud* Rufino e Darido (2015, p.24) a maior dificuldade está na insegurança em relação a este tema, pelo fato de os professores consideraram erroneamente que é necessário ser ou ter sido um praticante de alguma modalidade para desenvolvê-la na escola.

Qualquer que seja a dificuldade apresentada pelo professor como justificativa para a não aplicação do conteúdo de lutas no EF poderá ser solucionado pela organização em tratar deste conteúdo. Neste sentido, Olivier (2000) coloca que a habilidade do professor em orientar, direcionar, controlar, organizar, conduzir a aula e ou a atividade proposta nas vivências práticas envolvendo a luta será de grande importância para o sucesso de sua aula:

> O professor que opte pelas práticas sugeridas, dando aos seus alunos a oportunidade de brincar de lutar, não deve se esquecer jamais que, para a criança, opor-se desse modo é, antes de tudo, ter prazer. Deve se ter a preocupação permanente de preservar a alegria dos pequenos em se afrontarem, a satisfação que tem em utilizar a sua energia diante do outro, contra o outro em um corpo a corpo habitualmente banido de trocas sociais (OLIVIER, 2000, p. 13).

Para que a criança se sinta à vontade em participar dos jogos de oposição, é necessário que seja oportunizado práticas corporais que incentive a vivacidade da criança, já que se trata de cultura corporal.

MATERIAIS E MÉTODOS

O caráter desta pesquisa foi qualitativa – descritiva pois os métodos utilizados para este tipo de pesquisa "utilizam de várias técnicas, como entrevistas, questionários [...] etc. e empregam procedimentos de amostragem" (LAKATOS; MARCONI, 2010, p. 169).

O universo da pesquisa foram as escolas públicas de Ensino Fundamental do município de Curitibanos-SC. A população envolvida neste estudo foram os professores da rede pública de ensino seja ela municipal e/ou estadual no ensino fundamental anos iniciais e finais. A amostra foi composta de 14 professores da rede pública de ensino do Município de Curitibanos SC.

O instrumento utilizado para coleta de dados foi um questionário para verificar a aplicabilidade do conteúdo de lutas nas escolas públicas de ensino fundamental de Curitibanos-SC. O questionário foi elaborado pelo próprio pesquisador contendo 5 questões com 3 (três) perguntas fechadas e 2 (três) de múltipla escolha. Primeiramente foi agendado a ida aos colégios. No dia 2 de julho de 2018 iniciou – se aplicação dos questionários e no dia 03 de Julho de 2018 todos os questionários foram

entregues ao pesquisador. Segundo Gil (2010 p. 103) “[...] o questionário constitui o meio mais rápido e barato de obtenção de informações, além de não exigir treinamento pessoal e garantir o anonimato”.

Os dados coletados foram de fonte primária, pois os professores das escolas públicas do ensino fundamental foram os fornecedores das informações. Sendo assim após a obtenção dos dados os resultados foram discutidos e analisados de acordo com os objetivos da pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa foi realizada nas escolas públicas de Curitibanos-SC, a entrega dos questionários para os professores de cada escola foi no dia 02 de julho de 2018. Alguns professores prontamente responderam o questionário no ato da entrega, outros por falta de disponibilidade no momento entregaram no dia seguinte. Segue a apresentação dos resultados, a discussão e a sustentação por autores consultados.

Na primeira pergunta - “**Você trabalha o conteúdo de Lutas em suas aulas de Educação Física”** foi uma pergunta fechada com as opções de sim ou não. Obteve-se como resultado nessa questão: 10 (dez) professores relataram que “não aplicam” o conteúdo de lutas nas aulas de EF, já, 4 (quatro) professores relataram que “aplicam”. Diante das respostas obtidas verificou-se que os professores que não aplicam o conteúdo de lutas no ensino fundamental de certa forma não estão atendendo o que está proposto nos documentos norteadores do ensino da Educação Física Escolar (EFE) como a Base Nacional Curricular Comum (BNCC) e os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN’s). Pois o conteúdo de lutas pode ser trabalhado desde “brincadeiras como cabo-de-guerra e braço-de-ferro até as práticas mais complexas da capoeira, do judô e do caratê (BRASIL, 1997, p. 49)”. O número de professores que disseram não trabalhar o conteúdo de lutas desconhecem que nos anos iniciais através de jogos e brincadeiras levam as crianças a se desafiarem, a controlarem seus impulsos e respeitar o oponente.

Na segunda pergunta - **“Você considera o conteúdo de lutas importante para a Educação Física Escolar”** foi uma pergunta fechada com opções de sim ou não. 11 (onze) dos professores participantes da pesquisa responderam “sim” e apenas 3 (três) responderam “não”. O fato de 11 professores terem considerado que o

conteúdo de lutas é importante na EFE demonstra que estão cientes de que se trata de um conteúdo que irá contribuir para o desenvolvimento integral dos alunos. Nesse sentido, Breda *et al.* (2010) *apud* Rufino e Darido (2015) dizem que "tradicionalmente, as lutas envolvem valores e modos de comportamento relacionados ao respeito, a dedicação, a confiança e a auto estima visando o desenvolvimento integral do ser humano". Todo o conteúdo proposto nos documentos norteadores da EFE tem seus próprios objetivos a serem alcançados. Cabe ao professor evitar negligenciar tais conteúdos.

Na terceira pergunta - **"O que você considera como uma dificuldade para implementar o conteúdo relacionado a lutas nas aulas de Educação Física"** tratou-se de uma questão de múltipla escolha contando com seis alternativas onde: Na primeira alternativa - A falta de interesse por parte dos alunos pelo conteúdo 4 (quatro) responderam; Na segunda alternativa - A falta de conhecimento e/ou capacitação 8 (oito) responderam; Na terceira alternativa - A falta de materiais para a prática 6 (seis) responderam; Na quarta alternativa - A falta de espaço 4 (quatro) responderam; Na quinta alternativa - A falta de vestimenta adequada 5 (cinco) responderam; Na sexta alternativa - A associação a agressividade/violência 6 (seis) responderam. A falta de capacitação, a falta de materiais e a associação a agressividade foram as dificuldades apresentadas em maior número de respostas pelos professores pesquisados. Segundo Carreiro (2005, apud Rufino; Darido 2015): dentre os conteúdos que podem ser apresentados na educação física escolar, as lutas encontram maior resistência por parte dos professores, com argumentos como: falta de espaço, falta de material, falta de vestimentas adequadas e a associação às questões de violência". Quanto a capacitação na visão de Barros e Gabriel (2011) *apud* Rufino e Darido (2015, p.24): [...] "a maior dificuldade está na insegurança em relação a este tema, pelo fato de os professores consideraram erroneamente que é necessário ser ou ter sido um praticante de alguma modalidade para desenvolvê-la na escola". Diante de tais citações é incabível que os professores deixem de trabalhar o conteúdo de lutas apresentando tais dificuldades.

Na quarta pergunta " **Quais objetivos abaixo podem ser alcançados através do ensino de Lutas no Ensino Fundamental"** questão de múltipla escolha contendo dez alternativas na qual as respostas dos professores entrevistados foi: Na 1ª (primeira) alternativa - Proporcionar a aquisição de conhecimentos específicos

relacionados ao movimento corporal 9 (nove) responderam; Na 2ª (segunda) alternativa - Proporcionar o desenvolvimento de competências e habilidades motoras que proverão o indivíduo de capacidade e autonomia que lhe permita escolher ou organizar a própria atividade física 7 (sete) responderam; Na 3ª (terceira) alternativa - Estimular hábitos favoráveis à adoção de um estilo de vida ativo e saudável 12 (doze) responderam; Na 4ª (quarta) alternativa - Promover a formação de uma cultura esportiva e de lazer 11 (onze) responderam; Na 5ª (quinta) alternativa - Estimular a participação efetiva da comunidade escolar, em especial a família 3 (três) responderam; Na 6ª (sexta) alternativa - Discutir questões relacionadas a sustentabilidade ambiental 0 (nenhum) professor respondeu; Na 7ª (sétima) alternativa - Relacionar conhecimentos sobre aspectos socioculturais, políticos e econômicos 2 (dois) responderam; Na 8ª (oitava) alternativa- Promover a harmonia interdisciplinar com outras áreas do conhecimento 4 (quatro) responderam; Na 9ª (nona)alternativa - Estimular autonomia e o protagonismo social, conhecer e aplicar as novas tecnologias à educação física 0 (nenhum) responderam; Na 10ª (décima) alternativa - Refletir sobre valores éticos e morais 11 (onze) responderam. As alternativas 1ª, 2ª, 3ª ,4ª ,5 ª,7ª, 8ª e 10ª correspondem aos objetivos que o ensino de Lutas pode proporcionar aos alunos quando aplicada nas aulas de EFE. Segundo Confef (2014) O ensino de lutas aplicado nas aulas de EFE faz com que surja uma gama de oportunidades para o desenvolvimento de valores, potencialidades, limites e disciplina, além de manifestações socioculturais que permitem ao aluno vivenciar experiências motoras, contato corporal, elaboração de estratégias e troca de informações. Neste sentido, Rufino e Darido (2015) dizem que: “ tradicionalmente, as lutas envolvem valores e modos de comportamento relacionados ao respeito, a dedicação, a confiança e a auto estima visando o desenvolvimento integral do ser humano ”. Fica desta forma, evidente a importância de tratar a temática das lutas como um importante conteúdo a ser ensinado nas aulas de EFE, pois trata-se de uma das práticas que compõem o universo da cultura corporal. Quanto as alternativas 6ª e 9ª, na qual nenhum professor assinalou como sendo um objetivo do ensino de Lutas na EFE, considera-se dentro do esperado. Pois, não correspondem aos objetivos propostos para o Ensino Fundamental em se tratando especificamente do conteúdo de Lutas.

Na quinta pergunta "**Você tem conhecimento do conteúdo e objetivos de Lutas no Ensino Fundamental propostos pela da Base Nacional Curricular Comum Curricular"** sendo uma pergunta fechada na qual apenas 4 (quatro) professores assinalaram "sim"; 2 (dois) professores assinalaram "não" e 8 (oito) professores assinalaram "em partes" totalizando os 14 (quatorze) professores que participaram da pesquisa. Através desta questão, pode-se verificar que o número de professores participantes que relatou conhecer os conteúdos e objetivos relacionados a Lutas no EF proposto pela Base BNCC é baixo. A BNCC foi preparada por especialistas de cada área de atuação do conhecimento, com valiosa participação crítica e propositiva de profissionais de ensino e da sociedade civil. De acordo com a Base Nacional Curricular Comum (2017) cabe as escolas incorporar aos currículos e às propostas pedagógicas a abordagem de temas contemporâneos que afetam a vida humana em escala local, regional e global. Neste sentido, a área da educação física escolar poderá contribuir significativamente para que haja um bom trabalho realizado para desenvolver a cultura corporal no âmbito escolar.

CONCLUSÃO

Esta pesquisa nasceu da inquietação do pesquisador em verificar quais Escolas da Rede Pública aplicam o Ensino de Lutas nas aulas de Educação Física Escolar no Ensino Fundamental no município de Curitibanos – Santa Catarina. Após realizada um aprofundamento na bibliografia relacionada ao tema, buscou-se atender aos objetivos propostos por esta.

Verificou-se que 10 (dez) dos 14 (quatorze) professores "não aplicam" o conteúdo de Lutas no Ensino Fundamental (EF). Número significativamente alto de professores que não aplicam tal conteúdo sendo que jamais deveria ser negligenciado nas vivências práticas diante dos benefícios que proporciona para o desenvolvimento integral dos alunos.

11 (onze) professores relatam que consideram "importante o conteúdo de Lutas"**,** porém, não aplicam em suas aulas como mostrou o resultado da primeira pergunta. A não aplicabilidade do ensino de Lutas pelos professores pesquisados, revelou-se através da terceira pergunta do questionário (instrumento utilizado na

pesquisa) que relataram as dificuldades enfrentadas quando se trata de aplicar o conteúdo de Lutas.

As dificuldades apontadas para a não implementação desse conteúdo pelos professores foram: “A falta de capacitação”, “a falta de materiais” e “a associação a agressividade”. Trata-se de um componente curricular que busca propiciar as novas gerações os conhecimentos necessários para compreender e se envolver criticamente com a cultura corporal na sociedade contemporânea.

Os professores demostraram conhecimento quanto aos "objetivos" que o conteúdo de lutas pode proporcionar quando aplicado nas aulas de Educação Física no fundamental. Por outro lado, apenas 8 (oito) dos 14 professores respondentes relatam que tem conhecimento em partes da Base Nacional Curricular Comum. Concluiu – se que o conteúdo é relevante, porém pouco aplicado, ou até mesmo, negligenciado na rede pública de Curitibanos – Santa Catarina.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular. Proposta preliminar.** Terceira versão revista. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/documentos/bncc-2versao.revista.pdf>. Acesso em: 16 maio 2018.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais**: Educação Física. Brasília: Secretaria de Educação Fundamental, MEC/SEF, 1997/1998.

CONFEF (Conselho Federal de Educação Física). **Recomendações para a educação física escolar**, 2014.

GALLARDO, J. S. **Educação física escolar do berçário ao ensino médio**. Rio de janeiro: Lucerna. 2005.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 2010.

LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A. **Fundamentos de metodologia cientifica**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

OLIVIER, J.-C. **Das brigas aos jogos com regras**: enfrentando a indisciplina na escola. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.

RANGEL, I.C.A. **Educação física na infância.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. **O ensino das lutas na escola**: possibilidades para a educação física**.** Porto Alegre: Penso, 2015.

VISÃO DOS PROFESSORES DE SALA SOBRE AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO 1º AO 5º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

Camila Delfes Ramos[5]
Ernesto Franzoi[6]

RESUMO

Este artigo baseou-se em um estudo que tem como objetivo conhecer a opinião dos professores de sala sobre a atual metodologia utilizada nas aulas de Educação Física. A disciplina de Educação Física proporciona espaço de desenvolvimento de habilidades como a concentração, manuseio, motricidade, entre outros que auxiliam no aprendizado de outras disciplinas, entretanto as pesquisas desenvolvidas nos mostram que na maioria das vezes professores do Ensino Fundamental de 1º a 5º ano não trabalham em consonância com os professores de Educação Física e que ambos desconhecem o trabalho dos outros, ou seja, mesmo que o objetivo seja o mesmo, alcançar o desenvolvimento do aluno em sua plenitude, continuam trabalhando de forma independente, enquanto o ideal seria trabalhar juntos numa mesma proposta, conseguindo assim um resultado mais eficiente, dessa forma o tema de estudo proposto neste artigo foi à visão dos professores de sala de Ensino Fundamental I têm em relação à abordagem dos professores de Educação Física e respectivos conteúdos. Trata-se de uma pesquisa aplicada com abordagem qualitativa e quantitativa onde dez professores de 1º ao 5º ano de duas escolas municipais de Curitibanos responderam um questionário com quatro questões estruturadas abertas. Com o resultado dos questionários analisados, percebeu-se que há práticas sem objetivos, sem reflexões para os alunos, dessa forma, sugere-se para que mudemos essa situação associando teoria e prática, bem como reavaliar as práticas pedagógicas do professor e que seja efetivada a ação pedagógica voltada para a Educação Física.

Palavras-Chave: Planejamento. Ensino. Educação Física Escolar. Professores.

ABSTRACT

This article was based on a study that aims to know the opinion of classroom teachers about the current methodology used in Physical Education classes. The discipline of Physical Education provides space for the development of abilities such as concentration, handling, motor skills, among others that help in learning other disciplines, however the researches developed show that most of the time elementary teachers from 1st to 5th year do not work in harmony with Physical Education teachers and that both are unaware of the work of others, that is, even if the goal is the same, achieve the development of the student in its fullness, continue to work independently, while the ideal would be to work together in a same proposal, thus achieving a more

[5]Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: camila-k.k@hotmail.com
[6]Prof. Me do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: ernesto.unc@gmail.com

efficient result, so the topic of study proposed in this article was the view of primary school teachers I have regarding the approach of Physical Education teachers and their contents. This is an applied research with a qualitative and quantitative approach where ten teachers from 1st to 5th year of two municipal schools in Curitibanos answered a questionnaire with four structured questions open. With the result of the questionnaires analyzed, it was noticed that there are practices without objectives, without reflections for the students, in this way, it is suggested that we change this situation associating theory and practice, as well as reassessing the pedagogical practices of the teacher and that it is carried out the pedagogical action focused on Physical Education.

Keywords: Planning. Teaching. Physical School Education. Teachers.

INTRODUÇÃO

A Educação Física é uma disciplina muito importante do currículo escolar, pois utiliza a cultura corporal como uma ferramenta para habilitar os alunos com relação aos seus aspectos biológicos, cognitivos e psicossociais, assumindo um papel fundamental na estruturação de um ambiente adequado, resultando na melhoria do desenvolvimento pessoal integral.

O professor de Educação Física deve conduzir o aluno para que ele compreenda o seu sentir e se relacionar com a cultura corporal do movimento, assim como o professor de sala, deve interagir com o de Educação Física para relatar quais as dificuldades de seus alunos para que os mesmos possam conjuntamente planejar estratégias para alcançar seus objetivos.

As questões educacionais nas últimas décadas trazem evidentes preocupações no que se refere à função do professor na promoção do desenvolvimento de habilidades corporais. A relação entre a percepção e a expressão do aluno ainda representa um conhecimento subjetivo. Nesse sentido, a prática de Educação Física proporciona novas experiências e desafios que buscam inserir os alunos de ensino fundamental no meio sociocultural da escola, da cultura e do mundo.

A disciplina de Educação Física proporciona espaço de desenvolvimento de habilidades como a concentração, manuseio, motricidade, entre outros que auxiliam no aprendizado de outras disciplinas.

Diante do exposto e perante a dificuldade de se estabelecer parâmetros e padrões para o ensino regular de Educação Física, e da necessidade de se ter professores capacitados para o ensino dessa disciplina curricular, este trabalho se

justifica, a partir da possibilidade de se aumentar o diálogo e experiências entre profissionais (professores regentes de sala de aula e professores de Educação Física) objetivando conhecer a opinião dos professores de sala sobre a atual pedagogia utilizada nas aulas de Educação Física. Pois a metodologia atual encontrada em muitas unidades escolares de Ensino Fundamental de 1º a 5º ano, muitas vezes reflete que professores de Educação Física desconhecem o que está sendo trabalhado pelo professor de sala, ou vice-versa, mesmo que tenham o mesmo objetivo, que é o desenvolvimento do aluno na sua totalidade, mas trabalham de forma independente, enquanto o ideal seria trabalhar em conjunto numa mesma proposta, conseguindo assim um resultado mais eficiente.

A Educação Física é parte integrante do currículo obrigatório de grande importância, mas encontra-se desvalorizada. A partir do questionário aplicado observa-se aqui a relação existente (se é que há) entre professor regente de classe e professores de Educação Física, como acontece o planejamento das aulas, pois baseados na BNCC (Base Nacional Curricular Comum), cada professor deve realizar seu projeto pedagógico e planejamento das aulas, mas trabalhar de modo interdisciplinar, onde uma disciplina corrobore com as outras.

A Educação Física escolar é importante para a formação do educando, seja a formação física ou social, pois praticar Educação Física é mais do que praticar esportes. A Educação Física é caracterizada pela educação corporal na íntegra, não devendo se apegar aos conceitos de que, Educação Física é somente a prática que cultua o corpo e a boa saúde e as demais disciplinas é que devem afiliar-se ao intelecto.

Ao iniciar o ano letivo, é salutar deixar claro aos alunos e professores regentes de classe os objetivos do ensino de Educação Física escolar, mostrar-lhes a serventia dessa disciplina, apresentando dessa forma, a importância de se participar das aulas, não considerando somente as notas, mas, encadeando o propósito de uma aula e de seus conceitos, os quais estão ali por algum motivo, pois cada conteúdo curricular tem grande preponderância na formação pessoal de cada sujeito.

A EDUCAÇÃO FÍSICA BRASILEIRA

Os objetivos da Educação Física foram alterados ao longo dos anos de acordo com as diretrizes de diferentes épocas e todas essas mudanças ainda hoje influenciam na formação do professor, bem como em suas práticas pedagógicas.

Segundo Almeida (2014, p. 6):

> A Educação Física, desde sua inclusão nas instituições de ensino, com Rui Barbosa, veio se desenvolvendo a partir das mudanças socioculturais e políticas que ocorria no Brasil, sofrendo inclusive influências europeias na sua composição (nos modelos ginásticos, por exemplo).

A Educação Física está presente desde o período do Brasil Império, mas durante todos esses anos ela foi negligenciada, assim sendo, afastada do contexto escolar, de modo a ser desenvolvida principalmente pelos militares sendo entendida como treinamento militar ou exercício ginástico.

Com o passar dos anos de 1876, 1880 e 1882, foram criadas reformas que auxiliaram a firmar a Educação Física como obrigatória e aplicada nas escolas sendo assim justificada como mente sã em corpo são.

No início do século XIX (Lacerda, 2011), o grande problema da população era a questão higienista, principalmente nas grandes cidades, era necessário melhorar as condições de vida da sociedade, os hábitos de alimentação, e cuidados com o corpo. Sendo a grande preocupação nesta época, a higiene das crianças para o padrão saudável, sendo responsabilidade da família, da escola e do Estado garanti-las, de modo que a Educação Física Higienista salienta a saúde em primeiro lugar.

Segundo Ghiraldelli (2003, p. 17):

> Cabe à Educação Física um papel fundamental na formação de homens e mulheres sadios, fortes, dispostos à ação. Mais do que isso, a Educação Física Higienista não se responsabiliza somente pela saúde individual das pessoas. Em verdade, ela age como protagonista num projeto de “assepsia social”.

O cuidado com o corpo chega às escolas, através dos ensinamentos de higiene pessoal, do cuidado diário e também pelas práticas corporais que tinha como objetivo o corpo saudável, e harmonioso.

Segundo Ghiraldelli (2003, p. 17), “assim, a perspectiva da Educação Física Higienista vislumbra a possibilidade e a necessidade de resolver o problema da saúde pública pela educação”.

Na chegada da década de 30 (METZNER, 2003), a educação no Brasil sofreu várias transformações estimuladas pelas revoluções de 1930 e 1932, mas foi no ano de 1937 que houve mudanças para a Educação Física, as quais foram essenciais para sua fixação nas instituições, somente depois disto que a Educação Física passou a ser uma área específica e mesmo após essas mudanças os profissionais que lesionavam a disciplina eram formados pelas instituições militares.

Horta, (1994, p.65) coloca que...

> [...] o problema da educação física não se circunscreve ao Exército; e a sua solução deve preceder mesmo à entrada do brasileiro para o serviço militar. Deve esta educação começar nos primeiros anos de existência, de modo que o recruta seja recebido em condições de desenvolvimento e resistência que o tornem apto a suportar as exigências da vida militar. [...] Brilhantemente justificado, o projeto condensa demorados estudos feitos no Ministério da Guerra pelos órgãos próprios. [...] Visa ele estender a todos os brasileiros, desde a primeira infância, os benefícios da educação física, de acordo com os princípios comuns racionais e científicos já aplicados.

Por muitos anos a Educação Física ficou focada em métodos militares e médico-higienistas, sendo que o Brasil começava a passar por transformações novamente sociais, culturais, políticas e econômicas.

Segundo Ghiraldelli (2003, p. 18), “é óbvio que a Educação Física Militarista, como a Educação Física Higienista, também está seriamente preocupada com a saúde individual e com a saúde pública.”.

Durante este breve período, a Educação Física ficou focada apenas nos interesses militares que no período do regime militar sofria uma grande influência perante os padrões europeus, que nesta época davam destaque aos sistemas esportivos com base na cultura corporal transcendendo também para o âmbito escolar, fazendo com que as aulas ficassem apenas voltadas para conteúdos esportivos. A Educação Física passou a se apropriar da mecanização dos movimentos e dos esportes obtendo assim uma metodologia tecnicista e sistêmica onde a aptidão física e desempenho eram destaques.

Segundo Almeida (2014, p. 5):

> O governo investia muito no Esporte para, justamente, diminuir as crises internas causadas pelo Regime e transmitir uma imagem de brilhantismo e desenvolvimento econômico da Pátria. Causando a falsa imagem de que está tudo muito bom.

A disciplina de Educação Física era composta somente por esportistas, as aulas buscavam aperfeiçoar o somente o desempenho dos alunos e o desenvolvimento motor.

Dentre as principais mudanças do período contemporâneo, existia a obrigatoriedade da Educação Física / Esportes no Ensino Superior através do decreto 705/69 que tinha a finalidade de favorecer o regime militar destruindo assim o movimento estudantil que era contra o regime militar.

Quando o esporte passou a fazer parte da Educação Física, o professor tomava posse como treinador e o aluno um atleta, os alunos neste período que não tinham um biótipo de atletas sendo excluídos das atividades, algo que é comum notar nas aulas nos dias atuais.

O desporto torna-se um exemplo na Educação Física, foi nesta época que se desenvolve o pensamento que o professor só deveria ser alguém que já tivesse praticado a modalidade que passa aos alunos, quanto melhor tivesse sido como atleta melhor professor ele era considerado.

Segundo Darido (2011, p. 3):

> É nessa fase da história que o rendimento, a seleção dos mais habilidosos, o fim justifica os meios está mais presente no contexto da Educação Física na escola. Os procedimentos empregados são extremamente diretivos, o papel do professor é bastante centralizado e a prática uma repetição mecânica dos movimentos esportivos.

Em 1971, com um parecer do Conselho Federal de Educação foi determinado que a Educação Física fosse uma disciplina curricular sendo inserida na grade curricular como uma atividade, ou seja, uma ação que não necessita de uma reflexão teórica, ficando assim evidente que as aulas eram baseadas em atividades sem ser necessário um desenvolvimento cognitivo e intelectual.

Somente no início da década de 80, ocorreram novas mudanças, levando os profissionais a buscar por especialização.

Segundo Darido (2011, p. 3) “É nesse período que, em função da necessidade da melhoria do rendimento do aluno-atleta, há um aumento no número de pesquisas

e de publicações relacionadas à fisiologia do exercício, à biomecânica e à teoria do rendimento". Nesta década a Educação Física passou novamente por mudanças de correntes filosóficas que viam a disciplina de modo diferente, surgiram várias alternativas de abordagens sócio construtivista, desenvolvimentistas, sociais interacionista, psicomotricidade, tradicionalista, cinesiologica, aulas abertas e várias outras, exaltando assim a importância que a disciplina tem como componente curricular construindo um ser crítico e pensante, introduzindo-o assim a cultura corporal do movimento de modo que o sujeito utilize este fenômeno ao longo de toda sua vida.

No ano de 1996 (LDB, 2005), houve uma reformulação na disciplina com a nova LDB nº 9394, dando corpo como caráter educativo, em que a escola deveria ser um recinto que ampliaria a informação, conhecimento, e o desenvolvimento integral do aluno; ou seja, o aluno como um todo. De modo que a reformulação da Educação Física, mostra a importância desta disciplina, não apenas como desenvolvimento motor mais sim no saber por que está fazendo, de forma que a Educação Física deve ser trabalhada de uma forma transdisciplinar e interdisciplinar.

Segundo Almeida (2014, p. 6):

> A Educação Física, desde sua inclusão nas instituições de ensino, com Rui Barbosa, veio se desenvolvendo a partir das mudanças socioculturais e políticas que ocorria no Brasil, sofrendo inclusive influências europeias na sua composição (nos modelos ginásticos, por exemplo). Atualmente, a disciplina toma importância crucial, não apenas no desenvolvimento motor do aluno, mas sua educação não fica apenas restrita ao corpo biológico.

Nos dias atuais, a Educação Física não pode ser compreendida como fazer por fazer, mas sim, pelo compreender o que está fazendo e o saber fazer. O conhecimento do aluno deve ser essencial durante a aula, os movimentos reproduzidos de maneira mecânica devem ser esquecidos pelos profissionais de Educação Física, pois essa metodologia de gravar os movimentos era uma característica militar que não tem mais validade nos dias de hoje.

O objetivo da aula de Educação Física (BETTI, 2002) é inserir o aluno na cultura corporal, tornando-se autônomo e crítico, de modo que o esporte não seja visto como um produto acabado mais sim exclusivo das aulas, não sendo visto como o esporte na escola mais sim o esporte da escola. O papel da Educação Física não é apenas ensinar a ginástica, jogos, dança, lutas ou conhecimento do corpo, mas incluiu as

atitudes que os alunos devem ter nas aulas e com as atividades propostas buscando assim que o aluno saiba por que ele está realizando aquele movimento, ou seja, os conceitos que estão relacionados ao método, colocam que não adianta apenas o aluno correr. É essencial que ele saiba o porquê ele está correndo, qual o benéfico motor e fisiológico desta atividade sendo que este entendimento do aluno é extremamente importante para que ele possa construir sua identidade corporal.

Segundo Almeida (2014, p. 8):

> Uma Educação Física desenvolvida para o 'saber pensar' e 'saber fazer', e não que saiba somente fazer, pois acreditasse que o seu real sentido da disciplina na escola não é ser recreacionista ou um momento refúgio das salas de aula, mas uma disciplina que utiliza a cultura corporal para capacitar o intelecto do discente.

Para que o aluno aprenda e tenha conhecimento, ele deve absorver tudo que é passado na aula, de modo que ele utilize este conhecimento em seu cotidiano, praticando atividades físicas, buscando assim, melhor qualidade de vida.

PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA

A escola é um espaço social e cultural que permite um processo de escolarização, sendo que esse processo deve ocorrer de forma organizada, pois a escola contribui para a construção de um cidadão que quando incluído na sociedade que todas as suas atitudes terão influências.

Segundo Costa (2009, p. 02):

> É neste espaço que o indivíduo é permitido, instigado a se apropriar, entender os saberes que foram pela sociedade considerada valiosa e propícia a sua formação e dessa forma, poder através da mediação do professor construir novos conhecimentos, até mesmo modificando, ressignificando suas ações, posturas e opiniões.

Para que o aluno tenha conhecimento cultural, o processo educativo desse sujeito vem através do conhecimento das disciplinas que estão inseridas no meio escolar, elas são responsáveis por preparar os conhecimentos específicos que devem ser aplicados na escola, retratando qual a necessidade do aluno, entre essas disciplinas está a Educação Física.

A Educação Física ao longo dos tempos sofreu muitas influências, pois a sociedade a via como uma aula em que os alunos brincavam e não como uma disciplina que pesquisa, estuda e avalia, por isso, muitas vezes era considerada uma disciplina na qual não havia muito significado para a escola.

A partir do ano de 1996, no texto da Lei 9394/96 propõe que a Educação Física integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da educação básica, sendo destacada como uma área de conhecimento necessária e fundamental, pois é a única disciplina que estuda o movimento do sujeito e suas práticas corporais, buscando que o aluno desenvolva sua autoestima, autoconfiança, valorize suas limitações e possibilidades.

As aulas de Educação Física são fundamentais dentro do âmbito escolar, pois possibilitam que os alunos tenham desde os anos iniciais a oportunidade de desenvolver suas habilidades corporais, tais como movimentar-se que é uma atividade extremamente fundamental para que o aluno possa interagir consigo mesmo e com o ambiente em que vive, permitindo que os alunos sejam capazes de conhecer, respeitar e valorizar a cultura corporal.

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS

Durante as aulas de Educação Física a aprendizagem está diretamente ligada às experiências práticas onde o aluno é considerado como um todo em seu desenvolvimento os aspectos sociais e cognitivos estão relacionados em todas as circunstâncias.

Segundo Grespan (2002, p. 34); “O desenvolvimento está intimamente ligado aos processos de maturação, adaptação biológica e aprendizagem motora. Muitos são os tópicos que envolvem o desenvolvimento das crianças, o que as torna diferentes umas das outras”.

Apenas as repetições dos gestos não é o suficiente nesta fase do seu desenvolvimento, mas sim reproduzi-los de modo que os alunos se conciliem no processo da construção do conhecimento com seu movimento e corpo assim ele poderá de maneira autônoma utilizar os gestos.

No ensino fundamental o processo de ensino de Educação Física não deve vincular-se somente a execução de certas habilidades, mas de modo geral realizar

atividades em que o aluno seja capacitado a considerar sua autonomia, de modo a praticá-las de maneira adequada e significativas.

Quando o professor modifica sua postura, nasce outro aluno, ou seja, mais crítico, autônomo e independente, onde o aluno não receberá nada pronto, e em todas as atividades propostas o professor deverá perguntar o que eles sabem sobre o assunto de modo que eles arquitetem seu próprio saber.

Segundo Soler (2003, p. 41), “o professor sempre deve abrir espaço para que as crianças falem, e assim interagindo, elas poderão reforçar a ideia da cooperação, do trabalho em grupo, do respeito ao outro, e colaborar para a busca de objetivos comuns”.

O professor deve expor aos alunos o modo como vai avaliá-los, esta avaliação deve ser contínua e assegurar o desenvolvimento do aluno, criando ferramentas para a avaliação através de jogos, assim como atividades em grupos.

A escola deve assumir suas características sendo um elemento de transformação da sociedade, transformando o sujeito que está dentro dela, reconhecendo as diferenças entre os alunos e respeitando suas individualidades, proporcionando ao aluno desenvolvimento integral, favorecendo assim acesso ao conhecimento, ocasionando a criatividade, responsabilidade e cooperação.

As aulas de Educação Física devem se adequar a nova expectativa, sendo a expressão corporal, como conhecimento e linguagem, modo a usar a cultura corporal de movimento, havendo a garantia de inclusão de todos, respeito, valorização do lúdico, entender e refletir sobre os valores estéticos da cultura corporal.

De acordo com a lei LDB de 1996 9394/96 nº 5.692/71 e do Decreto nº 69.450/71 que regulamentava a Educação Física Escolar como “atividade”, atualmente a Educação Física está na condição de área de conhecimento, e assim sendo reconhecida e valorizada como um conteúdo próprio.

Segundo Soler (2003, p. 43):

> A educação física além de essencial é também obrigatória, como podemos perceber, pois só consigo falar em ser humano integral quando percebo a importância que o movimento representa nessa formação. E passar essa importância é missão do profissional da área.

O professor deve se preocupar em motivar os alunos para a harmonia e consciência, com o objetivo de que as atividades sejam coerentes com as

necessidades dos mesmos, sendo mais fácil a seleção dos exercícios para as aulas, atingindo grande parcela da turma.

MATERIAIS E MÉTODOS

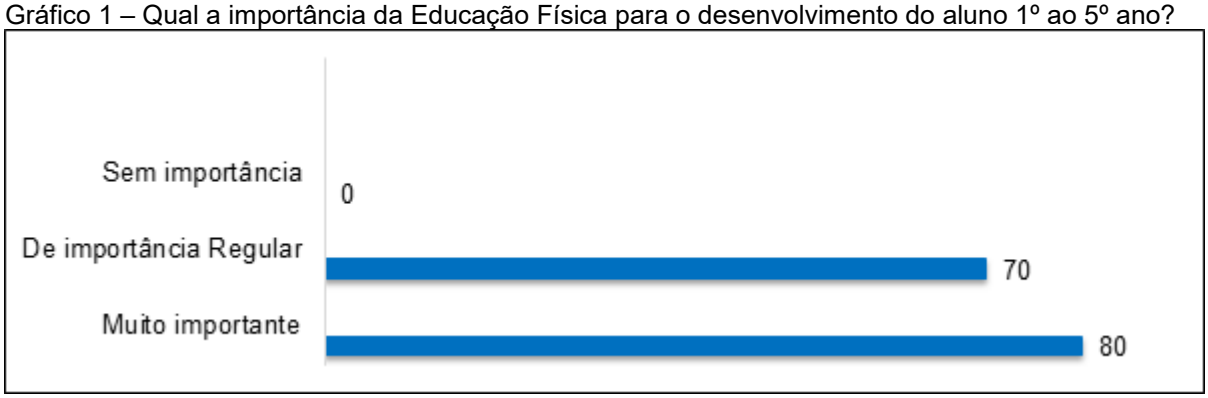
A pesquisa teve abordagem qualitativa e quantitativa com o objetivo de conhecer a opinião dos professores de sala sobre a atual metodologia utilizada nas aulas de Educação Física do Ensino Fundamental de 1º ao 5º ano de duas escolas municipais do município de Curitibanos / SC.

Caracterizando-se com procedimento de estudo transversal, foi aplicado um questionário contendo quatro perguntas abertas, em seguida essas perguntas foram quantificadas, sendo que dez professores de 1° ao 5º ano de duas escolas municipais de Curitibanos foram entrevistados e os dez prontamente responderam o questionário. Os dados foram analisados e transformados em gráficos para melhor compreensão.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Com base nos estudos e pesquisa realizados, a visão que se tem da Educação Física na atualidade é de que a mesma é uma disciplina onde os alunos se desprendem da sala de aula, levando em conta apenas o lazer. Com esta visão observa-se que são poucos os profissionais da área que buscam integrar realmente o aluno na cultura corporal de movimento.

Gráfico 1 – Qual a importância da Educação Física para o desenvolvimento do aluno 1º ao 5º ano?



Dos dez respondentes de ambas as escolas, 20% consideram que o Ensino de Educação Física tem importância regular, enquanto que 80% dizem ser muito

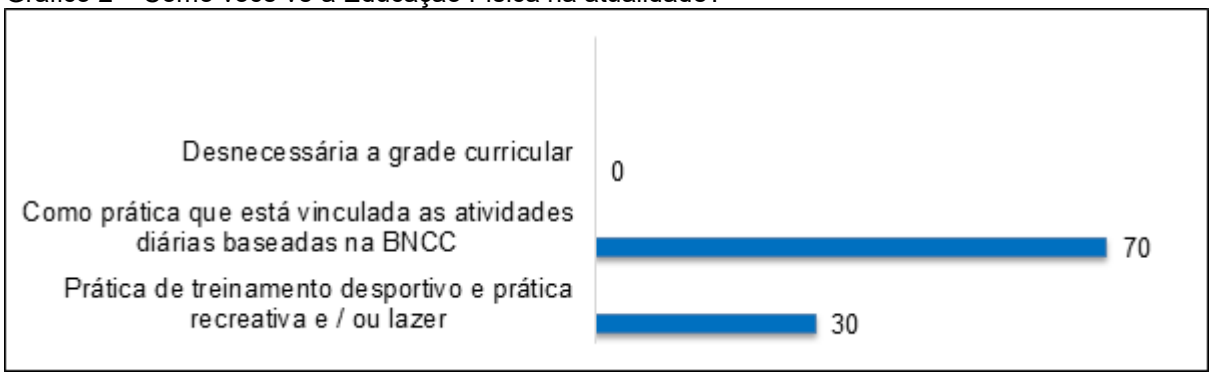
importante, uma vez que auxilia no desenvolvimento psicomotor dos alunos que estão em fase de alfabetização.

Como bem lembra Piccolo (1993, p. 13):

> O principal papel do professor, através de suas propostas, é o de criar condições aos alunos para tornarem-se independentes, participativos e com autonomia de pensamento e ação. Assim, poderá se pensar numa Educação Física comprometida com a formação integral do indivíduo. Dessa forma, pode-se enfatizar o papel relevante que a Educação Física tem no processo educativo. O que, na verdade, ameaça à existência desta disciplina nas Escolas é a sua falta de identidade. Ela sofre consequências por não ter seu corpo teórico próprio, isso é a informação acumulada é vasta e extremamente desintegrada por tratar-se de uma área multidisciplinar.

De acordo com o autor a capacidade do aluno se movimentar é primordial para que ele possa conhecer e compreender o seu próprio corpo e interagir com o meio ambiente em que vive; os quais desempenham papel importante do desenvolvimento infanto-juvenil, sendo este um processo demorado e sucessivo. Além de o Ensino de Educação Física contribuir para a maturação, oferece condições de realizar as experiências que agregam no processo do desenvolvimento do aluno.

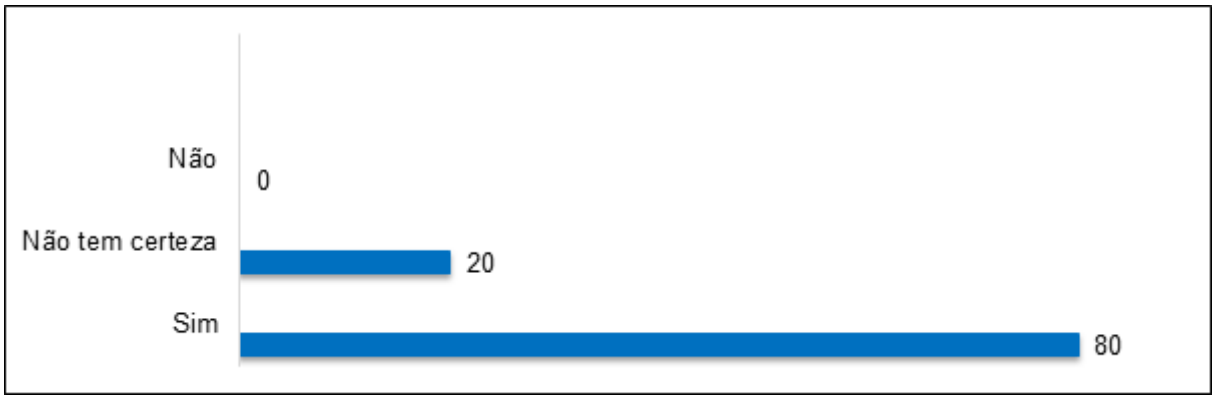
Gráfico 2 – Como você vê a Educação Física na atualidade?



Os respondentes, que somam 30% dizem que a Educação Física escolar é uma disciplina curricular responsável apenas pela prática de treinamento desportivo e pela prática recreativa e/ou de lazer. Esses profissionais acreditam que não há interesse real com a finalidade e importância da disciplina no âmbito educacional. Enquanto que 70% dos entrevistados acreditam sim, que a Educação Física demonstra ter avanços significativos e que respeita as normas da BNCC, oferecendo aos alunos de 1º ao 5º ano um ensino de qualidade, comprometido com o sujeito de modo integral.

Baseados em Savani (1994, p. 32), afirmamos que Educação Física escolar é uma disciplina curricular que como as demais disciplinas tem conteúdos próprios, onde deve estar associada aos conhecimentos originados no domínio acadêmico da Educação Física. A Educação Física deve clarificar seus objetivos, conteúdos, metodologia de ensino e de avaliação alicerçado nos princípios definidos para sua prática.

Gráfico 3 – Na escola em que você trabalha, a Educação Física contribui para o desenvolvimento dos educandos?



Enquanto disciplina curricular que ocorre no ensino escolar e possui objetivos bastante especiais, 80% dos professores entrevistados acreditam que a Educação Física trabalha o conhecimento e a cultura dos estudantes, contribuindo de modo significativo para o desenvolvimento dos alunos.

Esses mesmos respondentes julgam importante considerar que o objetivo da Educação Física escolar é contribuir na formação geral dos alunos através do desenvolvimento de cultura das capacidades motoras, cognitivas, afetivas e sociais, visando à aquisição do hábito da prática regular de atividades físicas como componente fundamental da educação para uma vida saudável.

Mas, 20% dos professores entrevistados não souberam dizer se o ensino da Educação Física contribui ou não para o desenvolvimento dos alunos.

Percebemos que ensinar Educação Física é muito mais amplo e importante para o desenvolvimento do aluno de 1° ao 5º ano do que se possa imaginar, pois ela não deve estar preocupada somente em ensinar o esporte, nem tão pouco deixar atividades livres em demasia como as práticas recreativas, dessa forma, para que haja contribuição efetiva no desenvolvimento das atividades a Educação Física deve aliar uma pedagogia de desenvolvimento, que respeite o conhecimento prévio do

aluno e o contexto que o mesmo está inserido, a uma pedagogia formativa, que se preocupe em oferecer mais saberes aos alunos.

Gráfico 4 – Existe interação entre os professores de Educação Física e de sala na hora de planejar e avaliar os alunos?

É na prática educativa, trabalhando com os nossos pares numa ação colaborativa de valores, crenças e contradições que teremos condições de progredir nas questões educacionais. Para trabalhar com o aluno em sua totalidade é necessário considerar um trabalho conjunto. Mas no que tange a interação entre o professor regente de classe e o profissional de Educação Física, 100% dos entrevistados admitem não ter interação profissional.

Dizem não ter costume de influenciar uns nas aulas dos outros, aguardando o horário de Educação Física para ter sua aula atividade, podendo assim, chegar mais tarde ou sair mais cedo da escola.

Cada sujeito apresenta particularidades e se a instituição escolar tem como objetivo preparar o aluno para a cidadania, como fazê-lo se não há interação nem mesmo entre os professores das diferentes áreas do conhecimento? Isso porque as interações são criadas e reforçadas durante a vida, é exatamente através da interação que trocamos informações e podemos melhorar os encaminhamentos a serem dados aos alunos. A partir dos conhecimentos alcançados no percurso de formação e na prática diária da profissão, além das reflexões com colegas da área educacional, fica evidente a urgência em fazer acontecer à interação entre as áreas do conhecimento para que haja progressos significativos na prática de Educação Física.

CONCLUSÃO

A pesquisa realizada serviu para nos mostrar que a falta de aporte teórico e a indiferença dos professores, somados a outros fatores como, o excesso de atividades recreativas forma uma opinião distorcida do ensino de Educação Física escolar de outros profissionais da Educação, principalmente pelo fato de não haver entrosamento entre professores de Educação Física e professores regentes de classe de 1º ao 5º ano, parecendo assim, inúmeras vezes não ter significado e objetivo bem definidos.

Com base na pesquisa realizada verificamos que 20% dos respondentes consideram que o Ensino de Educação Física tem importância regular, enquanto que 80% dizem ser muito importante, uma vez que auxilia no desenvolvimento psicomotor dos alunos que estão em fase de alfabetização.

Para 30% dos entrevistados a Educação Física escolar é uma disciplina curricular responsável apenas pela prática de treinamento desportivo e pela prática recreativa e/ou de lazer. Enquanto que 70% dos entrevistados acreditam sim, que a Educação Física demonstra ter avanços significativos e que respeita as normas da BNCC, oferecendo aos alunos de 1º ao 5º ano um ensino de qualidade, comprometido com o sujeito de modo integral. 80% dos professores entrevistados acreditam que a Educação Física trabalha o conhecimento e a cultura dos estudantes, contribuindo de modo significativo para o desenvolvimento dos alunos.

Esses mesmos respondentes julgam importante considerar que o objetivo da Educação Física escolar é contribuir na formação geral dos alunos através do desenvolvimento de cultura das capacidades motoras, cognitivas, afetivas e sociais, visando à aquisição do hábito da prática regular de atividades físicas como componente fundamental da educação para uma vida saudável.

Mas, 20% dos professores entrevistados não souberam dizer se o ensino se Educação Física contribui ou não para o desenvolvimento dos alunos.

Mas no que tange a interação entre o professor regente de classe e o profissional de Educação Física, 100% dos entrevistados admitem não ter interação profissional.

Dizem não ter costume de influenciar uns nas aulas dos outros, aguardando o horário de Educação Física para ter sua aula atividade, podendo assim, chegar mais tarde ou sair mais cedo da escola.

Dito isto, verificamos através de diversas literaturas, que a Educação Física ainda hoje continua sem uma identidade definida, dessa forma, os resultados mostram que a crença dos professores de ensino fundamental I, ainda é alicerçada no modelo antigo, que restringia à Educação Física ao viés que conduz o ensino de Educação Física ao viés Biológico. Mas isso é reflexo também de uma formação deficiente, do professor de Educação Física, bem como a política educacional brasileira, os modelos arraigados em práticas difíceis de serem transformadas, entre outros.

É substancial desenvolver novas pesquisas sobre o assunto, investigar de maneira mais minuciosa, para que em um futuro próximo gestores, professores das diversas áreas do conhecimento e alunos, sejam conhecedores do papel do professor de Educação Física na escola nesse processo de ensino aprendizagem, não deixando de fora o próprio professor de Educação Física, pois dessa forma, ao ter sua identidade bem definida, ele poderá demonstrar aos demais profissionais da educação, a sua importância no currículo escolar comprovando que o ensino de Educação Física é completo, que envolve todos os sentidos: biológico, econômico, cultural, social e cognitivo.

A disciplina de Educação Física é um caminho privilegiado do currículo escolar, pela sua contribuição de aperfeiçoar a dimensão afetiva e motora dos alunos das diferentes faixas etárias, em consonância com os domínios cognitivos e sociais, e por fortalecer inestimável recurso humano, que é o corpo.

Assim, há que se modificarem as práticas vazias vigentes, que se apresentam sem reflexões; professores acomodados (tanto professores de Educação Física, quanto professores de 1º ao 5º) com falta de saberes construídos na formação acadêmica, da mesma forma, é urgente que haja reflexão do professor sobre sua própria prática e sobre a disciplina com a qual trabalha; portanto, sugere-se aqui, que essa situação seja revertida e que haja a associação entre teoria e prática, mudando o comportamento e atitude dos professores, motivando-os a trabalhar numa pedagógica voltada para a Educação Física.

REFERÊNCIAS

BONFIM, Evan; ALMEIDA, Admilson Gonçalves. **Educação física escolar no século XXI**: do adestramento coletivo à educação pelo movimento. Buenos Aires, 2014.

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional.** Brasília, 2005.

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação física escolar: Uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, 2002.

COSTA, Amanda; PEREIRA Vera Lucia; PALMA Ângela Pereira Teixeira Victória**. O papel da educação física enquanto disciplina escolar.** Londrina, 2009.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação física escolar:** questões e reflexões. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.

GHIRALDELLI JUNIOR, Paulo. **Educação física progressista:** a pedagogia crítico – social dos conteúdos e a educação física. São Paulo: Edições Loyola, 2003.

GRESPAN, Marcia Regina. **A educação física escolar no processo educacional:** educação física no ensino fundamental, primeiro ciclo. São Paulo: Papirus, 2002.

HORTA, José Silvério Baía. **O hino, o sermão e a ordem do dia:** a educação no Brasil (1930-1945). Rio de Janeiro, Ed. da UFRJ, 1994.

LACERTA, Elizabete Silva de. **Educação física na segunda metade do século XIX e primeira metade do século XX:** características da prática escolar. São Cristovão, SE, 2011.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia cientifica**. São Paulo: Atlas, 1991.

METZNER, Andreia Cristina; RODRIGUES Wallace Anderson. **Educação física escolar brasileira:** do Brasil Império até os dias atuais. Bebedouro/SP, 2003.

PICCOLO, Vilma L. Nista. **Educação física escolar**: ser___ ou não ter? Campinas: Ed. da UNICAMP, 1993.

SAVIANI, Dermeval. **Escola e democracia.** Campinas: Autores Associados, 1994. (Polêmicas do nosso tempo).

SOLER, Reinaldo. **Educação física escolar.** Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

A ATIVIDADE FÍSICA E O VOLEIBOL NA PREVENÇÃO DA OBESIDADE EM CRIANÇAS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Daiana Gatner Granemann Zanotto[7]
Kátia Socha de Mello[8]

RESUMO

A Educação Física é uma disciplina obrigatória do currículo escolar e vem promovendo práticas que incentivam e desenvolvem os esportes nas escolas. Inclusive com a prática do Voleibol, motivando na maioria das vezes, a cultura pelo corpo e trabalhando menos com a cooperação, solidariedade e companheirismo. A obesidade é um fator que está sendo muito pesquisado atualmente, pois está muito presente, principalmente nos alunos do Ensino Fundamental. Este artigo tem como objetivo definir o que é obesidade e IMC. Ainda coloca como é importante a presença do profissional de Educação Física na prevenção e controle da obesidade infantil, além de identificar a importância da atividade física para a prevenção e o controle da obesidade. Realizado na EEB Marechal Eurico Gaspar Dutra, com alunos Ensino Fundamental (6º ao 9º ano). Para concretizar os objetivos do trabalho, foi verificado o IMC dos alunos da 7ª série, tendo 28 crianças de ambos os sexos. Analisado que 79% estão com peso normal e 21 % encontra-se com sobrepeso.

Palavras-Chave: Educação Física. Obesidade. Índice de Massa Corporal. Atividade Física.

ABSTRACT

Physical education is a compulsory subject in the school environment, and has been promoting practices that encourage and develop sports in schools, the culture for the body, and working less with the cooperation, solidarity and companionship. The obesity is a factor that is being currently researched a lot, because it is very present, especially in elementary school students. This article aims to define what is obesity and BMI; Quote how important the presence of the professional physical education in the prevention and control of childhood obesity. Held at the School of Basic Education Marechal Eurico Gaspar Dutra, with elementary school students (6th.To 9th.Year). To achieve the objectives of the study, BMI was found gives students from 7th grade, having 28 children of both sexes. Analyzed that 79% are normal weight and 21% are overweight.

Keywords: Physical Education. Obesity. Bodymass index. Physical activity.

[7]Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: gatner.87@hotmail.com
[8]Profª Me do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: katia.unc@gmail.com

INTRODUÇÃO

Atualmente há uma grande preocupação com a população mundial, em relação à saúde pública, pois, o grande problema do século XXI, é o aumento no número de pessoas com obesidade.

Segundo estudos de teóricos como Bouchard (2000) e Andrade (2006), informam que este número é bastante crescente, principalmente em crianças.

A obesidade e excesso de peso são os principais fatores de risco para as doenças crônicas não transmissíveis, tais como: doenças cardiovasculares, diabetes mellitus, distúrbios metabólicos, certos tipos de câncer e vários problemas psicológicos, além disso, diminui a qualidade de vida.

A criança que tem excesso de peso ou obesidade apresenta com maior frequência doenças respiratórias, cardiovasculares, endócrinas, psicossociais, entre outras, além de maiores chances de se tornar um adulto obeso.

A ingestão calórica elevada e a diminuição de atividades físicas são fatores de aumento dos índices de obesidade.

Atualmente, o aumento da obesidade tem sido constatado com maior intensidade nos países em desenvolvimento, inclusive no Brasil, com os grupos de menor condição socioeconômica.

O ambiente escolar torna-se bastante atrativo para investigar a ocorrência de excesso de peso entre as crianças do ensino fundamental. Por isso é muito importante à presença de um profissional de Educação Física para a prevenção e controle da obesidade infantil.

> A criança é educada em uma instituição de ensino para inserir-se membro ativo e produtivo de uma sociedade e para isso precisa adquirir cultura e aprendizado. A criança na fase escolar, por isso denominado fase escolar, torna-se menos egocêntrica, consegue participar e ter ciência de trabalhar e de socializar-se em grupos. Nessa fase convive e é influenciada por diferentes pessoas com valores diversos, como funcionários da escola, colegas da vizinhança, da escola, da igreja, enfim da comunidade onde estão inseridas (LOPES *et al*, 2010).

Com a citação acima, pode-se analisar que a fase escolar para as crianças é muito importante, pois é nela que se desenvolvem tanto o psicológico como o motor, tornando essas crianças, ou não, adolescentes e adultos ativos.

É necessário informar corretamente o que é a obesidade e informar sobre as doenças que estão associadas a elas. Também é necessário destacar as atividades que devem ser realizadas com as crianças e ver se realmente há uma melhora no seu dia-a-dia com exercícios físicos aplicados na escola.

O presente trabalho pretende colocar como é importante a presença do profissional de Educação Física na prevenção e controle da obesidade infantil.

OBESIDADE

A obesidade é um distúrbio nutricional e metabólico caracterizado pelo aumento da massa gorda no organismo, e, tendo assim o aumento do peso corporal, que é considerado um grande problema de saúde pública, não somente no Brasil, mas em todo o mundo do século XXI e sendo a primeira causa de doenças crônicas. Tem como reflexo o aumento de peso.

Um dos métodos mais utilizados para indicar riscos para a saúde relacionados ao excesso de peso é o Índice de Massa Corporal (IMC). Mas, quando pensamos nas crianças, temos que levar em conta a faixa etária analisada.

A obesidade como é um problema de saúde pública, é algo moderno, que não é considerada somente uma doença, mas também uma sociedade preocupada com a estética.

Segundo Sharkey (2006, p. 247):

> A obesidade é definida como um acúmulo excessivo de gordura além daquela considerada normal para a idade, sexo e o tipo corporal. Obesidade é estar com excesso de gordura e não somente sobrepeso. É possível estar abaixo do peso e ainda ser obeso, tal como um indivíduo que tem excesso de gordura e músculos muito pouco desenvolvidos.

De acordo com a ideia do autor citado acima, observamos que a obesidade não é estar somente com sobrepeso, pois tem pessoas que podem estar com o seu físico magro e ainda assim ser obesos.

A obesidade primária, conhecida como de origem genética, é menos comum do que é causada pelos maus hábitos alimentares e pelo sedentarismo.

Geralmente a obesidade é entendida pela maioria das pessoas como uma doença, mas, na maioria das vezes ela não age sozinha. Com ela, se desenvolve a

hipertensão arterial, doenças pulmonares, artrite, gota, problemas psicológicos, baixa tolerância ao calor, problemas com a função e o tamanho do coração, que são conhecidas como doenças crônicas. Atualmente, é tão prejudicial à saúde que chega a serem comparados com o tabagismo e resultados elevados de lipídios no sangue.

Para Domingues Filho (2000, p.19) “a obesidade é uma síndrome, expressão de múltiplas causas, que se manifestam por um excesso de massa corporal a expensas de tecido gorduroso”.

Houve um grande aumento no número de casos de obesidade neste século, e todas as indicações levam a crer que o problema se tornará pior nas próximas décadas. De acordo com a Revista Brasileira de Medicina do Esporte (2004) “a obesidade é uma doença universal, crescente mundialmente e que assume caráter epidemiológico como problema de saúde pública”.

A prevenção da obesidade deveria ser um dos primeiros fatores da saúde pública a ser trabalhado, pois, havendo uma população saudável, não haveria tantos casos de doenças crônicas (diabetes, hipertensão, doenças cardíacas).

As crianças e adolescentes obesas são geralmente sedentárias, tendo certa deficiência nas suas atividades físicas, afetando suas atividades diárias e diminuindo a força muscular e a flexibilidade.

Segundo as pesquisas, a obesidade em crianças e adolescentes é o resultado de pouca atividade física e excesso de consumo de alimentos altamente calóricos, e um aumento elevado no número de horas que passam assistindo TV. O hábito de fazer refeições rápidas faz parte principalmente do estilo de vida dos adolescentes, sendo um dos fatores principais para o desenvolvimento da obesidade.

Para Bouchard (2000, p. 31):

> O aumento da prevalência da obesidade entre crianças, adolescentes e adultos em muitos países, é alarmante. A sua prevenção deveria estar entre as mais altas prioridades de saúde pública e certamente incluir o estímulo a modos de vida mais saudáveis, em todos os grupos etários, incluindo crianças e adolescentes. Este novo comportamento não será atingido com esforços que visem à população em nível individual.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) a obesidade infantil está aumentando cada vez mais, alastrando a epidemia para países que até a pouco tempo existia casos de fome. Conforme as pesquisas, os motivos do aumento são: os maus hábitos alimentares e o sedentarismo. A origem do excesso de peso e da

obesidade infantil está associada aos hábitos sociais, tais como: o alto consumo de refrigerantes, de comidas calóricas; ao sedentarismo; ao uso de meio de transportes e ao meio de entretenimento que não estimulam o exercício físico.

Os meios de comunicação (televisão, computadores) em suas funções de lazer desempenham um papel importante na formação de indivíduos. Estes meios de comunicação são companhias diárias para as crianças e adolescentes, que são mais suscetíveis a serem influenciados a não praticarem atividade física e sim ficarem ao redor destes meios de comunicação.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2014) atualmente, uma em cada dez crianças em todo mundo é obesa. No Brasil, a pesquisa da Associação Brasileira para Estudos de Obesidade (2014), mostra que a obesidade infantil triplicou nos últimos vinte anos. Os índices de obesidade na infância e na adolescência têm aumentado de forma significativa.

FATORES DE RISCO

Fatores de risco são atributos que levam a maior probabilidade da doença. Segundo a OMS, se os principais fatores de risco fossem mudados pelo estilo de vida, a maioria das doenças crônicas (doenças cardíacas, diabetes tipo II, hipertensão) poderia ser evitada.

Os fatores principais do aumento do número de pessoas obesas são: o meio em que se vivem, tais como a ingestão excessiva de alimentos sem a prática do exercício físico; Sedentarismo.

Os problemas endocrinológicos que a obesidade está associada são: baixa estatura, deficiência do hormônio do crescimento, puberdade tardia, síndrome de *Cushing*, hipertireoidismo e síndrome dos ovários policísticos.

Andrade (2000), “alerta para o fato de que a obesidade infantil tem consequências prejudiciais para a auto estima da criança, muito embora existam controvérsias a respeito de sua prevalência e magnitude”.

Conforme a citação de Andrade, o caso de obesidade infantil prejudica o fator psicológico da criança e do adolescente, ocasionando estresse, depressão, isolamento. Por isso, é muito importante estimulá-las para a prática da atividade física, para não se tornarem adultos com problemas psicológicos.

De acordo com Andrade (2000):

> A baixa autoestima de crianças obesas foi associada as taxas significativamente aumentados de tristeza, solidão e nervosismo, comparadas com crianças cuja autoestima aumentou ou permaneceu a mesma relacionada ao peso ou imagem corporal. Além disso, crianças obesas com níveis reduzidos de autoestima o longo dos quatro anos, eram mais propensas a comportamentos de alto risco como fuma e consumir álcool quando comparadas com aquelas que não apresentam mudanças na autoestima.

Os principais riscos para as crianças obesas é o aumento dos triglicerídeos e do colesterol, hipertensão, alterações ortopédicas. Uma criança com obesidade tem uma chance maior de adquirir doenças em sua vida futura, e, terão problemas tanto na sua vida pessoal como na social, tais como: baixa autoestima e o desempenho social são afetados.

Mas o crescimento mundial da obesidade não pode ser explicado apenas pelo componente genético e por outras doenças endócrinas. As mudanças no estilo de vida e nos hábitos alimentares têm contribuído de forma muito importante para esse rápido aumento do número de casos de obesidade infantil.

A obesidade infantil apresenta uma tendência crescente, desde o início da década de 1960, provavelmente pelos maus hábitos alimentares e ao sedentarismo. Desde esta época os casos só vêm aumentando em todo o mundo e o Ministério da Saúde está se preocupando muito com este caso.

A obesidade precoce tem como consequência à continuidade na idade adulta, e acarreta em um aumento dos riscos de saúde.

> O estilo de vida é claramente um dos maiores responsáveis pela morbidade e pela alta prevalência das doenças crônicas. Entre os aspectos associados estão, principalmente, os hábitos e as atitudes que contribuem para o aumento do sobrepeso corporal, especialmente associado ao aumento da obesidade visceral, alto consumo energético e excesso ou deficiência de nutrientes associados ao padrão alimentares baseado em alimentos industrializados (CANAAN *et al*., 2006, p. 63).

Este problema parece ser simples de ser resolvido, mas não é bem isso, pois os alimentos estão cada vez mais ricos em gorduras e açúcares e as pessoas desde criança até adultos e idosos bastante sedentários.

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL

É uma medida internacional usada para calcular o índice do peso ideal. É um método rápido e fácil para avaliação do nível de gordura no organismo. Determinado pela divisão da massa (Kg) pelo quadrado de sua altura (metros).

Quadro 1 – Legenda recomendada pela Organização Mundial de Saúde

IMC (Kg/m²)	DEFINIÇÃO	RISCO DE CO-MORBIDADE
< 18.5	Baixo peso	
18.6 a 24.9	Normal	
25 a 29.9	Pré-obeso	Aumentado
30 a 34.9	Obesidade classe I	Moderado
35 a 39.9	Obesidade classe II	Grave
> 40	Obesidade classe III	Muito grave

Fonte: Fernandes Filho (2003).

O IMC é o padrão estabelecido para calcular o Índice de massa Corpórea. Este padrão foi estabelecido em 20% para homens e 30% para mulheres, já no caso das crianças, não é facilmente aplicado, pois na maioria dos casos, as manifestações de obesidade são manifestadas com grande maioria da idade adulta.

De acordo com algumas pesquisas o IMC é mais utilizado nos adultos, pois nas crianças e adolescentes não é muito indicado. O IMC varia de acordo com a idade e o sexo das crianças e adolescentes. Isso ocorre às diferentes velocidades de crescimento do nascimento à idade adulta.

Nesta fase infantil o mais utilizado para analisar se a criança está obesa, com sobrepeso ou desnutridas são as curvas americanas de IMC. Estas curvas são específicas para cada sexo. Estudos recentes apontam que um bom método é as curvas percentis de IMC por idade e sexo.

Já outras pesquisas discordam desta afirmação. Segundo Mello (2003) “o IMC de obesidade são os valores de acordo com o sexo e idade dividida em anos”.

Seguindo a ideia do autor acima, para avaliar as crianças e adolescentes obesas, pode sim realizar o IMC conforme a idade e o sexo.

Quadro 2 – IMC de obesidade, por sexo e idade

IDADE (anos)	IMC (meninos)	IMC (meninas)
8	21,6	21,6
8,5	22,2	22,2
9	22,8	22,8
9,5	23,4	23,5
10	24,0	24,1
10,5	24,6	24,8

Fonte: Fernandes Filho (2003).

OBESIDADE x ATIVIDADE FÍSICA

Sabe-se que a prática da atividade física aumenta o número de benefícios para a saúde. Devem-se motivar as atividades que estimulem a prática de exercícios físicos e deixando de lado o sedentarismo.

Para Devide (2002):

> A busca por uma melhor qualidade de vida tem sido uma constante nas sociedades. Isto tem gerado tentativas de se estabelecer valores para o nível de qualidade de vida, a partir de indicadores econômicos, taxas de natalidade, mortalidade infantil, esperança de vida, alfabetização, consumo alimentar, prática de atividade física, entre outros aspectos que traduzem sua complexidade, enredada que está com questões de ordem social, como meio-ambiente, educação, segurança e promoção da saúde.

Sabe-se que para as pessoas terem um nível de qualidade de vida razoável é importante uma boa educação, a segurança tem que estar adequada e as políticas de promoção a saúde ser regulares, como a prática de atividade física.

“A prática de exercício físico é muito eficaz para promover uma maior queima de gordura corporal e promover saúde” (HENSON *et al*., 1987; FERNANDEZ *et al*., 2004; SABIA *et al*., 2004).

Estudos demonstram que a inatividade física das crianças está diretamente relacionada com o aumento da obesidade.

As aulas da educação física escolar devem contribuir para melhoria da autoestima das crianças, para a formação do caráter e da cidadania além de aprimorar o desenvolvimento das habilidades físico-motoras que estão inseridas na faixa etária do Ensino Fundamental.

A educação física deve proporcionar às crianças no período do ensino fundamental, diferentes oportunidades que possibilitem o desenvolvimento motor,

cognitivo e sócio afetivo, em que as mesmas estejam aptas para realizar as atividades especificam de movimento.

Nas últimas décadas a atividade física das crianças diminuiu muito, já, o uso da televisão, de computadores e dos jogos vem aumentando. Isso é um dos responsáveis pelo grande número da obesidade infantil.

Um dos principais fatores que levam a obesidade é o sedentarismo: a falta da atividade física aumenta a probabilidade das crianças e adolescentes ganharem peso e no futuro se tornarem obesas. Atualmente, as atividades recreativas com as crianças não envolvem exercício físico.

IMPORTÂNCIA DO PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICAE DA ATIVIDADE FÍSICA NA PREVENÇÃO E CONTROLE DA OBESIDADE INFANTIL

A escola é um local privilegiado para ocorrer pequenas mudanças nos hábitos das crianças obesas, pois é nela que melhora o nível de alimentação e a prática da atividade física, assim havendo um estilo de vida mais saudável.

> A Educação Física tema possibilidade de ampliar o alcance de seus conteúdos, se em alguns casos, buscar discutir aspectos relacionados à educação para a saúde, através da aquisição, por alunos, de estilos de vida ativos e hábitos saudáveis. Esse estilo de vida extrapola a idéia de adesão à prática regular de exercícios físicos; deve se referir à aquisição de hábitos que otimizem o seu status de saúde e de sua comunidade. A escola é muito importante para aderir programas que gerem a prevenção da obesidade nas crianças e adolescentes, pois, é nela que as crianças passam a maior parte dos seus dias (DEVIDE, 2002).

Crianças apresentam composição óssea diferente da dos adultos, seus ossos ainda estão em formação e sua capacidade para o exercício é diferente dos adultos. Por isso é importante deixar as crianças livres para desenvolver seus próprios jogos, brincadeiras não impondo assim, modelos ou metas de adulto para as crianças.

É função do profissional de Educação Física elaborar aulas, para que seus alunos possam brincar e ao mesmo tempo aprender com a prática de atividades físicas, tornando mais claro o caminho para que a criança compreenda melhor suas habilidades e consiga adaptá-las a outras atividades dentro e fora da escola. Com isso não se pode negar, como é importante trabalhar o aspecto motor na infância. Desta

forma, a escola, é responsável por oferecer oportunidades de coordenação motora, pois ela é determinante no processo de desenvolvimento da criança.

As crianças sedentárias, provavelmente, serão adultos sedentários. Assim, podemos perceber a importância do profissional de Educação Física, desde as séries inicias, para incentivar as crianças a se tornarem mais ativas e praticarem exercícios nos anos escolares a também fora do meio escolar.

Podemos definir que o Ensino de Educação Física é de suma importância para o desenvolvimento das crianças e adolescentes.

A Educação Física tem um papel importante na formação do cidadão, articulando a cultura, o corpo e o movimento de cada um.

O movimento corporal é uma necessidade humana. É uma forma de expressão, de trabalho, de lazer.

O exercício físico é muito importante para todas as pessoas, independentemente da idade e de suas limitações. A atividade física é uma forma de prevenção, e, além disso, traz vários benefícios no dia-a-dia das pessoas, principalmente para os portadores de doenças crônicas, como é o caso da obesidade.

De acordo com as Diretrizes Curriculares Nacionais (2013), é importante a prática de Educação Física nas escolas, pois há uma relação igualitária e acima de tudo, respeito entre as diferenças, tais como: étnicas, físicas ou sociais. Assim estimulando a solidariedade, cooperativismo e abonando qualquer tipo de violência. Com as atividades físicas fazendo parte do seu dia-a-dia terá benefícios para a manutenção da saúde.

A prática de atividade física na escola é muito importante, pois, é nela que encontramos o destaque da prevenção e do tratamento dos casos de obesidade.

Atualmente o Ministério da Saúde tem muito prejuízo com doenças relacionadas à obesidade, e uma das mais graves são as cardiovasculares, inclusive com a população infantil. E está aumentando a cada vez mais por motivos de maus hábitos em sua alimentação e a falta de um dos requisitos que os médicos mais recomendam que seja o exercício físico.

As crianças deveriam ser mais estimuladas com brincadeiras e atividades recreativas e melhorando assim seu habito de vida. Com isso, o nível de casos com problemas cardiovasculares seria bem menor.

Para que as crianças tenham hábitos mais saudáveis, deveriam ser mais estimuladas com atividades recreativas tanto nas escolas como em seus momentos de lazer. Com isso, o número de casos de obesidade seria bem menor e sabe-se que a prática da atividade física traz grandes benefícios para todos os sistemas do corpo humano.

METODOLOGIA

Este estudo se caracteriza como uma pesquisa quantitativa, pois significa traduzir em números as informações para classificá-las e analisá-las. Requer o uso de recursos e de técnicas estatísticas (percentagem).

É considerado um estudo de caso porque envolve o estudo profundo de maneira que se permita o seu amplo e detalhado conhecimento.

PRÁTICA PEDAGÓGICA

O Estágio Curricular Supervisionado Obrigatório no Ensino Fundamental (6º ao 9º ano) foi realizado na Escola de Educação Básica Marechal Eurico Gaspar Dutra, e, juntamente com o estágio foi verificado o IMC das crianças da 7ª série.

Foi possível observar como é importante a execução do mesmo, pois, possibilita um maior aprendizado na teoria e na prática, e, assim, tendo um contato maior com o ambiente escolar e com os alunos.

Analisado também, que é necessário promover atividades físicas que promovam a interação, socialização e o respeito mútuo entre os companheiros, pois ficou muito visível, que estes fatores estão um pouco esquecidos e se destacando com mais ênfase a competição entre eles.

A escola é muito importante para a reeducação de hábitos das crianças e adolescentes, pois é nesse lugar que as mesmas passam a maior parte dos seus dias, assim, melhorando seus hábitos alimentares e a prática da atividade física sendo orientada pelos seus professores de Educação Física.

A Educação Física deve fazer parte da vida escolar de todo o aluno, pois, é ela que mostra ao aluno a cultura corporal, desenvolvendo assim os conhecimentos do movimento. O professor de Educação Física é um mediador de conhecimentos, para

que o aluno tenha uma melhor formação, apesar de tantos obstáculos encontrados no ambiente escolar.

O esporte faz parte da cultura humana e deve ser trabalhado nas escolas com os alunos. Para um bom desenvolvimento das aulas aplicadas, é importante que as atividades propostas pelo professor ativem a participação, cooperação e a socialização entre os alunos.

A palavra esporte significa para muitas pessoas diversão, principalmente para as crianças que frequentam escolas.

Segundo Gueriero e Araujo (2004):

> O esporte torna-se prática na Educação Física a partir da ditadura militar no Brasil. E, apesar da Educação Física ter um monte de objetivos, como desenvolvimento do sentimento de grupo, cooperação, o objetivo da escola é a aprendizagem do esporte, ficando a ginástica e a corrida, como um simples aquecimento.

De acordo com a ideia de Gueriero e Araujo, no ambiente escolar a ginástica e a corrida fazem parte do aquecimento, e, o objetivo da aula propriamente dita é o esporte. E com isso, podemos analisar que essas atividades relacionadas com o esporte há uma grande competição.

O esporte é muito importante para todas as pessoas, pois as valoriza como um todo e melhorando a autoestima de cada um.

É salutar que haja mais atividades ou jogos cooperativos, do que a própria competição, pois, os jogos cooperativos interagem mais uns aos outros, diminuindo assim, a agressividade.

> Os jogos cooperativos têm como função e características: não valorizar o fato de ganhar e perder; evitar a eliminação dos participantes, procurando manter todos inclusos até o fim do jogo; procurar facilitar o processo criativo, com a flexibilidade das regras; buscar evitar estímulos à agressividade e ao confronto individual ou coletivo; interesse se volta para a participação; incluir e integrar todos, evitar a eliminação dos mais fracos, mais lentos, menos habilidosos; buscam evitar condutas de agressão, implícita ou aceita, em alguns jogos (CORREIA, 2006).

As crianças têm uma ótima oportunidade de cooperar quando se trabalham os jogos educacionais.

O conteúdo trabalhado com os alunos foi o voleibol. Essa que é uma modalidade muito importante a ser trabalhada com os alunos, pois é um esporte que todos vivenciam os movimentos, sem que tenham habilidades.

Nos estágios iniciais, as crianças precisam praticar muito e ainda assim, conseguirão apenas fazer o exercício de passar a bola de um lado para o outro, pois a prática esportiva requer dedicação e concentração, mas com o passar dos anos e com mais experiência, elas tornam-se mais habilidosas, podendo desenvolver habilidades específicas tanto do seu dia-a-dia com dos esportes.

Baseado nos autores zabala (1998) *et al*, Pozo, Sarabia e Valls (2000):

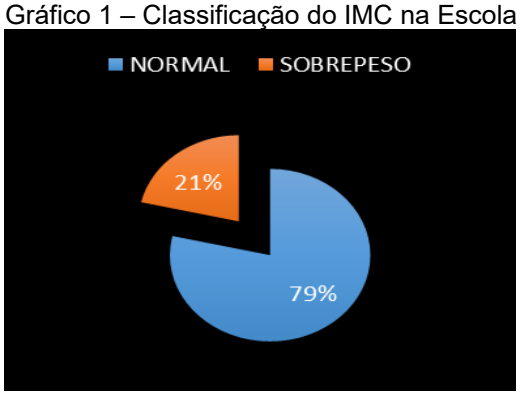
> Adotou-se as dimensões do conteúdo: conceitual, procedimental e atitudinal com referência para desenvolvimento da modalidade esportiva voleibol nas aulas de educação Física escolar do Ensino Fundamental II (séries finais do ensino fundamental). Esta classificação, baseada em Coll et al. (2000) corresponde as seguintes questões: “o que se deve saber?” (dimensão conceitual), “o que se deve saber fazer?” (dimensão procedimental), e “como se deve saber?” (dimensão atitudinal).

Esta modalidade é baseada em alguns fundamentos, ou seja, os movimentos que compreendem o jogo: saque, passe, levantamento, ataque, bloqueio, recepção e defesa.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

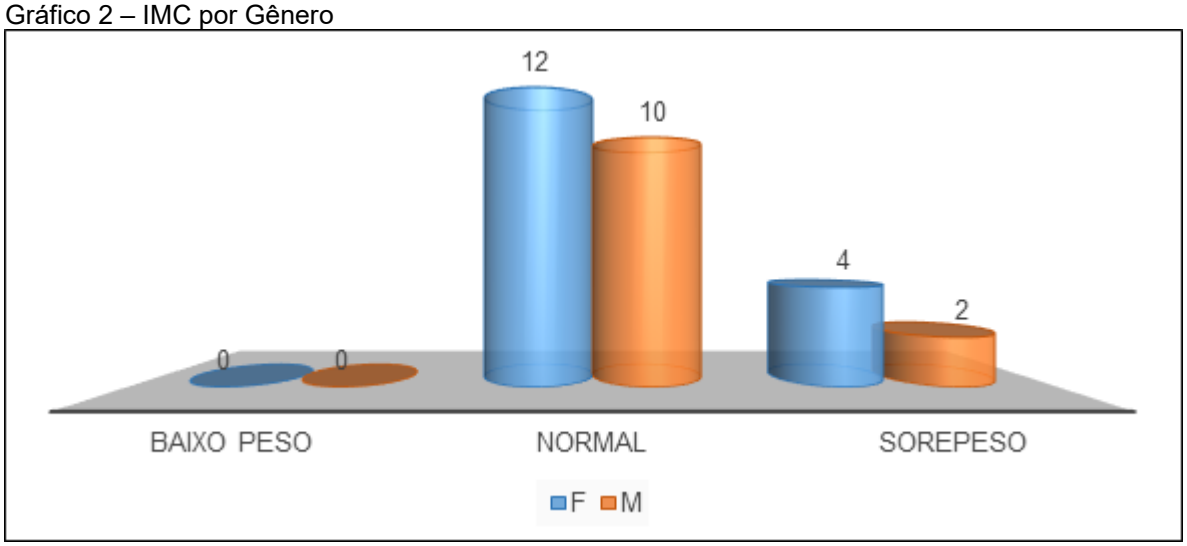
A coleta de dados foi realizada na Escola de Educação Básica Marechal Eurico Gaspar Dutra, da cidade de Curitibanos (S.C), com os alunos da 7ª série, tendo 28 crianças de ambos os sexos para realização da avaliação do IMC.

Gráfico 1 – Classificação do IMC na Escola



Analisamos que na Escola de Educação Básica Marechal Eurico Gaspar Dutra, 79% dos alunos de ambos os sexos estão com o peso normal e 21% encontram-se com sobrepeso.

Gráfico 2 – IMC por Gênero



Conforme o gráfico acima, observamos que na escola não há casos de baixo peso. A maioria dos alunos está com o peso normal, mas encontramos uma pequena porcentagem com sobrepeso, sendo que há mais do sexo feminino com sobrepeso do que do sexo masculino.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sabemos que a mídia colabora para vários fatores, principalmente para o grande número de pessoas com o nível de obesidade elevado, onde se percebe que as crianças são atingidas com maior frequência através do marketing.

Entre as diversas causas da ocorrência de obesidade, a alta ingestão alimentar e a pouca atividade física são alguns dos itens que fazem que a obesidade esteja aumentando cada vez mais. Um dos métodos mais práticos para realizar a avaliação das pessoas para diagnosticar a obesidade é o IMC, mas quando falamos de crianças e adolescentes, devemos tomar o cuidado com a faixa etária.

O desenvolvimento de atividades físicas para crianças e adolescentes deve ser recreativo para que as mesmas para que as mesmas se tornem sempre ativas e assim tornando um hábito para sua vida adulta.

Concluímos com esta pesquisa que a escola é muito importante para a reeducação de hábitos das crianças e adolescentes, pois é neste lugar que as mesmas passam a maior parte dos seus dias, assim, melhorando seus hábitos alimentares e a prática da atividade física juntamente com seus professores de Educação Física.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, D. E. G. A. **Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças de escolas públicas e privadas do ensino fundamental da cidade de Franca-SP e alguns fatores de riscos associados**. Universidade de São Paulo-Ribeirão Preto. 2006.

BOUCHARD, C. **Atividade física e obesidade.** Barueri, SP: Manole, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CASALE, G. A. N. Obesidade e atividade física. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. Disponível em www.unimep.br. Acesso em: 29 abr. 2019.

DEVIDE, F. P. **Educação física, qualidade de vida e saúde**: Campos de intersecção e reflexões sobre a intervenção. Disponível em scholar.google.com.br. Acesso em: 29 abr. 2019.

DOMINGUES FILHO; CASALE, G. A. N. **Obesidade e atividade física.** Disponível em www.unimep.br. Acesso em 29 abr. 2015.

GUERIERO, D. A.; ARAÚJO, P. F. **Educação física ou esportivização escolar.** Disponível em: www.efeportes.com. Acessado em 03 de dezembro de 2019.

MELLO, E. D. **Atendimento ambulatorial versus programa de educação em obesidade infantil**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul-Porto Alegre. 2003.

MELLO, E.; LUFT, V.; MAYER, F. **Obesidade infantil**: como podemos ser eficazes? Disponível em www.scielo.br. Acesso em: 30 abr. 2019.

LOPES, P. C. S.; PRADO, S. R. L. A. **Fatores de risco associados à obesidade e sobrepeso em crianças em idade escolar**. Universidade Santo Amaro, 2010

SHARKEY, B. J. **Condicionamento físico**. 5.ed. Rio Grande do Sul. 2006.

ZABALA, A. **A prática educativa**: como ensinar. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

A PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Fábio de Ramos[9]
Magali Aparecida Ribeiro de Souza[10]

RESUMO

Esse artigo baseia-se em um estudo que visou investigar as propostas pedagógicas dos professores de Educação Física que lecionam no ensino médio e como os mesmos aplicam suas aulas e quais são as mudanças que ocorrem quando se passa algo novo para os alunos. A prática pedagógica é uma ação da maneira que o professor administra suas aulas, podendo ter intervenções durante o ano letivo, é algo que não é levado no "pé da letra", por esse motivo que cada profissional tem sua própria característica para desenvolver uma pratica pedagógica. A Educação Física pode ser encarada como uma das profissões mais complexas em um olhar bem amplo, pois abrange uma vasta área de conhecimento, ela é tão diversificada que é quase impossível levar apenas em uma linha. Essa é uma pesquisa de cunho quantitativo e qualitativo. Os dados foram coletados por meio de um questionário semiestruturado. Os resultados possibilitaram identificar as dificuldades vivenciadas pelos professores, as suas didáticas e o nível em que cada profissional estabelece a sua motivação.

Palavras-Chave: Práticas Pedagógicas. Educação Física. Ensino Médio. Formação na Educação Física.

ABSTRACT

This article is based on a study that aimed to investigate the pedagogical proposals of Physical Education teachers who teach in high school and how they apply their classes and what are the changes that occur when something new happens to students. The pedagogical practice is an action in the way that the teacher administers his classes, and he can have interventions during the school year, it is something that is not taken in the "letter", for this reason that each professional has his own characteristic to develop a practice pedagogical. Physical Education can be seen as one of the most complex professions in a very broad perspective, as it covers a vast area of knowledge, it is so diverse that it is almost impossible to take it in just one line. This is a quantitative and qualitative research. Data were collected using a semi-structured questionnaire. The results made it possible to identify the difficulties experienced by teachers, their didactics and the level at which each professional establishes their motivation.

Keywords: Pedagogical practices. High school. Training in physical education.

[9]Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: taxipreto27@gmail.com
[10]Profª Me do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: magaliribeiro@hotmail.com

INTRODUÇÃO

A prática pedagógica é uma ação da maneira que o professor administra suas aulas, podendo ter intervenções durante o ano letivo, é algo que não é levado no “pé da letra”, por esse motivo que cada profissional tem sua própria característica para desenvolver uma prática pedagógica.

Referente a esse artigo perguntamos qual o foco dos professores de educação física para ministrar as aulas realizadas com os alunos matriculados no ensino médio? Para que as aulas de Educação Física se tornem mais atrativas é necessário que tenha colaboração e participação dos alunos e professores desta forma a interação e desenvolvimento durante as aulas se tornam mais agradáveis podendo trabalhar com mais facilidade com os alunos, desenvolver aulas que distribuem qualidade e motivação para o aluno.

Nesse ponto notamos a importância do professor de Educação Física ao perceber o alcance de sócio cultural que abrange em suas aulas, com isso realizando um trabalho com êxito, trazendo uma prática pedagógica diante de uma realidade que cada aluno.

O método que o profissional da Educação Física determina seguir deve ser realizado de uma maneira sólida com domínio de suas habilidades e suas capacidades, com um olhar crítico e criativo de cada eventualidade vivenciada por ele em suas aulas.

Podendo ela ser explorada das mais diversas maneiras a prática pedagógica auxilia os profissionais da educação de uma forma satisfatória, pois é um molde que o professor deve realizar conforme o nível de sua turma, que relacionam com as culturas e os valores da sociedade.

O professor tem como objetivo demonstrar aos seus alunos que a Educação Física é uma matéria importante para o desenvolvimento do ser humano como um todo. Para que isso ocorra o professor deve incluir nas suas aulas situações em que todos participem. O Ensino Médio possibilita mais aos alunos a práticas dos desportos e atividades e não é vista muito como um meio de aprendizagem e conhecimento.

O objetivo desse artigo foi pesquisar as práticas pedagógicas dos professores do Ensino Médio das escolas do município de Curitibanos-SC relacionada as suas aulas assim então verificando quais os principais desportos desenvolvidos em suas

aulas de educação física do Ensino Médio, podendo demonstrar seus método de ensino e quais os objetivos que desenvolvem obtendo um resultado com as dificuldades vivenciadas pelos professores, as suas didáticas e uma auto avaliação referente ao nível em que cada profissional estabelece a sua motivação.

Para que as aulas de Educação Física se tornem mais atrativas é necessário que tenha colaboração e participação dos alunos e professores desta forma a interação e desenvolvimento durante as aulas se tornam mais atrativas podendo trabalhar com mais facilidade com os alunos, algumas modalidades que podem ser trabalhadas e que oferecem um maior aprendizado para os alunos são aquelas que distribuem qualidades para o próprio desenvolvimento.

A PRÁTICA PEDAGÓGICA

A prática pedagógica é a forma em que o profissional da educação executa em sua aula, parte das atitudes, ideias, sugestões de vários profissionais envolvidos com a educação, por exemplo um colega de trabalho que opina sobre alguma mudança referente às aulas.

Freire (1986) parte de uma concepção de prática pedagógica adjetivada pelo termo dialógica, em que a construção do conhecimento é vista como um processo realizado por ambos os atores: professor e aluno, na direção de uma leitura crítica da realidade.

Freire cita então que a concepção a prática pedagógica não vem apenas do professor e sim dos alunos, da direção de todos que estão inseridos no âmbito escola.

Para Cunha (1992) a prática pedagógica é o cotidiano do professor na preparação e execução do ensino.

A prática pedagógica realmente é algo que devemos levar muito a sério, pois em atuação podemos nos deparar com várias diferenças em nossa aula, como por exemplo, uma turma com algum aluno com dificuldades extremas, o papel dos professores então é ensinar o aluno com uma prática pedagógica diferente dos demais, para que o mesmo então chegue ao mesmo desenvolvimento da turma.

Garcia (2005) apud Pletsch *(2010, p. 158) diz que:*

> A prática pedagógica pode ser dividida em “práticas de caráter antropológico” e “práticas pedagógicas institucionalizadas”. A autora explica que a primeira

> diz respeito à perspectiva social pela qual se compreende a educação escolar como um espaço cultural compartilhado, não exclusivo de uma classe profissional concreta, ainda que conceda certa legitimidade técnica à ação docente. Já a segunda se refere à atividade docente realizada nos sistemas educacionais e às organizações escolares em que estão inseridos. Neste sentido, "a prática profissional depende das decisões individuais, que não estão isentas da influência de normas coletivas e de regulações organizacionais". Portanto, o conceito de prática pedagógica não se limita apenas às ações dos professores em sala de aula.

A autora então comenta que por mais que a pratica pedagógica seja totalmente única é impossível ser levada à risca, pois cada leva sua própria exclusividade e individualismo, ou seja, diante de uma pratica pedagógica existem várias possibilidades diferentes, até por cada um interpretar de formas diferentes o mesmo, sendo em quadra como até mesmo em sala de aula.

Resende (1994) afirma que:

> A reprodução de um modelo, ou antes, de uma técnica perfeita, é fundamental para que se alcance o rendimento desejado. Estas práticas poderiam ser analisadas como coerentes aos pressupostos da tendência pedagógica de inspiração tecnicista.

O professor de Educação Física deve dosar suas aulas determinando seus objetivos para que não misture a questão de transformar seus alunos em atletas e nem se transformar em um treinador, dessa maneira então interpretar seu papel nas escolas diante de uma prática pedagógica simples e compensatória, priorizando o desenvolvimento de cada aluno.

Compreende-se então que a escola prioriza a prática como forma de conhecimento, ou seja, o que conseguimos entender e transmitir, então quando estamos na escola estamos em constante evolução tudo que ensinam está dentro da prática pedagógica, mesmo que ela não esteja inserida no papel.

Pletsch (2010, p. 158-159) coloca que:

> Tomando como base as diferentes relações e ações presentes no interior da escola e a influência que recebe das práticas externas a ela, usaremos o termo prática associado ao currículo. Entendemos que as práticas curriculares são ações que envolvem a elaboração e a implementação do currículo em suas diferentes dimensões (planejamento, metodologias, estratégias de ensino, avaliação, tempo e espaço de aprendizagem).

A prática que está sempre em evolução como já havia comentado não coincide com as de todas as escolas, pois cada escola a prioriza de alguma forma como, por

exemplo, a cultura da população, a história da cidade e claro da metodologia que o profissional transmite seus conhecimentos.

FORMAÇÃO DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Para a formação dos professores de Educação Física, não podemos deixar de falar do surgimento dela, que se apresentou com a forma militar com a utilização de vários métodos ginásticos como o Francês e o Alemão. Mas o berço da Educação Física é localizado na Grécia, a atividade física era muito importante naquela época, pois criaram até os jogos Olímpicos aonde faziam homenagens aos Deuses com as competições.

Manoel e Tani (1999) citam que o graduando em licenciatura deve ter condições de planejar programas dentro da escola para a Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio.

A Educação Física pode ser encarada como uma das profissões mais complexas em um olhar bem amplo, pois abrange uma vasta área de conhecimento, ela é tão diversificada que é quase impossível levar apenas em uma linha, pois trabalha com a saúde e da própria sociedade então para que possamos entender como que funcionam essas ideias, com a formação do profissional de Educação Física em quatro partes.

A primeira é de forma bem didática, como por exemplo, história das modalidades, ou seja, a parte teórica da formação que por muitos se torna maçante que é pesquisando a fundo as matérias, acredita que é umas formas bem importantes para a formação de conhecimento.

Outra forma de aprendizado nessa formação é na forma que os alunos por sua vez preferem que o próprio movimento corporal onde eles transmitam o que aprenderam na teoria, só que em vez de exercitarem apenas os seus cérebros agora também exercitando o corpo.

A terceira forma de aprendizado na formação e que aceitamos como um primeiro desafio atuando como profissional é o momento que iniciam os estágios, acredito que uma das formas mais importantes, pois é nesse momento que devem transmitir segurança, postura e por mais que errem perante essa fase é muito importante notar esse erro e tentar assim corrigir.

Assim então chegam à quarta forma de conhecimento para a formação de Educação Física que é o momento em que já estão inseridos na escola e já tem todo um cronograma para seguir, essa é a fase mais importante, pois é nessa parte que devem tomar mais cautela ao erro, dessa maneira deve ir se aperfeiçoando cada dia, pois é assim que se torna um profissional renomado e nunca é tarde para aprender, pois estamos em constante aprendizado.

Na formação de profissionais de Educação Física se trabalha de formas bem diversificada, pois o indivíduo deve passar por todas as formas de ensino para que ele então possa compreender quais desafios seus alunos poderão enfrentar diante sua vida como cidadãos.

Tardif (2000) comenta que a finalidade da prática profissional é

> Revelar esses saberes, compreender como são integrados concretamente nas tarefas dos profissionais e como estes os incorporam, produzem, utilizam, aplicam e transformam em função dos limites e dos recursos inerentes às suas atividades de trabalho. Ela também visa compreender a natureza desses saberes, assim como o papel que desempenham tanto no processo de trabalho docente quanto em relação à identidade profissional dos professores.

O papel do profissional então se resume em transmitir todo seu conhecimento adquirido em sua formação para seus alunos, trabalhando da forma mais fácil possível para que todos compreendam tranquilamente, passar para os alunos a importância da atividade física e o quanto vai ajudar no seu desenvolvimento.

A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

O Ensino Médio ou também como era chamado antigamente Segundo Grau é um ensino pelo qual coincide por três anos, aonde os alunos têm a faixa etária entre 14 a 17 anos, tem como principal objetivo aperfeiçoar os conhecimentos adquiridos no Ensino Fundamental e a formação dos alunos como cidadãos.

As aulas de Educação Física do Ensino Médio normalmente são trabalhadas com os esportes coletivos e individuais.

Na BNCC a Educação Física para o Ensino Médio garante aos alunos a oportunidade da realização de brincadeiras, jogos, danças, ginásticas, esportes, lutas

e práticas corporais de aventura, com o intuito da descoberta de suas origens e o modo de aprendê-las.

Hoje em dia há uma grande parte de alunos com desinteresse nos esportes na Educação Física ou ainda melhor no próprio movimento, mal sabem que desconsiderando essa forma de vida, ela está prejudicando seu próprio desenvolvimento, então resta ao professor despertar esse interesse.

Segundo Marques e Krug (2008, p.5),

> As atividades de correr, saltar, arremessar, trepar, pendurar-se, equilibrar-se, levantar e transportar, puxar, empurrar, saltitar, girar, pular corda, permitem a descarga da agressividade, estimulam a auto expressão, concorrem para a manutenção da saúde, favorecem o crescimento, previnem e corrigem os defeitos de atitudes e boa postura.

Marques cita essas atividades como provedoras de desenvolvimento e que corrigem a postura dos alunos e sem dúvida trabalhando com a saúde.

Por meio das aulas de Educação Física a vida de muitas crianças e adolescentes têm mudado, a tomar atitudes, para saber compartilhar, saber ajudar ao próximo, aprender a competir e criar cidadãos conscientes que saibam opinar.

Porem percebeu que muitos professores desperdiçam o tempo em que ele tem em quadra apenas largando uma bola para que jogue sem nenhum princípio, o profissional deve inovar, pois há um acervo enorme de atividades provedoras de desenvolvimento humano.

A Educação Física mostra um acervo de caminhos que pode ser traçado para que haja um conhecimento mútuo entre a maioria dos esportes pelos quais podem ser praticados no âmbito escolar, basta que esses conhecimentos cheguem ao aluno, mas essa não é uma tarefa apenas dos alunos, mas sim também dos professores que tem como objetivo passar o seu conhecimento aos demais.

Nas escolas dos dias atuais é bem provável que quando fazemos uma pergunta referente a escolha esportiva a resposta serão praticamente as mesmas, os meninos responderiam futsal e as meninas vôlei, diante disso pensamos o que está errado em outros esportes? Será que a mídia interfere nesse assunto, ou professores que não disponibilizam novos conhecimentos novas práticas para seus alunos.

Segundo Bracht, Educação Física e aprendizagem social (1992, p. 17)

> Apesar de a Educação Física haver lançado mão de um amplo leque de objetivos, como o desenvolvimento do sentimento de grupo, cooperação, etc, o objetivo da escola é tão somente a aprendizagem do esporte, ficando a ginástica e a corrida, por exemplo, como simples aquecimento, além dos jogos populares terem sido transformados em 'jogos pré- desportivos'.

Pelo que o autor retrata muitas modalidades esportivas são esquecidas são propostas como segundo plano e não como uma aula propriamente dita, nisso as modalidades que podem ser citadas até como essenciais para o desenvolvimento é deixada e não é levada como modalidade.

Podendo colocar então que os professores são principais ferramentas que traçam o caminho para a opção esportiva pelo qual o aluno escolherá, muitas vezes a falta de conhecimento sobre o próprio esporte acarreta em um mau ensinamento da modalidade prejudicando o aluno, fazendo com que ele perca o interesse pelo esporte assim no futuro não optando em praticá-lo.

Na visão de Taffarel *et al*. (1992, p. 219),

> A ginástica em todas as suas formas historicamente determinadas e culturalmente construídas; o fantástico acervo de jogos que eles conhecem confrontados com os que não conhecem; a dança enquanto uma linguagem social que permite a transmissão de sentimentos e emoções da afetividade vivida nas esferas da religiosidade, do trabalho, dos costumes etc; o esporte como prática social que institucionaliza temas lúdicos da cultura corporal universal, e que se projeta numa dimensão complexa que envolve códigos, sentidos e significados da sociedade que o cria e pratica.

Um grande erro cometido pelas escolas e professores é o modo de ensinar pela qual dizem são as modalidades "principais" que são handebol, basquete, futsal e vôlei podemos dizer que essas modalidades são ensinadas uma a cada semestre isso sendo pelo ano todo se isso for levado a sério e que se passe para todas as turmas todos os anos se torna a mesma mesmice sem proceder em novos conhecimentos até que sejam cansativas pelos alunos ou então se tratadas de "planos fantasmas", ou seja, está apenas no papel em prática são totalmente diferentes ou é passada apenas uma modalidade durante o ano todo. Então fica a pergunta onde estão às outras modalidades será que elas não são importantes?

As aulas devem ser ministradas de maneira que o aluno leve a atividade na brincadeira tomando gosto pelo esporte, de início o professor deve passar atividades/brincadeiras de formas lúdicas sem cobrar regras ou algo que deixe a aula

“chata” conforme a criança se desenvolva na aula, o professor deve ir gradativamente inserindo desafios e regras.

MATERIAIS E MÉTODOS

O caráter dessa pesquisa foi qualitativa e quantitativa, para realizar a pesquisa foi entregue um questionário com perguntas semiestruturadas para três professores de Educação Física que lecionam nas escolas do município de Curitibanos – SC.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram entrevistados três professores um de gênero feminino e dois masculinos que atuam com o Ensino Médio, abordados com um questionário, composto com seis perguntas.

O entrevistado 1 de gênero feminino, na segunda questão que se perguntava o tempo de leciona as aulas, respondeu que leciona há 10 anos com as turmas de ensino médio.

O entrevistado 2 de gênero masculino, respondeu que leciona há 24 anos, o entrevistado 3 também de gênero masculino comentou que leciona há 5 anos.

Na terceira pergunta se refere às aulas teóricas, que são as aulas que são realizadas em sala de aula como uma forma de aula alternativa ou método de ensino, como eram essas aulas, o entrevistado 1 respondeu que aplica aulas teóricas de várias formas como textos para interpretação, vídeos, apresentação e exposição de trabalhos.

O entrevistado 2 disse que sim, com aulas expositivas e o entrevistado 3 respondeu que busca pouco por aulas em sala de aula, porem acha de suma importância, trabalha com jogos de tabuleiros e apresentações de trabalhos.

A quarta pergunta refere-se a quais modalidades esportivas que desenvolvem no decorrer do ano?

O entrevistado 1 respondeu que as modalidades são divididas em bimestres geralmente e trabalha com quatro modalidades que são: Futsal, Vôlei, Handebol e Basquete. O entrevistado 2 trabalha com Atletismo, Vôlei, Handebol, Futsal,

Basquete, Tênis de Mesa, Xadrez e Dança. O entrevistado 3 trabalha com Futsal, Vôlei, Xadrez, Atletismo, Handebol e Basquete.

Santana e Reis (2006, p. 137) colocam que

> Quem joga coopera (atua junto), tem a oportunidade de rever pontos de vista e atitudes, de reconhecer o esforço próprio, coletivo e alheio, de compartilhar espaços, ideias, projetos, de concentrar-se, de criar estratégias para mais bem interagir com os desafios impostos pela disputa, de se aproximar de outras pessoas, de conviver com as diferenças, com a vitória e a derrota, de aprender a lidar com estas últimas, de colocar-se disponível, de socializar habilidades, de expressar sentimentos, de solidarizar-se.

Na quinta questão perguntava se existia alguma dificuldade que o professor encontrava ao ministrar as aulas de Educação Física no Ensino Médio, o entrevistado 1 disse encontra poucas dificuldades no que eu trabalho em geral o material que é reduzido e o espaço físico que dependendo do trabalho se torna limitado. O segundo entrevistado diz não encontrar nenhuma dificuldade nas realizações de suas aulas e o terceiro entrevistado comentou que a maior dificuldade é o desinteresse dos alunos quando ele diversifica as suas aulas ou quando se trabalha o xadrez e o atletismo.

Martins e Pereira (2002, p. 113) dizem que:

> O que tem ocorrido é uma política de desvalorização do professor, prevalecendo as concepções que o consideram como um mero técnico reprodutor de conhecimentos, um monitor de programas pré-elaborados, um profissional desqualificado, colocando-se à mostra a ameaça de extinção do professor na forma atual. A realidade retrata uma carreira quase inexistente, com condições de trabalho aviltadas, pouca retribuição financeira e discutível reconhecimento social.

Nesta pergunta pode-se observar a diferença das dificuldades que os professores enfrentam durante suas aulas.

A sexta pergunta pede para que o entrevistado de uma nota de 0 a 10 relacionado ao próprio nível de motivação em atuar com a Educação Física no Ensino Médio. O entrevistado 1 responde que sempre foi um desejo trabalhar com o Ensino Médio e a motivação é grande pois a maioria dos alunos gostam das aulas de Educação Física então é 10.

O entrevistado 2 disse que adora trabalhar com o médio, aliás ele adora trabalhar com a Educação Física então a nota é 10.

O entrevistado 3 diz que a nota é 10 apesar dos alunos que não querem nada na aula mas sempre tem os que nos motivam a ir sempre a frente e sempre amei dar aulas de Educação Física.

CONCLUSÃO

Conclui-se que dessa maneira se referem às práticas pedagógicas realizadas pelos profissionais da Educação Física pode observar que existem algumas dificuldades que podem interferir no desenvolvimento das aulas, porem o grau de motivação presente nos professores é muito grande, podendo então assegurar uma contribuição desenvolvedora na formação dos alunos.

Referente às respostas observadas nos questionários, é possível notar a falta de materiais algo que acaba não possibilitando a perspectiva positiva dos professores, porem a ideia de citada por eles é a possibilidade de criar suas aulas de maneira recreativa idealizando uma aula diversificada obtendo um conhecimento mútuo referente a modalidade esportiva.

A maneira que o professor conduz a sua aula, modificando ações de seus alunos, a variedade de material utilizado para compor seu desenvolvimento da disciplina estabelece uma linha de raciocínio inovadora referente a prática pedagógica.

A prática pedagógica atual conduz aos professores uma grande margem de conhecimento, tendo um desenvolvimento mais completo durante as aulas, com a possibilidade da ajuda da tecnologia e opiniões diversificadas dos colegas de trabalho e alunos.

REFERÊNCIAS

CUNHA, M. I. **O bom professor e sua prática**. São Paulo: Papirus, 1992.

GARCIA. **O significado da prática pedagógica**. Disponível em: https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/pedagogia/o-significado-de-praticas-pedagogicas/25705. Acesso em: 05 abr. 2018.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. 2. ed. Ijuí: UNIJUÍ, 2000.

MANOEL, E. J.; TANI, G. Preparação Profissional em Educação Física e Esportes: Passado, Presente e Desafios para o futuro. **Revista Paulista de Educação Física**. São Paulo, v. 13, 1999.

PORTAL.Colunista. **A história da educação física**. Disponível em: https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/esporte/historia-da-educacao-fisica-no-mundo/51259 Acesso em: 05 abr. 2018.

RESENDE, H. G. Reflexões sobre algumas contradições da Educação Física no âmbito da escola pública e alguns caminhos didático-pedagógicos na perspectiva da cultura corporal. **Movimento**, Porto Alegre, v. 1, n. 1, set. 1994.

SANTANA, W. C.; REIS, H. H. B. A pedagogia do esporte e o desafio de educar para a autonomia. In: MOREIRA, E. C. (Org.). **Educação física escolar**: desafios e propostas 2. Jundiaí: Fontoura Editora, 2006.

A PARTICIPAÇÃO DOS ALUNOS DE ENSINO MÉDIO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Guilherme Françoise Ferreira de Oliveira[11]
Marcos Adelmo dos Reis[12]

RESUMO

A educação física na escola é matéria obrigatória na grade de estudos para alunos do ensino médio, além de contribuir para a saúde e qualidade de vida dos alunos. A intenção desta pesquisa foi verificar a participação dos alunos de Ensino Médio nas aulas Educação Física, a pesquisa envolveu uma Escola da Rede Estadual de Curitibanos SC, e contou com a participação de 46 alunos das turmas de 1º, 2º, e 3º anos, onde foi aplicado um questionário fechado contendo seis perguntas referentes às aulas de Educação Física. Entre as perguntas do questionário destaca-se que 91% dos alunos participam das aulas de Educação Física. Os resultados indicam que há um progresso bom em relação à pratica de exercício físico ou esportes praticados pelos alunos fora da escola, com 78% dos alunos praticando ou, praticando às vezes, o esporte/exercício físico fora da escola, sendo que 22% da amostragem não pratica nada fora da escola. Isso vem se dando ao resultado bom dos profissionais que atuam como professores de Educação Física, tendo em mente que suas aulas influenciam a procura dos alunos por atividade além das praticadas em âmbito escolar.

Palavras-Chave: Educação física. Ensino Médio. Exercício Físico.

ABSTRACT

Physical education in school is a compulsory subject in the curriculum of studies for high school students, in addition to contributing to the health and quality of life of students. The intention of this research was to verify the participation of high school students in Physical Education classes, the research involved a School of the State Network of Curitibanos SC, and had the participation of 46 students from the 1st, 2nd and 3rd year classes, where a closed questionnaire containing six questions regarding Physical Education classes was applied. Among the questions in the questionnaire, 91% of the students participate in Physical Education classes. The results indicate that there is good progress in relation to the practice of physical exercise or sports practiced by students out of school, with 78% of the students practicing or, sometimes practicing, the sport / exercise outside of school, with 22% of sampling does not practice anything outside of school. This is being given to the good result of the professionals who act as teachers of Physical Education, keeping in mind that their classes influence the students' search for activity beyond those practiced in the school environment.

Keywords: Physical education. High school. Physical exercise

[11]Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: guilherme.disk@hotmail.com
[12] Prof. Me do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: marcosr@unc.br

INTRODUÇÃO

A Educação Física vem mudando e o reflexo vem se notando nas aulas de Educação Física, principalmente no Ensino Médio aonde os alunos vem se afastando cada vez mais das aulas e o professor vem perdendo seu espaço (SABA, 2011, p. 60).

Os alunos ao chegarem no Ensino Médio perdem o interesse nas aulas de Educação Física, muitas vezes por serem aulas monótonas e repetitivas o adolescente vem sempre querendo algo novo e diferente do que ele está habituado, e o professor vem perdendo seu espaço na escola muitas vezes por falta de se aprimorar e buscar sair do tradicional vôlei e futsal.

> A Educação Física mudou de tal forma que hoje ela quer mexer não só com o corpo, mas com a cabeça das pessoas. É verdade. A intenção "secreta" dos profissionais de Educação Física mais sintonizados e comprometidos com as novas tendências é mudar a maneira de pensar é interferir no comportamento de quem ainda não foi persuadido a adotar uma postura saudável na vida (SABA, 2011, p 68).

O autor supracitado relata que os profissionais têm que estar antenados com o que acontece no meio escolar, não parados no tempo, um bom profissional para ele é aquele que está por dentro das novidades e está tentando mostrar ao seu aluno que a exercício físico não mexe apenas com o corpo, mas sim com a cabeça de quem pratica, um profissional atualizado busca persuadir seus alunos a uma postura saldável.

Na adolescência, o aluno passa por várias fases, mudanças físicas e cognitivas, o professor de educação física deve estar situado de como lidar com essas fases e ajudar seu aluno de melhor maneira possível através das aulas ministradas por ele (BARNI; SCHNEIDER *apud* SILVA FILHO, 2010, p. 5)

O professor de Educação Física deve fazer seu aluno pensar para resolver os problemas, por exemplo, de uma atividade aonde ele deve pensar para sair de uma situação de marcação no basquete, o professor não deve dar para o aluno a resposta imediata para seu problema, o aluno deve pensar e agir sozinho, não que o professor não deva ajuda-lo, mas deve deixa-lo pensar e agir antes de dar para ele a resposta sem ao menos o aluno tentar resolver o problema, afirma (FREIRE *apud* CERATTI, 2008, p. 14)

Entender um pouco do universo das aulas de Educação Física no Ensino Médio foi a razão para a realização do presente artigo, entender o porquê os alunos se afastam ao passar do tempo no Ensino Médio das aulas de Educação Física, e como resgatar esse aluno, mostrando assim ao professor oque os alunos acham das aulas regidas por ele, o objetivo geral foi analisar os motivos da falta de interesse dos alunos de Ensino Médio nas aulas de Educação Física, tendo em mente fragmentar esse objetivo em três outros objetivos específicos que foi investigar se os alunos praticam exercício físico fora das aulas de Educação Física, verificar o que o aluno mais aprende nas aulas de educação física e por último verificar como o aluno se sente praticando as aulas de Educação Física, com esses três objetivos específicos respondidos nesta pesquisa.

Nas aulas de Educação Física, o sonho da maioria dos professores é possibilitar ao seu aluno maior variedade de atividades física para que ele possa por si só quando sair da escola ou não estiver em horário de aula a praticar exercício físico que mais o agrada dando assim ao aluno autonomia de escolher.

Na adolescência o aluno fica muitas vezes confuso com o que acontece com ele, é difícil controlar suas emoções para Aberastury e Knobel *apud* Silva Filho (2010, p. 5) adolescência trata-se de um período caracterizado por mudanças significativas que ocorrem no corpo humano, as quais impõem ao indivíduo um novo papel frente ao mundo exterior. Segundo os critérios cronológicos propostos pela organização mundial de saúde, a adolescência é o período da vida que vai dos 10 aos 19 anos, 11 meses e 29 dias, caracterizado.

> Um professor compromissado com a educação do corpo do seu aluno deve estar sempre prestando atenção ao que o aluno deseja, necessita e sente, mesmo que este diga não. Muitas vezes o aluno sequer sabe o que procura, e o professor tem de ter ferramentas para ajudá-lo a descobrir (SABA, 2011, p 72)

Saba também ressalta que o professor deve guiar o aluno, para o que ele realmente necessita, o professor de Educação Física tem nas mãos o poder de resgatar um aluno, que passa por momentos difíceis e mostrar a ele o caminho. O professor de Educação Física é mais que um professor visto por muitos como herói, pois preza como objetivo nas suas aulas pela saúde e o bem-estar dos alunos.

> Que não confunda Educação Física com recreação. Uma pode, e em alguns casos deve estar ligada a outra, mas recreação é uma pequena parte do processo. Nem se pode reduzir a Educação Física a qualquer coisa que seja física, esquecendo a primeira palavra 'Educação'. A Educação Física é maior que parece. Ela começa antes e vai além do movimento regulamentado do corpo (SABA, 2011, p 62).

Muitas das pessoas pensam que Educação Física é apenas jogar bola e correr, mas está, além disto, também desenvolve o cognitivo e habilidades motoras dos alunos, mas isto vem se perdendo, poiso que vemos nas aulas na maioria das vezes são repetitivas atividades, como o vôlei e futsal, isto dá uma visão para quem é de fora da área que a Educação Física é apenas recreação, o professor deve mudar esse conceito explorando diversas outras modalidades.

> Os PCNs defendem que os alunos do ensino médio deverão desenvolver as noções conceituais de esforço, intensidade e freqüência, aplicando-as em suas práticas corporais. Inclui-se ainda, a coordenação motora. Nessa fase há um desenvolvimento harmonioso das proporções corporais, tendo efeito positivo sobre a coordenação motora. Há também um grande aumento da força e, consequentemente, da velocidade, propiciando movimentos vigorosos. A resistência também aumenta significativamente, principalmente pelo aumento dos órgãos para o aporte energético. Já a flexibilidade tem uma piora por conta do crescimento longitudinal e da redução da resistência mecânica do motor passivo por conta das alterações hormonais, principalmente em função do hormônio do crescimento (GH) e dos hormônios sexuais (TAVARES, 2010, p. 21).

O professor deve saber lidar com cada fase das capacidades físicas dos alunos, trabalhar para que o aluno com o passar do tempo não vá perdendo sua flexibilidade e sim a mantendo ou aumenta-la, o professor também deve saber trabalhar as outras capacidades físicas do aluno como a força, velocidade e resistência aplicando assim nas aulas atividades que envolvam essas capacidades físicas.

Muitos alunos perdem o interesse nas aulas por não estarem motivados a praticarem ou participarem de exercício físico desenvolvida em âmbito escolar.

Para Witter e Lomônaco *apud* Sanchés (2014. p. 8) a falta de motivação do professor afeta diretamente o aluno, pois é o docente a pessoa na escola que tem o maior contato com os discentes. Sendo assim, ele tem grande responsabilidade para com a motivação deles. Com certeza uma aula ministrada sem motivação criará um clima desfavorável à aprendizagem, pois o aluno já tem consigo um estigma quanto à

ida à escola, e ao encontrar o professor desmotivado certamente causará ainda maior resistência em motivar-se para aprender.

O professor que não está motivado em dar aula está automaticamente desmotivando seus alunos, e fazendo assim com que eles parem de praticar a atividade em âmbito escolar e posteriormente fora da escola não praticar nenhuma exercício físico.

Segundo Payne e Barnett *apud* Silva Filho (2010, p. 7) os adolescentes tornam-se cada vez mais dependentes dos amigos para satisfazer muitas de suas necessidades básicas de aceitação social, companhia de lazer, intimidade e relações sexuais. Essas experiências com os amigos fortalecem a formação do senso de bem-estar.

O professor deve explorar esse ponto fazendo atividades em grupos e trazendo para si a turma de forma a motiva-los, assim fluindo de forma natural a participação dos alunos em suas aulas, assim diminuindo cada vez mais a evasão nas aulas de Educação Física.

> Assim, quanto mais o professor compreender a dimensão do diálogo como postura necessária em suas aulas, maiores avanços, estará conquistando em relação aos alunos, pois desse modo, sentir-se-ão mais curiosos e mobilizados para transformarem a realidade. Quando o professor atua nessa perspectiva, ele não é visto como um mero transmissor de conhecimentos, mas como um mediador, alguém capaz de articular as experiências dos alunos com o mundo, levando-os a refletir sobre seu entorno, assumindo um papel mais humanizador em sua prática docente (LOPES 2009, p. 5).

O professor deve manter uma comunicação ativa com seu aluno, entender o que ele pensa e passa no seu dia-a-dia, para que possa estabelecer uma conexão professor aluno e aluno professor boa.

Segundo Lopes (2009, p. 3), muitos professores que atuam nas escolas não se dão conta da importante dimensão que tem o seu papel na vida dos alunos. Pois não há como acontecer na escola uma educação adequada às necessidades dos alunos sem contar com o comprometimento ativo do professor no processo educativo, essa realidade é necessária para que uma nova relação entre professores e alunos comece a existir dentro das escolas.

MATERIAIS E MÉTODOS

Esta pesquisa se caracteriza como exploratória com abordagem quantitativa, que implica um estudo transversal, onde foi utilizado como instrumento de levantamento de dados um questionário fechado proposto por Darido. Sendo que foram realizadas algumas adaptações no mesmo.

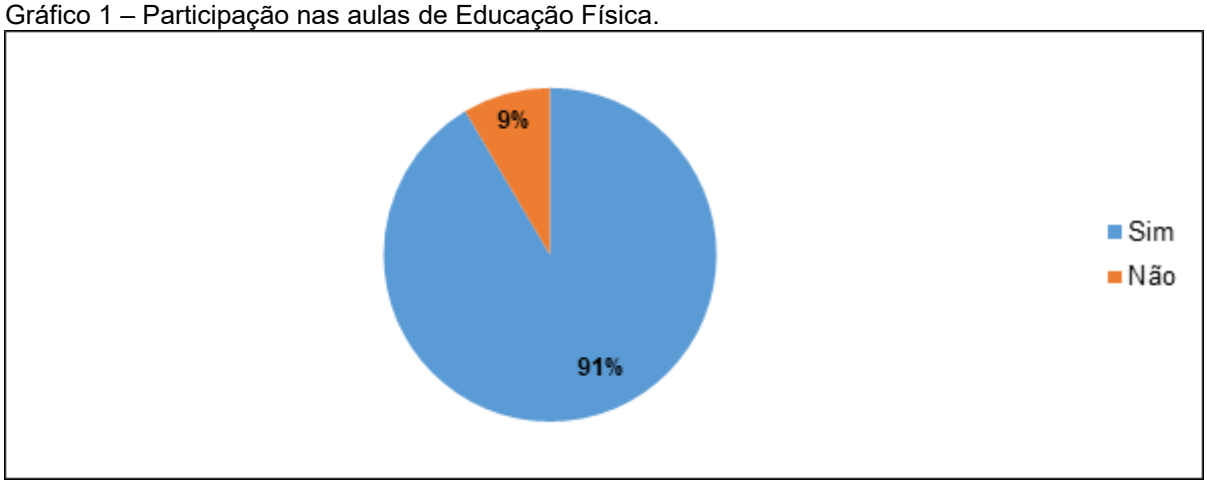
A amostra da pesquisa foi composta por 46 alunos do ensino médio, tendo como participantes turmas do 1º ano, 2º ano e 3º ano do período matutino, da E.E.B Sólon Rosa, no município de Curitibanos, SC, que responderam um questionário fechado sobre as aulas de Educação Física com foco especial no Ensino Médio.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados obtidos nesta pesquisa com base no questionário aplicado foram os seguintes.

Perguntado aos alunos seis perguntas relacionadas à educação física começando com:

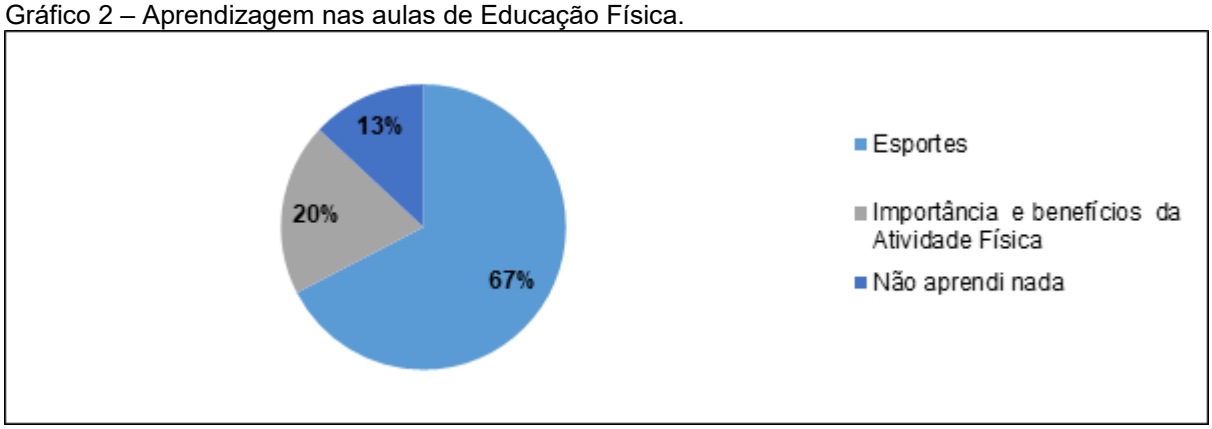
Gráfico 1 – Participação nas aulas de Educação Física.



Quando questionados sobre a sua participação nas aulas de Educação Física, 91% dos alunos afirmam participar nas aulas de educação física e 9% dos alunos disseram não participar das aulas e educação física na escola. Esses 9% dos alunos podem não participar das aulas por que estão de atestado ou por simplesmente não quererem participar das aulas, se esse for o causo o professor deveria tentar de

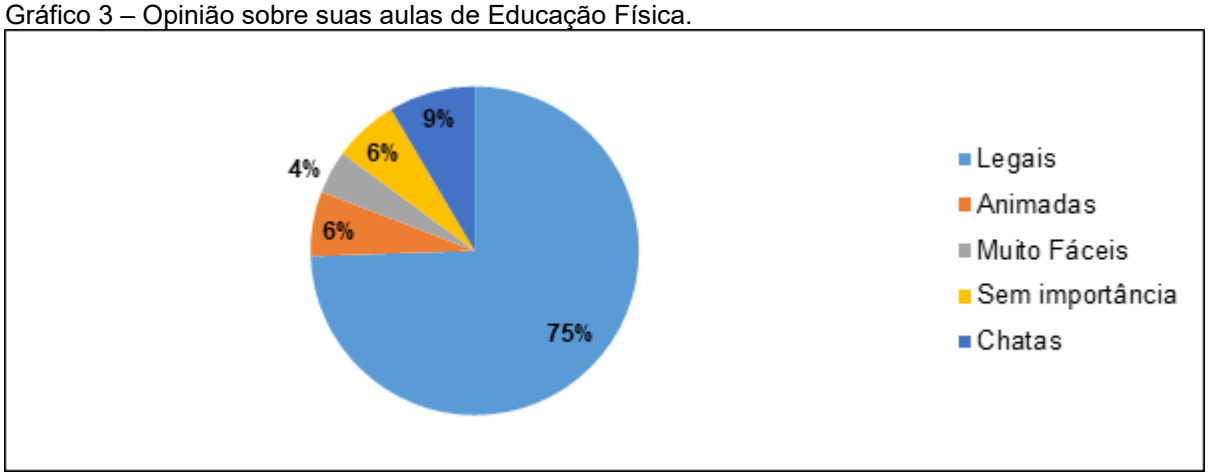
alguma forma resgatar esses alunos para que voltem as aulas e tentar saber o porquê os alunos não participam de suas aulas.

Gráfico 2 – Aprendizagem nas aulas de Educação Física.



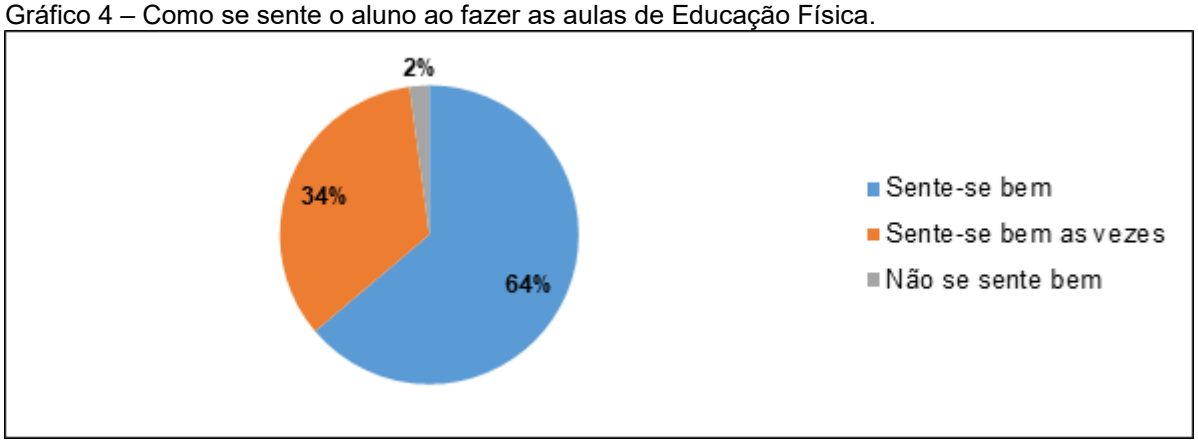
Perguntado aos alunos o que eles aprendem nas aulas de educação física, 67% dos alunos responderam esportes que não foge do que os professores tem que passar, deve entender que se os alunos procuram sempre por algo novo e o professor pode proporcionar a eles isso com esportes não muito conhecidos e não muito trabalhados em escolas, aos seus alunos no ensino médio, 20% deles afirmaram aprender nas aulas de educação física a importância e os benefícios da exercício físico, esse número pode ser maior por conta da pergunta pedir para eles escolherem uma opção, mas ainda assim, é pouco que apenas 20% afirmem isso, com relação a demais alunos afirmaram não aprender nada com as aulas de educação física, dos demais alunos, 13% afirma não aprender nada com as aulas de Educação Física.

Gráfico 3 – Opinião sobre suas aulas de Educação Física.



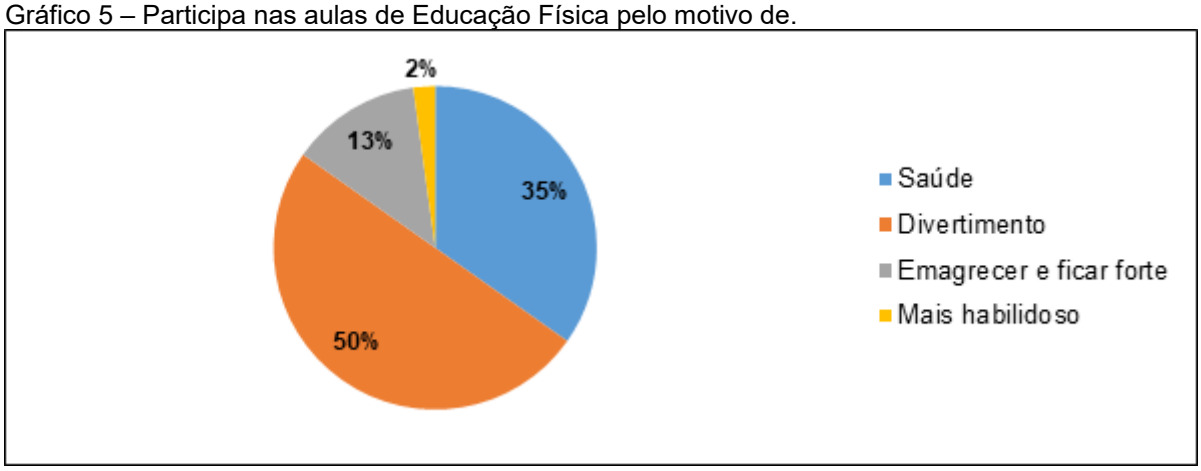
A terceira pergunta do questionário refere-se ao que o aluno acha das suas aulas de Educação Física. Com relação a esta pergunta, 75% dos alunos afirmam que as aulas são legais, independente do conteúdo aplicado, 6% dos alunos acham as aulas de educação física animadas, 9% dos alunos acham chatas, esses que acham chatas, possivelmente são aqueles que não participam das aulas de educação física, ainda 4% dos alunos acham muito fáceis às aulas e outros 6% dos alunos sem importância para eles às aulas de educação física.

Gráfico 4 – Como se sente o aluno ao fazer as aulas de Educação Física.



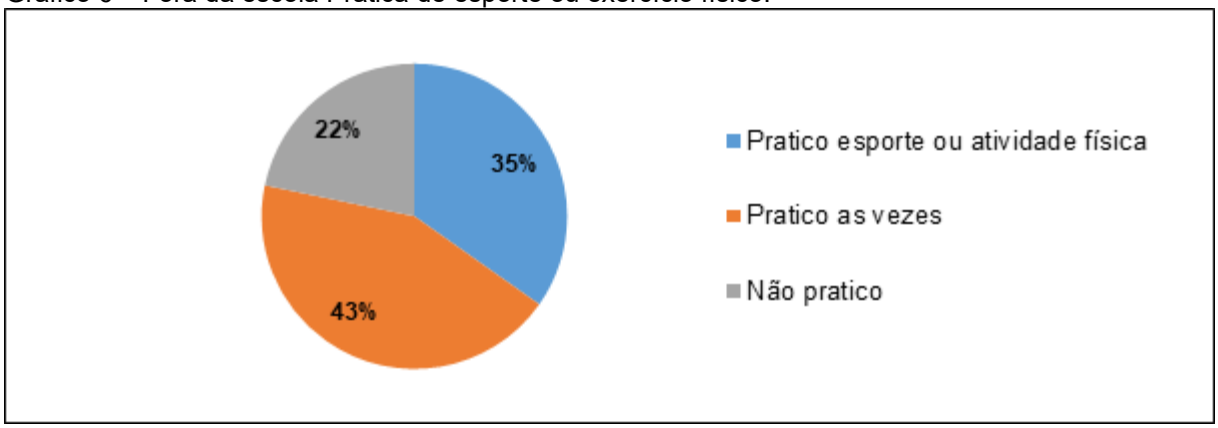
Perguntado aos alunos como eles se sentem nas aulas de Educação Física, ao praticá-la a maioria dos alunos afirma que se sente bem ao praticar as aulas, referente a 64% dos alunos, isso pode ser decorrência de que a Educação Física está muitas vezes influenciando de modo positivo na vida desses alunos, outros 34% dos alunos afirmam que quando praticam as aulas de Educação Física se sentem bem às vezes, mas não em todas as aulas, por algum motivo ou outro, e apenas 2% dos alunos que respondam o questionário, afirmam que se sentem mal participando das aulas de educação física.

Gráfico 5 – Participa nas aulas de Educação Física pelo motivo de.



Perguntado aos alunos por que ele participa das aulas de Educação Física, a maioria deles ainda não entende muito bem que a Educação Física não está relaciona apenas a diversão, mas sim ligada à saúde também, com relação ao que foi perguntado a eles, 50% dos alunos afirmam participar das aulas por pura diversão, apenas 35% dos alunos afirmam participar por acharem que à exercício físico e a Educação Física promove a eles saúde, outros 13% dos alunos afirmam ainda que praticam por que querem emagrecer ou ficar mais forte, apenas 2% dos alunos afirmou participar por que quer ficar mais habilidoso.

Gráfico 6 – Fora da escola Pratica de esporte ou exercício físico.



Perguntado aos alunos se eles praticam esporte ou exercício físico fora da escola, 35% deles afirma participar de algum esporte ou atividade fora da escola, isso é muito positivo 43% dos alunos afirmam que praticam apenas às vezes, e 22% dos alunos afirmam não participarem de nenhum esporte ou exercício físico fora da escola, apesar de ser apenas 22% dos alunos dos 46 entrevistado para esta pesquisa é

considerado alto os não praticantes, boa parte desses que não praticam nenhuma atividade fora da escola, também não praticam ou acham chatas as atividades dentro da escola.

CONCLUSÃO

Procurou-se neste estudo investigar o porquê os alunos de Ensino Médio nas aulas de Educação Física vão perdendo o interesse pela pratica das atividades propostas pelo professor de Educação Física, após a coleta e estudo dos dados os resultados a estas questões mostram que 91% dos alunos que participaram da pesquisa, realizam as aulas de Educação Física. Que foram dados muito positivos o que surpreendeu, pois eu esperava o contrário em relação aos alunos do Ensino Médio, porque os alunos ao chegar no Ensino Médio vão se desmotivando com as aulas repetitivas ou o professor vai deixando eles fazerem o que querem nas aulas, como por exemplo as aulas livres, e não trazendo alguma coisa nova ou diferente para as aulas de Educação Física, mas nesta pesquisa se mostrou o contrário.

Um dos objetivos dessa pesquisa foi investigar se os alunos praticam alguma atividade fora da escola, com 78% dos alunos afirmando que praticam ou praticam às vezes alguma atividade ou esporte fora da escola, isso conta de modo muito positivo, sinal que as aulas de Educação Física do professor regente das turmas, que responderam o questionário vêm dando resultado fora da escola, aonde os alunos não só praticam exercício físico nas aulas, mais também procuram por atividades fora da escola. Os outros 22% dos que responderam à pergunta referente ao gráfico 6, afirmam não praticar atividade ou esporte fora da escola, isso se dá talvez por que os adolescentes no ensino médio procuram por liberdade financeira e muitos deles trabalham em turnos contrários do que estudam ou fazem algum tipo de curso, isso não dá a eles tempo para praticarem algum exercício físico ou esporte fora da escola.

Mais uma pergunta que o artigo responde com a ajuda do questionário, é como o aluno se sente ao praticar as aulas de Educação Física, se eles ao praticarem as aulas se sentem bem em todas as aulas, bem em algumas aulas ou mal, com relação a este objetivo especifico, mas de 64% dos alunos afirmou se sentir bem ao praticar as aulas de Educação Física, isso mostra que a aula para esses estudantes é de uma forma geral boa, e que o professor de Educação Física responsável pelas turmas vem

desempenhando seu papel muito bem, apenas 2% dos alunos se sente-se mal ao praticar as aulas de Educação Física, isso pode se dar a vários motivos, um deles o bullying, ou simplesmente por ele não gostar de praticar a exercício físico.

Outro objetivo que foi proposto e respondido pela presente pesquisa foi verificar o que os alunos aprendem nas aulas de Educação Física, com 67% dos resultados os alunos afirmam que aprendem o esporte nas aulas de educação física, de modo geral, incluindo as modalidades mais praticadas nas aulas de Educação Física como, por exemplo, o futsal, voleibol, basquetebol e o handebol, que são as mais praticadas atualmente em escolas, e por serem modalidades em equipes.

Apenas 13% dos alunos afirmam não aprender nada com as aulas de Educação Física, isso pode se dar aos alunos que acham as aulas chatas ou aqueles alunos que não se sentem bem ao praticar as aulas de Educação Física.

A educação Física sempre pode nos ensinar algo novo, até mesmo o professor pode ensinar e aprender alguma coisa nova com os alunos ou até mesmo com suas aulas.

Tendo em vista os aspectos observados, conclui-se que a participação dos alunos em aulas de Educação Física é acentua e positiva, ainda mais que os alunos não só praticam exercícios físicos dentro do âmbito escolar, mas também fora dele, grande maioria se sente bem praticando atividades física ou algum esporte, dos entrevistados 50% deles afirmou ainda que praticam pelo ato de se divertir isso traz ainda mais prazer ao realizar as aulas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. Brasília: Edições Câmara. 2015

CERATTI, Márcia Rodrigues Neves. Evasão escolar: causas e consequências. Programa de Desenvolvimento Educacional (PDE), SEED/PR. dez. 2008.

LOPES, Rita de Cássia Soares. A Relação Professor Aluno e o Processo Ensino Aprendizagem. 2009. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/ portals/pde/arquivos/1534-8.pdf>. Acesso em: 06 jul 2018.

SABA, Fabio. Mexa-se atividade física, saúde e bem-estar. São Paulo: Phorte, 2011.

SANCHES, Tânia Maria. O desinteresse dos alunos do ensino médio pelas aulas de educação física. In: Os desafios da Escola Pública do Paraná na perspectiva do professor PDE (Artigos – versão online). **Cadernos PDE I**. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernospde/pdebusca/producoes_pde/2014/2014_uenp_edfis_artigo_tania_mara_sanches.pdf>. Acesso em: 06 de Jul de 2018.

SILVA FILHO, Antônio Sabino. As escolhas de adolescentes em aulas de educação física no ensino médio. São Paulo, 2010. Disponível em: <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/39/39133/tde-16092010-144922/pt-br.php> Acesso em: 06 jul. 2018.

TAVARES, Carlos Eduardo Moura. **Didática aplicada a educação física**. Governo do Estado do Ceará. Secretária da Educação: CESAUNE, 2010.

NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL

Lucas Lima Padilha[13]
Marcos Adelmo dos Reis[14]

RESUMO

A flexibilidade é uma capacidade física que compõe a aptidão física relacionada à saúde, onde devemos mantê-la em constate aprimoramento, pois a falta da mesma acarreta sérios problemas posturais prejudiciais à nossa saúde. Sabendo da importância desta capacidade o estudo teve como objetivo analisar o nível de flexibilidade em estudantes do ensino fundamental, onde participaram 86 alunos de turmas do 6° ao 9° ano de uma escola que pertence à Rede Estadual de Ensino, localizada no município de Curitibanos-SC. Para a avaliação da capacidade flexibilidade foi utilizado o Teste de Sentar e Alcançar, utilizando o banco de Wells. De acordo com os resultados obtidos, 79% dos participantes de ambos os gêneros obtiveram níveis adequados a sua faixa etária, enquanto 21% ficaram abaixo do recomendado segundo a literatura. Onde cabe aos Professores de Educação Física na escola a realização de atividades e exercícios durante as aulas para que diminuam cada vez mais esta proporção abaixo dos padrões de segurança para a saúde.

Palavras-Chave: Flexibilidade. Saúde. Educação Física.

ABSTRACT

Flexibility is a physical capacity that makes up the health-related physical fitness, where we must keep it in constant improvement, because the lack of it causes serious postural problems detrimental to our health. Knowing the importance of this ability, the study aimed to analyze the level of flexibility in elementary school students, where 86 students from 6th to 9th grade participated in a school that belongs to the State Education Network, located in the city of Curitibanos, SC. Flexibility was assessed using the Sit and Reach Test, using the Wells bench. According to the results obtained, 79% of participants of both genders obtained levels appropriate to their age group, while 21% were below the recommended according to the literature. Where it is up to the Physical Education Teachers at school to carry out activities and exercises during the classes so that this proportion decreases below the health safety standards.

Keywords: Flexibility. Health. Physical Education.

[13] Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: lucaslimapadilha9@hotmail.com
[14]Prof. Me. do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: marcosr@unc.br

INTRODUÇÃO

O presente estudo aborda o assunto flexibilidade, uma vez que a flexibilidade é uma capacidade física que está relacionada à saúde e é conceituada como a máxima amplitude de um movimento articular, necessita estar em constante aprimoramento ou manutenção para estarmos realizando atividades do nosso dia-a-dia com um melhor desempenho. Segundo Nahas (2006, p. 78) “todos nós precisamos de certo nível de mobilidade, assim como força, para as atividades diárias e para uma boa saúde”.

A flexibilidade possui alguns fatores que a influenciam como a idade, individualidade biológica e o somatotipo, fatores que diferem de pessoa para pessoa, onde poderemos observar esses fatores então ao avaliarmos a flexibilidade dos estudantes, pois teremos possíveis diferenças, uma vez que o fator prática de atividade física também terá influencia no desempenho durante o teste. Cabe a nós profissionais de educação física mostrar aos nossos alunos a importância de realizar exercícios que objetivem a flexibilidade, onde irá contribuir em seu crescimento evitando problemas posturais, ou até mesmo problemas musculares e articulares.

O estilo de vida de uma pessoa é fator fundamental para se ter uma saúde de qualidade, a prática de exercícios, uma alimentação de qualidade, a realização de exames periódicos, tudo isso vem a prevenir problemas futuros devido a maus hábitos no estilo de vida. Sabe-se que durante a adolescência podemos notar vários casos onde alunos não tem essa preocupação, e acabam aderindo hábitos prejudiciais a sua saúde, onde não praticam atividade física e acabam aumentando o número de sedentários, isso pode ser observado nas aulas de educação física, momento único onde realizam alguma atividade física, cabendo então ao profissional de educação física mostrar a importância de adquirir hábitos saudáveis objetivando trabalhar as principais capacidades físicas que utilizamos em nosso dia a dia.

A presente pesquisa é importante a nível de saúde, uma vez que a flexibilidade é uma capacidade física muito utilizada nas atividades realizadas no dia a dia, esta capacidade física está inserida na aptidão física relacionada à saúde, onde juntamente com a aptidão cardiorrespiratória, a resistência muscular e a composição corporal, nos mostram a importância de mantê-las em constante aprimoramento para uma vida saudável.

A pesquisa terá sua realização no intuito de analisar o nível de flexibilidade dos alunos, onde os mesmos ainda encontra-se na adolescência, e, portanto estão em fase de crescimento gerando certos problemas de postura que acarretam com dores nas costas especificamente nas regiões lombar e cervical, isso devido a alguns fatores como à inatividade física, posturas inadequadas e excesso de peso na mochila, esses fatores futuramente poderão causar possíveis problemas a sua saúde. Outros problemas que podem ser acarretados devido a não realização de atividades objetivando a flexibilidade são as lesões musculares e articulares, pois quando nossos músculos e articulações são poucos utilizados acabam perdendo sua elasticidade, e quando necessitarmos dos mesmos para determinados movimentos utilizados em nossa rotina diária acabaremos gerando alguma lesão.

Mas um quesito que nos levou a realizar esta pesquisa foi o desinteresse dos alunos em realizar o alongamento na aula de educação física, cujo momento que para muitos é a única parte do dia que está trabalhando sua flexibilidade, e o aluno por não ter conhecimento da importância da flexibilidade acaba não valorizando a mesma, e não tem conhecimento dos problemas futuros que poderão surgir devido a sua inatividade física.

Portanto, o objetivo da pesquisa é analisar o nível de flexibilidade em estudantes do Ensino Fundamental.

APTIDÃO FÍSICA RELACIONADA À SAÚDE

A Aptidão Física Relacionada à saúde (AFRS), definida por Nieman (1999), se resume em uma capacidade de realizar atividades diárias com vigor e, está relacionada a um menor risco no desenvolvimento de doenças crônicas.

Quando a aptidão física está relacionada à saúde, ela estará envolvendo componentes associados ao estado de saúde, tanto em aspectos de prevenção e redução dos riscos de doenças, como também por um maior nível de disposição para as atividades que são realizadas durante a rotina diária (NAHAS, 2006).

A capacidade do ser humano de realizar tarefas de sua rotina diária com vigor, a adoção de hábitos saudáveis e até mesmo características fisicamente ativas podem estar associadas com baixas chances no desenvolvimento de possíveis doenças

hipocinéticas (PATE, 1988), depende do real estado dos componentes que fazem parte da aptidão física relacionada à saúde.

Os componentes que fazem parte da aptidão física relacionada à saúde são a resistência cardiovascular e também a aptidão musculo esquelética, onde podem ser subdividi-os em composição corporal, resistência aeróbica, flexibilidade, força e resistência muscular, onde são vistos e consideradas as principais capacidades físicas do ser humano.

O aprimoramento das capacidades físicas força/resistência e flexibilidade podem estar prevenindo problemas futuros, como problemas posturais, articulares e lesões musculoesqueléticas, osteoporose, lombalgia e fadigas localizadas (BOUCHARD; SHEPHARD, 1994; GEORGE; FISHER; VEHRS, 1996).

A aptidão física relacionada à saúde, portanto pode ser considerada a aptidão para a vida, onde estará incluindo elementos com extrema importância, para estarmos com o passar dos anos em plena atividade, com riscos mínimos de doenças hipocinéticas, como por exemplo, doenças cardiovasculares, obesidade, problemas articulares e até mesmo musculares (PATE, 1988).

FLEXIBILIDADE

Podemos conceituar a flexibilidade como “a qualidade física responsável pela execução voluntaria de um movimento de amplitude angular máxima, por uma articulação ou conjunto de articulações, dentro dos limites morfológicos, sem risco de provocar lesões” (DANTAS, 1999, p. 57).

Outro conceito que podemos utilizar é segundo a visão de Nahas (2006, p. 44) “a flexibilidade refere-se ao grau de amplitude nos movimentos das diversas partes corporais. Depende da elasticidade de músculos e tendões e da estrutura das articulações”.

A flexibilidade tem grande papel em nossas vidas tanto em nossa rotina diária, como na prática de desportos, uma vez que está interligada desde uma simples tarefa do dia a dia, até a manutenção de nossa autonomia (WEINECK, 1999).

Portanto a capacidade física flexibilidade é responsável pela realização de movimentos articulares com grande nível de amplitude, logicamente com o grau de amplitude adequado a capacidade de cada ser humano.

Existem algumas definições feitas por autores que as diferem das demais, porém todas possuem a concordância de que a capacidade física flexibilidade irá depender da junção de dois sistemas fundamentais, o sistema muscular e o articular (RIESTRA; FLIX, 2003).

Minato (2010, p. 151), cita que “os índices de flexibilidade são multifatoriais, podendo ter influência de medidas antropométricas, composição corporal, genética, cultural e patológica, havendo maior intervenção de fatores maturacionais”.

Sabe-se então que alguns fatores influenciam de grande forma nos níveis de flexibilidade, como a idade, gênero, hábitos saudáveis e a prática regular de atividade física. O fator gênero mostra que durante o início do surto pubertário, as meninas tendem a serem mais flexíveis, pois nesta etapa os meninos decaem no quesito flexibilidade, mas aumentam no quesito força. Com o passar do tempo o fator idade também pode ser observado, quanto mais velho ficamos, menos flexíveis estamos.

Segundo Dantas (2005), a flexibilidade está relacionada inteiramente com a elasticidade muscular e a maleabilidade da pele, onde possuem influência segundo alguns respectivos aspectos.

- Idade: Fator primordial para o desenvolvimento e aprimoramento da flexibilidade, onde se trabalhada desde cedo possibilita uma melhor realização de inúmeras atividades do dia a dia. E com o passar dos anos tanto o gênero masculino e o feminino acabam diminuindo seus níveis de flexibilidade.
- Sexo: O nível de flexibilidade de ambos os sexos tem diferença, onde o sexo feminino sempre será mais flexível, pois a partir do surto pubertário os meninos acabam aumentando seu nível de força, porém diminuem seu nível de flexibilidade, deixando claro então que o gênero feminino possui grau mais elevado de flexibilidade.
- Individualidade biológica: Pode-se comparar indivíduos do mesmo gênero, mesma idade, porém com desempenho totalmente diferente, uma vez que a capacidade flexibilidade varia de individuo para indivíduo.
- Somatotipo: Uma pessoa que possui certo nível alto de massa muscular pode ter dificuldades para realizar determinados movimentos, por conta da quantidade de massa muscular.
- Condicionamento físico: Esse fator pode ser primordial, pois uma pessoa que pratica atividade física regular e se preocupa com sua saúde possui níveis

satisfatórias de flexibilidade, uma pessoa inativa fisicamente a cada dia diminui seu nível de flexibilidade correndo risco de gerar problemas a sua saúde.

Para trabalhar a flexibilidade deve-se ter conhecimento de que existe o alongamento e o flexionamento, onde ao trabalhar esta capacidade física, estaremos fazendo grande diferença na vida de nossos alunos evitando problemas futuros pela falta de flexibilidade.

Pode-se conceituar alongamento e flexionamento conforme a visão de Dantas:

> Alongamento- forma de trabalho que visa à manutenção dos níveis de flexibilidade obtidos e a realização dos movimentos de amplitude normal com o mínimo de restrição física possível. Flexionamento – forma de trabalho que visa obter uma melhora da flexibilidade através da viabilização de amplitudes de arcos de movimento articular superiores às originais (DANTAS, 1999, p. 97-98).

O que irá diferenciar alongamento de flexionamento, é que o primeiro age diretamente na nossa musculatura, já o segundo atua em nossas articulações, na maioria das vezes ambos são confundidos, porém tem conceitos diferentes.

Para desenvolver ou manter uma flexibilidade adequada, devemos realizar exercícios de alongamento, onde teremos como objetivo principal aprimorar o grau de amplitude dos movimentos, onde também estaremos prevenindo contraturas e lesões a nível muscular ou ligamentar, e possivelmente estaremos prevenindo a famosa câimbra (NAHAS, 2006).

Direcionando para o âmbito escolar sabemos que nossos alunos se encontram em fase de crescimento e desenvolvimento, onde possíveis modificações ocorrem em seu aparelho motor. Partindo deste ponto cabe ao professor de educação física trabalhar a flexibilidade através do alongamento, dando sempre ênfase a uma aula de educação física voltada para a saúde.

Descrevendo o decorrer da fase de crescimento e desenvolvimento de nossos alunos, podemos caracterizar aqui algumas etapas, durante a idade pré-escolar (3 aos 6-7 anos) as crianças apresentam grande nível de flexibilidade. Seu sistema ósseo e articular ainda se encontra em processo de consolidação. Durante esta fase não é adequado o aprimoramento da flexibilidade, uma vez que poderá interferir no sistema locomotor da criança.

Já durante a 1ª idade escolar (6-7 aos 10 anos), o recomendado é a utilização de exercícios de alongamento, tendo como objetivo a melhora de abdução de quadril, e o aprimoramento no aumento da mobilidade dos ombros, através de atividades lúdicas ou pequenos jogos.

No decorrer da 2ª idade escolar (10 anos) inicia-se a puberdade, onde nossos alunos encontram-se com a coluna vertebral, articulação coxofemoral e escapular e total estabilização. Portanto necessita-se de um trabalho focado em exercícios de alongamento de membros superiores e inferiores.

Durante a fase conhecida como puberdade (meninas 11- 12 anos, meninos 12 – 13 anos) ocorre uma decadência na capacidade flexibilidade, isso decorre pelo fato de estar ocorrendo o estiramento de músculos e ligamentos, onde isso ocorre como resposta ao crescimento acelerado na estatura tardia. Sendo de fundamental importância a realização de alongamentos, porém devemos ter cuidado com a intensidade, amplitude e aos métodos utilizados. A realização de um trabalho geral visando a flexibilidade é necessário nesta fase, logicamente com todo cuidado evitando sobre cargas no aparelho motor passivo dos alunos.

Quando se chega à adolescência (meninas 13- 14 até 17- 18 anos e os meninos com faixa etária 14- 15 até 18 – 19 anos) o esqueleto está em fase de ossificação, e o crescimento no nível de altura tem sua finalização durante os 18 até 22 anos. Esta etapa poderá utilizar alongamentos com modelos aplicáveis aos adultos, lembrando que pode ser considerada etapa ótima no desenvolvimento da flexibilidade durante os 11 aos 14 anos (WEINECK, 1989).

Portando é fundamental se trabalhar durante toda a etapa escolar a flexibilidade, mostrando aos alunos a importância de se realizar o alongamento, ensinando exercícios variados que desafiem os alunos, e mostrar a aplicação disso em seu dia a dia, visando o aprimoramento de todas as capacidades físicas para se ter uma vida saudável sem riscos a saúde. Pois quando o aluno tem consciência que deve adquirir o habito de praticar atividades físicas, leva isso para o resto de sua vida, não tendo problemas com o sedentarismo ocasionado por maus hábitos durante a adolescência.

DÉFICIT DE FLEXIBILIDADE

Nos dias atuais pode-se analisar grande número de pessoas com dores nas costas, dores musculares, dores articulares e até vícios posturais. O que chama a atenção é que são pessoas de diferentes idades, mas que na maioria das vezes não tem o habito de praticar alguma atividade física visando a melhora e a ausência de dores.

As dores que vem em primeiro lugar disparadas são na região lombar e cervical, uma vez que durante anos e anos ficamos em pé, deitamos, sentamos, agachamos, tudo isso realizado da maneira incorreta.

Na grande maioria das vezes podemos analisar que as dores nas costas não têm correlação com problemas estruturais, porém estão relacionados a pouca elasticidade da musculatura abdominal, posterior de coxa e musculatura das costas, e logicamente também da má postura e das tensões nervosas (NAHAS, 2006).

Os problemas relacionados à coluna podem surgir na infância até a vida adulta, pois nossos alunos na maioria das vezes passam horas sentados numa cadeira estudando ou até mesmo assistindo televisão, onde então se as dores já estão instaladas podem até piorar ou acabar se instalando (ACHOUR JUNIOR, 2004).

Em um estudo feito por Fairbank (1984) nos mostrou que em sua pesquisa utilizando 446 estudantes na fase da pré-adolescência, 19% relataram sentir dores na região torácica, 31% relataram na região tóraco-lombar e 50% na coluna lombar.

Já em outro estudo feito por Troussier (1994) com aplicação de um questionário em 1.178 crianças na fase escolar, foi possível constatar que a incidência maior foi na região da coluna lombar onde 36,8% relataram sentir dores, na aplicação também foi possível estar constatando que a maioria dos fatores que influenciam os problemas são horas e horas sentados em sala de aula ou assistindo televisão, elevado peso em sacolas ou mochilas, e o habito de fumar.

A ausência da flexibilidade acaba prejudicando simples tarefas que necessitam sua realização na rotina diária e até mesmo no trabalho, isso muitas vezes ocorre pela falta de conhecimento, pois quando se tem conhecimento e se realiza alongamento visando à melhora poderá aumentar os níveis os deixando com qualidade para execução de movimentos.

Um fator que pode influenciar e muito na flexibilidade é a obesidade, uma vez que o excesso de gordura na região abdominal acaba limitando a flexibilidade do aluno, pois tem certas dificuldades para aproximar o tronco aos membros inferiores (ACHOUR JUNIOR, 2010).

O professor de educação física poderá elaborar programas que explicam e aplicam aos alunos a importância de alongar-se, uma vez que se o aluno aprende isto na juventude levará para sua vida adulta, exercícios bem programados contribuirão e muito para o aluno manter sua capacidade flexibilidade com níveis adequados, pois não são só atletas que necessitam de alongamento, nós também necessitamos para diminuir as tensões musculares e para nossas práticas esportivas visando o lazer.

DIFERENÇAS ENTRE O GÊNERO MASCULINO E FEMININO

Os níveis de flexibilidade têm grande diferença quando comparados entre gêneros diferentes, pois se sabe que geneticamente é possível constatar essa diferença onde o gênero feminino leva certa vantagem, independente da faixa etária.

O fato de o gênero feminino ter certa adaptação para o suporte de uma criança no decorrer do período de gravidez, nos faz observar que as mulheres possuem quadris mais largos, onde isto possibilita níveis maiores de flexibilidade (ALTER, 1999).

Outra justificativa para a diferença é o fato de as meninas desempenham atividades que requerem mais a capacidade física flexibilidade, enquanto os meninos desde cedo já são designados a realizarem atividades que requerem força (VOISIN, 2000).

Em um estudo realizado por Lima (2002) com 1.044 indivíduos, sendo 530 homens e 514 mulheres, com faixa etária entre 15 até 69 anos de idade, o estudo procurou avaliar a flexibilidade na flexão, na extensão, e os desvios radial e ulnar no punho. Foi possível constatar que os graus de flexibilidade em todos os movimentos articulares foram diminuindo conforme o passar da idade, mas os maiores resultados continuaram aparecendo a favor do gênero feminino.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo teve sua caracterização de pesquisa exploratória, com abordagem quantitativa, e também para a realização da mesma utilizamos procedimentos técnicos de um estudo transversal, pois foram analisados indivíduos com diferentes faixas etárias em um mesmo tempo.

A população que participou do estudo são estudantes do 6° ao 9° ano do ensino fundamental, com faixa etária de 10 até 14 anos, todos frequentam uma escola da rede estadual de ensino do município de Curitibanos. O fator idade coletado teve como critério a idade completa até o dia de aplicação do teste, os participantes da pesquisa foram os que se fizerem presente no dia da aplicação da mesma durante a aula de educação física.

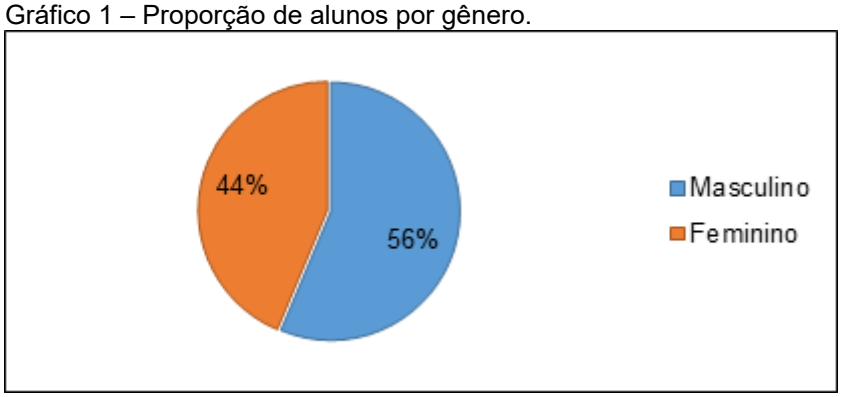
Para mensurar a capacidade física flexibilidade foi utilizado o teste de sentar alcançar citado por Achour Junior (2004), sendo utilizado como instrumento para a coleta o banco de Wells.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O presente estudo teve a participação de 86 alunos do gênero masculino e feminino, com faixa etária de 10 a 14 anos, onde foi possível analisar o desempenho de todos na realização do teste de sentar e alcançar durante as aulas de educação física no período matutino.

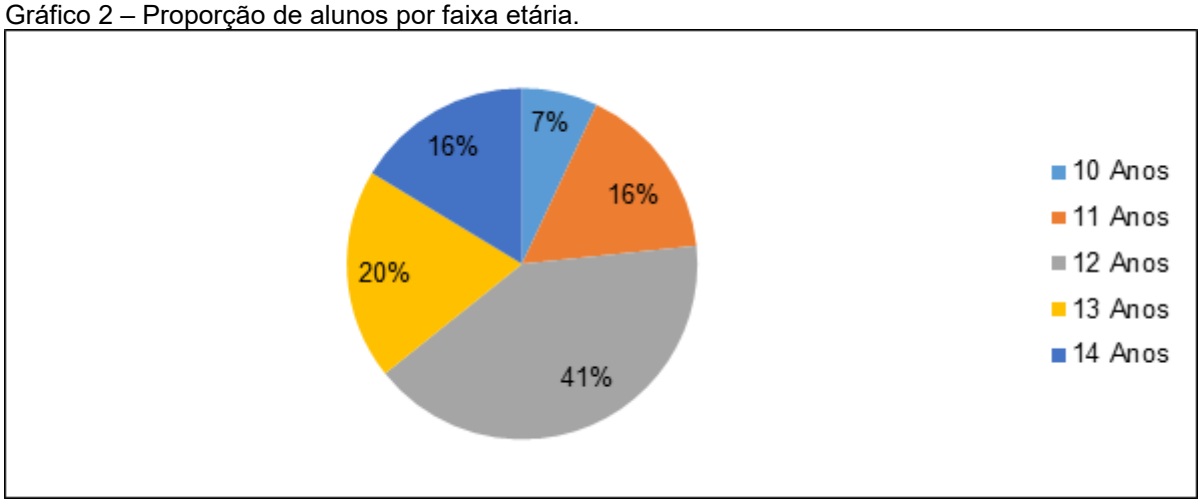
O gráfico nos mostra o número de alunos divididos por gênero, onde tivemos a participação de 38 alunas do gênero feminino cerca de 44 %, e 48 alunos de gênero masculino onde representam 56 %.

Gráfico 1 – Proporção de alunos por gênero.



Realizando a análise através da faixa etária abaixo podemos constatar o número de alunos tanto do gênero masculino e no feminino, com idade de 10 anos participaram do teste 6 alunos representando cerca de 7% da pesquisa, já com 11 anos temos 16% dos participantes, com a faixa etária de 12 anos tivemos o maior número de participantes onde foram 35 alunos cerca de 41%, com a idade de 13 anos tivemos a segunda maior faixa de idade onde foram 17 alunos perfazendo 20%, e por fim na faixa etária de 14 anos tivemos a participação de 14 alunos onde representam 16% da pesquisa finalizando o número de participantes.

Gráfico 2 – Proporção de alunos por faixa etária.



Partindo para os resultados coletados, abaixo pode-se observar o desempenho das 38 alunas do gênero feminino, sendo atribuídos os conceitos estabelecidos no protocolo do teste, e subdivididas por idade. Pode-se observar que na faixa etária de 10 anos 2,63% das meninas obtiveram resultado conceituado como bom, e outra parcela com a mesma porcentagem obteve um desempenho muito fraco.

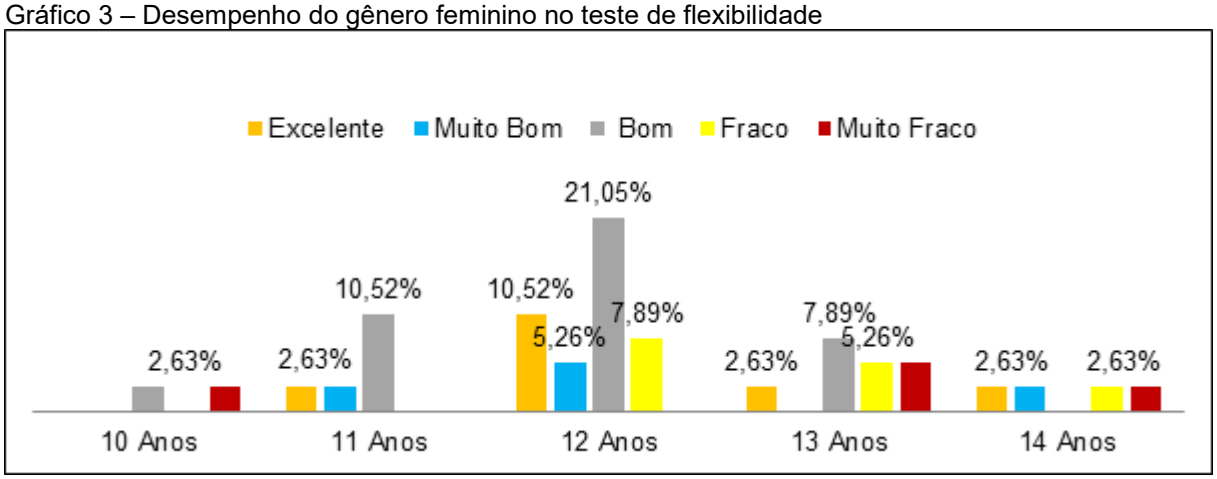
Na faixa etária de 11 anos tivemos melhores resultados onde 2,63% conseguiram obter resultado excelente, já 5,26% das alunas tiveram resultado muito bom e 10,52% obtiveram resultados com conceito bom.

Na faixa etária de 12 anos onde se obteve o maior número de alunas, podemos observar que 10,52% tiveram desempenho excelente, 5,26% tiveram resultados com desempenho muito bom, 21,05% tiveram resultados conceituados como bom para sua faixa etária e 7,89% das alunas ficaram abaixo do esperado com resultado caracterizado fraco. Já na faixa etária de 13 anos tivemos 2,63% com excelente

desempenho, 7,89% com resultado caracterizado bom, 5,26% com desempenho fraco e apenas 2,63% com desempenho muito fraco.

E por fim na faixa etária de 14 anos tivemos 2,63% das estudantes com resultado excelente, permanecendo esta mesma porcentagem no desempenho muito bom, fraco e muito fraco.

Gráfico 3 – Desempenho do gênero feminino no teste de flexibilidade



Partindo para os resultados do gênero masculino podemos analisá-los através do gráfico de barras, onde na faixa etária de 10 anos com desempenho excelente tivemos 2,08% dos alunos participantes, repetindo-se esta mesma porcentagem para o conceito muito bom, bom e fraco.

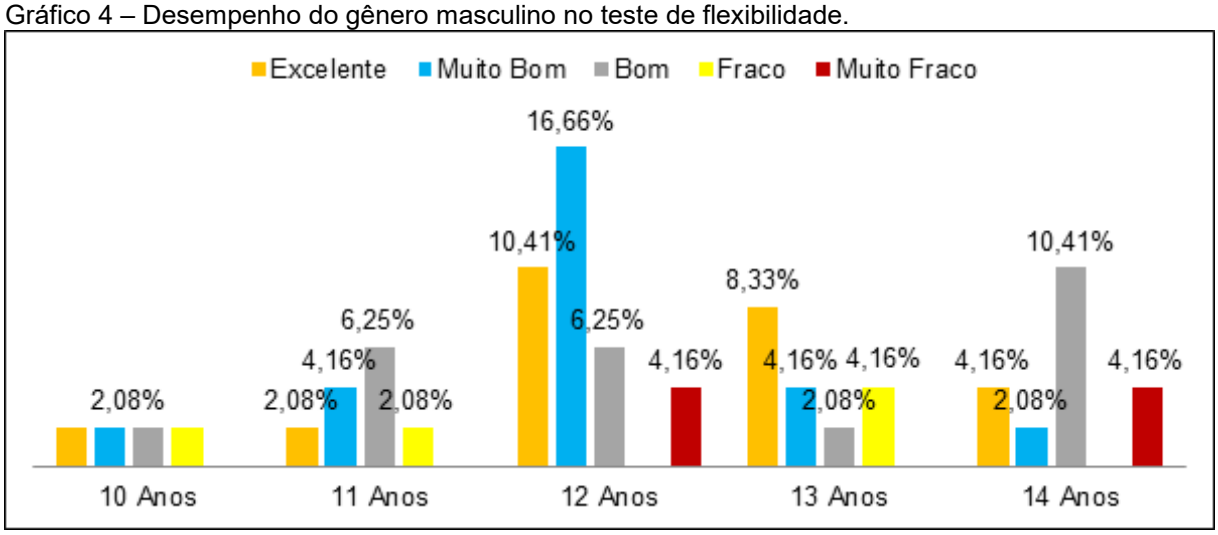
Já na faixa etária de 11 anos 2,08% dos participantes tiveram desempenho excelente, 4,16% obtiveram resultado muito bom, já 6,25% obtiveram desempenho bom e 2,08% ficaram abaixo do resultado adequado para sua idade.

Com idade de 12 anos tivemos maior número de participantes, 10,41% dos alunos obtiveram resultado excelente para sua idade, 16,66% obtiveram desempenho muito bom, 6,25% ficaram na média conceituados com resultados bom, e 4,16% dos alunos ficaram com resultados muito abaixo para sua idade.

Na faixa etária de 13 anos, 8,33% obtiveram desempenho excelente, 4,16% dos estudantes obtiveram resultado muito bom, 2,08% obteve conceito bom, e 4,16% ficaram abaixo do resultado proposto a sua idade. E por fim na faixa etária de 14 anos, onde 4,16% obtiveram desempenho excelente para sua idade, 2,08% teve resultado muito bom, 10,41% dos alunos permaneceram na média com desempenho

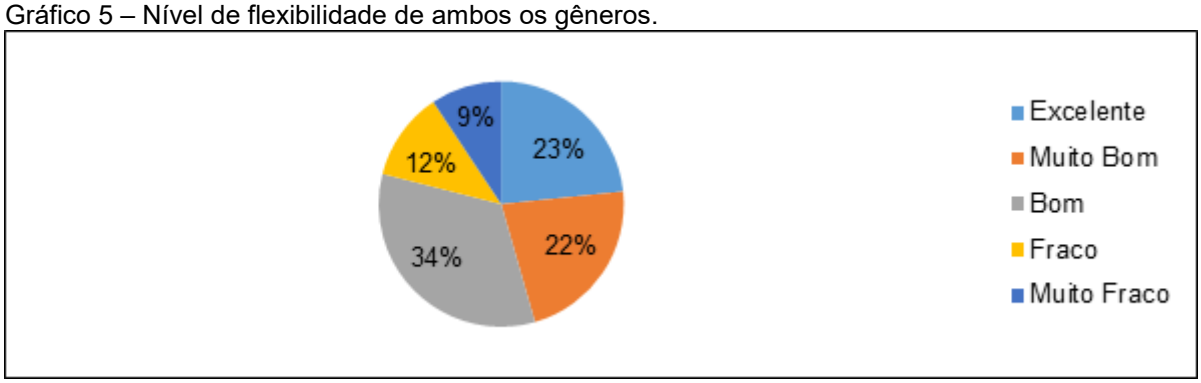
conceituado como bom, e 4,16% dos alunos ficaram abaixo dos resultados proporcionais a suas idades.

Gráfico 4 – Desempenho do gênero masculino no teste de flexibilidade.



Realizando uma análise geral, pode-se constatar através do teste que de 86 alunos, cerca de 23% obtiveram resultados excelentes para sua faixa etária, 22% ficaram com conceito muito bom referente a seus resultados, e a maior parcela com 34% ficou com desempenho caracterizado bom para suas faixas etárias, já 12% não conseguiu obter resultados pré-estabelecidos a sua idade ficando a baixo do esperado, e 9% dos alunos obtiveram resultado muito fraco ficando bem abaixo dos resultados propostos a sua idade.

Gráfico 5 – Nível de flexibilidade de ambos os gêneros.



Em um estudo realizado por Hobold (2003) foi possível constatar em sua dissertação que comparando o desempenho do gênero masculino e feminino na faixa etária de 10 anos, os meninos tiveram um melhor desempenho, tendo correlação com os resultados desta pesquisa, onde podemos observar no gráfico 3 e 4, um melhor

resultado do gênero masculino, enquanto o gênero feminino ficou com resultados a baixo do que se espera para sua faixa etária.

Observando os resultados do gênero feminino com idade de 11 anos no gráfico 3, é possível notar uma melhora significativa, não obtendo nenhum resultado fraco ou muito fraco, enquanto o gênero masculino teve certa queda em seu desempenho, mostrando semelhanças nos resultados obtidos por Hobold (2003), onde constatou o favoritismo do gênero feminino nesta faixa etária.

Na faixa etária de 12 anos prevaleceram resultados melhores para o gênero feminino, pois o gênero masculino ainda obteve resultados conceituados como muito fraco, tendo semelhança com resultados encontrados por Monteiro (2009).

Já na faixa etária de 13 anos, podemos observar uma queda nos resultados do gênero feminino, tendo contradição aos resultados obtidos por Hobold (2003), onde cita em seu trabalho que nesta faixa etária ainda permanecem melhores resultados para o gênero feminino, porém sabemos que com o passar dos anos a flexibilidade tem tendência a diminuir, portando nós profissionais da área de educação física devemos priorizar a manutenção e o aprimoramento desta capacidade, objetivando diminuir o máximo possível esta perca com o passar do tempo.

No gráfico 4 observando-se o desempenho masculino com faixa etária de 14 anos, vemos que mantiveram melhores resultados, enquanto o gênero feminino decaiu ainda mais. Mostrando contradição com o estudo feito por Monteiro (2009), onde mostra que o gênero feminino ainda permanece com melhores desempenhos.

CONCLUSÃO

Através da pesquisa pode-se concluir que 79% dos participantes de ambos os gêneros, mostraram resultados extremamente satisfatórios no teste de sentar e alcançar conforme suas faixas etárias, enquanto cerca de 21% ficou abaixo do que se solicita em sua faixa etária, cabendo a nós futuros profissionais de educação física, priorizar ainda mais a realização de alongamento durante nossas aulas, visando manter a capacidade flexibilidade com qualidade, e também realizar exercícios de flexionamento visando aprimorar cada vez mais a flexibilidade de nossos alunos.

Podemos observar nos gráficos que na faixa etária de 11 e 12 anos, o gênero feminino demonstrou melhores resultados conforme cita a literatura, já nas demais

faixa etárias prevaleceram melhores resultados ao gênero masculino, onde contradiz o que citam alguns trabalhos, portanto cabe a sugestão de futuros estudos visando comparar resultados em diferentes faixas etárias.

REFERÊNCIAS

ACHOUR JUNIOR, A. **Exercícios de alongamento**: anatomia e fisiologia. Barueri: Manole, 2010.

ALTER, MJ. **Ciência da flexibilidade**. Porto Alegre: Artmed, 1999.

BOUCHARD, C; SHEPHARD, RJ. Physical activity, fitness, and health: the model and key concepts. In: BOUCHARD, C; SHEPHARD, RJ; STEPHENS, T. (Eds.). **Physical activity, fitness, and health**: international proceedings and consensus statement. Champaign: Human Kinetics, 1994.

DANTAS, EHM. **Alongamento e flexionamento**. Rio de Janeiro: Shade, 2005.

FAIRBANK, JCT. Influence of Anthropometric Factors and Joint Laxity in the Incidence of Adolescent Back Pain. **Spine**, v. 9, n. 5, p. 461-4, 1984

HOBOLD, E. **Indicadores de aptidão física relacionada à saúde de crianças e adolescentes do município de Marechal Cândido Rondon – Paraná, Brasil**. Florianópolis, 2003. Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/85817.>. Acesso em: 22 jun. 2018.

LIMA, MFO. Estudo dos movimentos ativos do punho da população normal. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 37, n. 3, p. 72, 2002.

MINATTO, G; RIBEIRO, RR; ACHOUR JÚNIOR, A; SANTOS, KD. Idade, maturação sexual, variáveis antropométricas e composição corporal: influência na flexibilidade. **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**, p. 151, 2010.

MONTEIRO, SM. Nível de flexibilidade de alunos do ensino fundamental do município de Fazenda Rio Grande. Curitiba, 2009. Disponível em: <http://tcconline.utp.br/wp-content/uploads/2013/12/NIVEL-DE-FLEXIBILIDADE-DE-ALUNOS-DO-ENSINO-FUNDAMENTAL.pdf.>. Acesso em: 25 jun. 2018.

NAHAS, MV. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. Londrina: Midiograf, 2006.

NIEMAN, DC. **Exercício e saúde**: como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento. São Paulo: Manole, 1999.

PATE, RR. The evolving definition of physical fitness. **Quest**, Champaign, v. 40, n. 3, 1988.

RIESTRA, AI; FLIX, JT. **1004 exercícios de flexibilidade**. Porto Alegre: Artmed, 2003.

TROUSSIER, B. Back Pain in School Children- A Study Among 11178 Pupils. **Scand. J. Appl. Phsysiology,** v. 26, n. 1, p. 90, 1994.

VOISIN, PH. Evaluation clinique chez de lombalgie de la flexion lombo-pel-vienne em position debout. **KS**, n. 397, 2000.

WEINECK, J. **Treinamento ideal**. São Paulo: Manole, 1999.

WEINECK, J. **Manual de treinamento esportivo**. São Paulo: Manole, 1989.

DIFERENÇA DOS NÍVEIS DE APTIDÃO FÍSICA EM PARTICIPANTES DE ESCOLINHAS E ESTUDANTES DO ENSINO FUNDAMENTAL

Silvia Leticia de Matia[15]
Marcos Adelmo dos Reis[16]

RESUMO

A prática de atividades físicas influencia nos dados de aptidão física, fazendo com que os alunos diminuam o risco de doenças e aumentem a sua autoestima. Por isso, este artigo elaborado através de uma pesquisa de campo, traz como objetivo a analisar algumas capacidades físicas como a flexibilidade, resistência muscular, composição corporal. O estudo contou com 28 alunas entre 10 e 15 anos de idade que frequentam apenas as aulas de educação física do ensino fundamental da rede municipal de ensino, e 24 alunas participantes de um projeto de escolinha de voleibol, ambas do município de Celso Ramos-SC. De acordo com os resultados obtidos notou-se que a escolinha de voleibol destaca-se em todas as capacidades, apesar de algumas porcentagens serem mais acentuadas, a sua média final ultrapassa as alunas que praticam apenas a educação física escolar.

Palavras-Chave: Aptidão física. Saúde. Educação física.

ABSTRACT

The practice of physical activities influence in the physical fitness data, causing students to decrease their risk of disease and increase their self-esteem. This article, done through a field research, aims to analyze some physical abilities such as flexibility, muscular endurance, body composition. The study counted on 28 students between 10 and 15 years old, who attend only the physical education classes of the elementary school of the municipal school, and 24 students participating in a project of volleyball school, both of the municipality of Celso Ramos-SC. According to the results obtained, it was noticed that the volleyball school stands out in all capacities, although some percentages are more accentuated, its final average surpasses the students who practice only physical school education.

Keywords: Physical fitness. Health. Physical education.

[15]Acadêmica do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: silvialeticiamatia@gmail.com
[16]Prof. Me do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: marcosr@unc.br

INTRODUÇÃO

Ao estudar a aptidão física relacionada à saúde (AFRS) de crianças e adolescentes, podemos trazer informações importantes para profissionais que atuam na área de Educação Física e da saúde. O estudo de cada fator pode auxiliar no melhor entendimento de determinados comportamentos e fenômenos (correr, saltar, agachar). Estes fenômenos e comportamentos são fundamentais para o trabalho dos profissionais que trabalham de modo direto com essa faixa etária, para que assim possa ser entendido de forma mais precisa no desenvolvimento de cada um.

Ter uma boa aptidão física é estar com o coração, pulmões, vasos sanguíneos e músculos prontos para suportar, sem problemas, as atividades que o corpo realiza.

O estudo do estilo de vida de crianças e adolescentes por sua vez, configura-se como uma importante fonte de informações de um quadro mais ou menos genérico do cotidiano destes indivíduos, representando um importante passo na compreensão de comportamentos e atitudes no dia a dia (TORRES; GAYA, 2000).

Estas informações fazem com que profissionais que atuem nesta área, com crianças e adolescentes, possam interferir nos hábitos que não sejam considerados “saudáveis”, proporcionando assim um estilo de vida saudável.

Preocupações com a saúde e qualidade de vida das pessoas tem sido alvo de pesquisas há muito tempo. Contudo, as razões destas preocupações vêm sofrendo alterações profundas, pois, se há cinquenta anos as principais causas de mortalidade eram provocadas por doenças infectocontagiosas, à medida que a ciência e a tecnologia avançaram estas causas, pelo menos nos países desenvolvidos, passaram a dar lugar aos processos crônico-degenerativos, como doenças do coração, diabetes, câncer, entre outros (NAHAS, 2001).

No que envolve a Educação Física e as Ciências do Esporte, há várias pesquisas relacionando o índice de crescimento e estilo de vida juntamente com os níveis de saúde e a aptidão física dos indivíduos. Estes estudos evidenciam as variáveis que podem influenciar no aparecimento e na prevenção de doenças, como: diabetes, câncer, doenças cardíacas entre outras.

Muitos dos pesquisadores têm observado os avanços tecnológicos e científicos, onde indicam uma queda nos níveis de atividade física cotidiana da população, especialmente de crianças, adolescentes, jovens e adultos. Por isso,

estudos indicam que tanto as crianças quanto os jovens atualmente apresentam um maior interesse por brincadeiras, onde este comportamento pode resultar em uma geração sedentária, que passam horas e horas em frente a um computador ou uma televisão, diminuindo assim o seu gasto energético, favorecendo o índice de obesidade e diminuindo a massa corporal magra e as capacidades motoras.

Essa pesquisa foi realizada pelo fato de eu ser atleta a muitos anos e ter a curiosidade de saber se é somente quem pratica escolinhas de rendimento que possui uma boa flexibilidade, resistência muscular e uma composição corporal dentro dos padrões estabelecidos pelos testes.

A prática de atividade física influencia nos dados de aptidão física, fazendo que os alunos possam melhorar a sua autoestima e possa realizar atividades do seu cotidiano, diminuindo os riscos de diabetes, doenças cardiovasculares, os riscos de hipertensão e obesidade.

Quanto mais cedo conhecermos sobre a aptidão física e relacionarmos ela à saúde de crianças e adolescentes, pode-se interferir na causa de várias doenças crônicas.

Por isso, o objetivo deste trabalho foi analisar o nível de aptidão física em participantes de escolinhas e estudantes do ensino fundamental, assim foi analisado a flexibilidade, resistência muscular e composição corporal nas participantes da aula de educação física e da escolinha de voleibol.

A IMPORTÂNCIA DA APTIDÃO FÍSICA

Os avanços científicos e tecnológicos proporcionaram o aumento da produtividade dos bens de consumo, porém, acarretam nas reduções ou praticamente suprimem as atividades físicas cotidianas e funcionais, desta forma contribuindo para o decréscimo dos níveis de aptidão física (PITANGA, 2002).

Evidências científicas demonstram associação entre baixo nível de aptidão física com o risco de desenvolver doenças cardiovasculares e de mortalidade por todas as causas (ERIKSSEN, 2001), trazendo risco à saúde devido a esse comportamento. Portanto, os níveis de aptidão física na população jovem além de sofrer influências das transformações fisiológicas e anatômicas decorrentes das

descargas hormonais, são influenciados pela quantidade de atividade física habitual (BERGMANN et al., 2005).

No Brasil, têm sido apontadas altas prevalências de sedentarismo em crianças e adolescentes. Na investigação de Silva *et al.* (2005) foi encontrada uma prevalência de 93,5% de escolares sedentários, e outro estudo com o mesmo objetivo demonstrou-se que dois terços dos adolescentes apresentavam níveis insuficientes de atividade física (FARIAS JÚNIOR; LOPES, 2004).

A Aptidão Física Relacionada à Saúde (AFRS), de acordo com Nieman (1999), se resume em uma capacidade de realizar atividades diárias com vigor e, está relacionada a um menor risco de doenças crônicas. Os componentes mensuráveis da AFRS são a resistência cardiorrespiratória, a resistência muscular, a força e a flexibilidade, desde que associadas a uma composição corpórea ideal.

A capacidade que o ser humano tem de realizar as tarefas diárias com destreza está associada com o baixo risco de desenvolver doenças hipocinéticas, que é dependente da aptidão física relacionada à saúde.

Pate (1988) conceituou a aptidão física relacionada à saúde (APFS) como a capacidade de realizar tarefas diárias com vigor, e demonstração de características e capacidades que estão associadas com baixo risco de desenvolver doenças hipocinéticas, englobando seus respectivos componentes: resistência cardiorrespiratória, composição corporal, resistência/força muscular e flexibilidade.

A aptidão física pode ser definida como a capacidade que cada indivíduo possui para realizar atividades físicas, podendo estar relacionada a fatores genéticos, ao estado de saúde, dos níveis de nutrição e, principalmente da prática regular de atividades físicas (NAHAS, 2001). Guedes (2007) afirma que agilidade, equilíbrio, velocidade, coordenação, flexibilidade, força muscular, entre outros componentes são descritos na literatura como importantes indicadores da capacidade motora em crianças e adolescentes. Lorenzi *et al* (2005) colocam que a aptidão física vem sendo abordada, ao longo do tempo, por dois principais aspectos: a aptidão física relacionada à saúde (AFRS) e a aptidão física relacionada ao desempenho motor (AFDM). Sendo assim, a AFDM está relacionada às habilidades esportivas ou performance motora que contribuem para o desempenho das tarefas especificas, seja no trabalho ou nos esportes. E a AFRS refere-se a demandas energéticas que possibilitam desenvolver as atividades do cotidiano com vigor, proporcionando um

menor risco de desenvolver doenças ou condições crônico-degenerativas (NAHAS, 2001).

Adquirindo hábitos saudáveis na prática de atividade física na infância e adolescência, reflete de forma positiva durante a vida adulta. Sabendo-se então do benefício sobre se ter uma boa aptidão física, crianças e adolescentes vem apresentando níveis cada vez mais baixos. A preocupação com a melhora da qualidade de vida é uma questão de importância social, onde leva o surgimento de pesquisas para se investigar os fatores envolvidos na aptidão física dos mesmos.

A Educação Física, como prática curricular, no que diz respeito à aptidão física tem sido uma das maneiras que atualmente tem contribuído para o desenvolvimento de nossos alunos. No entanto, para que se possa colocar que houve mudanças na aptidão física dos alunos, devem ser realizadas avaliações periódicas para que se verifiquem tais alterações.

A avaliação da aptidão física em crianças e adolescentes tem como objetivo conhecer as qualidades físicas e comparar escores obtidos nas avaliações com critérios de referência estabelecidos (ARAÚJO; OLIVEIRA, 2008). O aperfeiçoamento dos componentes da AFRS capacita crianças e adolescentes a identificar estes componentes e seus benefícios à saúde, buscando estimular o desenvolvimento de um estilo de vida fisicamente ativo até a maioridade (BERGMANN *et al.,* 2005).

Vários pesquisadores demonstram preocupações referentes ao papel da educação física escolar na promoção de saúde (GUEDES; GUEDES, 1997; GUEDES; GUEDES, 2001; MARQUES; GAYA, 1999; NAHAS; CORBIN, 1992). O que é visto nos programas de educação física escolar é o predomínio de atividades lúdicas e jogos, privilegiando as capacidades motoras coordenativas, e apresentando certa relutância na aplicabilidade de programas onde as capacidades motoras condicionais (força/resistência muscular e resistência cardiorrespiratória) sejam solicitadas (MARQUES; GAYA, 1999). Nesse sentido, Guedes e Guedes (2001), apontam que a eficiência dos programas de educação física escolar está associada ao tipo de atividade realizada e o tempo em que os escolares estarão envolvidos em esforços físicos que possam levar a adaptações fisiológicas favoráveis.

FLEXIBILIDADE

A flexibilidade é considerada um componente da aptidão física relacionada à saúde e também desempenho, está ligada a todos os movimentos do dia a dia sujeita a modificações conforme o envelhecimento, principalmente pelo declínio das atividades físicas (QUEIROGA, 2005). É importante para o desempenho de atividades físicas e acredita-se que está associada à prevenção de lesões musculoesqueléticas e dor lombar.

A aptidão músculo esquelética, ou capacidade muscular, é a combinação de três qualidades da musculatura esquelética: força, resistência e flexibilidade. Onde a flexibilidade é a capacidade de músculos e ligamentos realizarem movimentos amplos para se curvar, se esticar sem que ocorram riscos de lesões e dores.

O estudo da flexibilidade é suma importância para diversos esportes, também para o condicionamento de sedentários.

Pode-se definir flexibilidade como “qualidade física responsável pela execução voluntária de um movimento de amplitude angular máxima, por uma articulação ou conjunto de articulações, dentro dos limites morfológicos, sem risco de provocar lesão” (DANTAS, 2005, p. 57).

A expressão “por uma articulação ou conjunto de articulações”, esclarece que os movimentos quase sempre são influenciados pelos músculos e articulações próximas. Por exemplo, a flexão do tronco sobre as pernas que pode ser feita com a participação ou não das articulações intervertebrais, influenciada pela articulação do joelho estar flexionada ou em extensão, no caso da perna estar estendida, em flexão plantar.

O trecho “dentro dos limites morfológicos, sem risco de provocar lesões” citados acima, mostra que trações violentas que possam ter ou tenham lesionado músculos, ossos, tendões ou estruturas articulares, não são consideradas um grau de flexibilidade.

Finalmente, cabe ressaltar a expressão “amplitude angular”, pois todos os movimentos são avaliados em termos angulares (DANTAS, 2005).

RESISTÊNCIA MUSCULAR

Barbanti refere-se como sendo “a capacidade do músculo em repetir movimentos idênticos durante um tempo prolongado (resistência muscular dinâmica) ou de manter um certo grau de tensão durante um longo período (resistência muscular estática)” (BARBANTI, 1993 *apud* GUISELINI, 2006, p. 52).

A resistência muscular localizada refere-se à capacidade do músculo, ou de um grupo de músculos, sustentar contrações repetidas por um determinado período de tempo (GLANER, 2002).

A falta de resistência abdominal, está sendo ligada com as dores na região lombar que são de origem muscular. Nieman (1999) após vários estudos, constatou que a osteoporose é mais um dos malefícios, assim como a diminuição da autoestima.

Quando encontramos a resistência muscular e a flexibilidade enfraquecidos, podemos causar graves distúrbios musculares, resultando em desconforto e dor (POLLOCK; WILMORE, 1993). Tendo uma musculatura fraca, aumenta-se as chances de rupturas, lesões, entorses que é a características de quem pratica atividade física.

COMPOSIÇÃO CORPORAL

A composição corporal é um componente fundamental para nosso estado de saúde. Hoje a obesidade é um problema de grande atenção, onde reduz a expectativa de vida e aumenta as doenças cardiovasculares, também os riscos de diabetes, hipertensão e certos tipos de câncer.

A composição corporal é a proporção entre os diferentes componentes corporais e a massa corporal total, sendo normalmente expressa pelas porcentagens de gordura e de massa magra (HEYWARD, 1998a; KISS; BÖHME; REGAZZINI, 1999; NIEMAN, 1999 *apud* COSTA, 2001, p. 21).

Falta de gordura corporal também apresenta risco à saúde, pois o corpo necessita de certa quantidade para as funções fisiológicas normais (HEYWARD, 2004). Os termos de obesidade e sobrepeso são apresentados de maneiras distintas, embora elas estejam relacionadas, a obesidade especificamente refere-se ao aumento generalizado ou localizado de gordura em relação à massa corporal, estando

associada a altos riscos para à saúde. O sobrepeso é o aumento excessivo da massa corporal, podendo ocorrer consequências de modificações em seus componentes: músculos, gorduras, ossos e água (GUEDES; GUEDES, 1998; BOUCHARD, 2002).

Os países mais desenvolvidos e industrializados revelam dados de sobrepeso e obesidade. Esses dados apresentam variações de acordo com o sexo, idade, raça e classes socioeconômicas (BOUCHARD, 2002).

Cada vez mais o aumento significativo da obesidade tem se tornado um grave problema, pois o aumento de gordura corporal é associado com várias disfunções metabólicas de caráter crônico degenerativa (POLLOCK; WILMORE; FOX III, 1993; WHO, 1997; MCARDLE; KATCH; KATCH, 1998).

O que chama muito a atenção de pesquisadores é que a obesidade está se desenvolvendo cada vez mais precocemente. Nas últimas décadas a obesidade infantil e de adolescentes, vem sendo uma grande preocupação, ganhando um grande espaço, pois ao mesmo tempo desenvolveram investigações do ganho de peso corporal excessivo e do aumento de gordura em idade infantil (DAMASO; TEIXEIRA; NASCIMENTO, 1994; DIETZ, 1995; WHO, 1997).

A obesidade e sobrepeso em adultos estão relacionados com a má alimentação e à falta de atividade física inadequadas na infância e adolescência (GUEDES; GUEDES, 1998).

MATERIAIS E MÉTODOS

Essa pesquisa aplicada com característica de um estudo quantitativo teve como objetivo mostrar a diferença dos níveis de aptidão em participantes de uma escolinha de Voleibol e estudantes do Ensino Fundamental, ambas de Celso Ramos – SC.

Este estudo caracterizou-se por ser de natureza aplicada e foi realizado utilizando-se de procedimentos técnicos.

O estudo teve a participação de um público adolescente de 52 alunas do gênero feminino do 5º ao 9º ano, com idade entre 10 e 15 anos, divididas em 28 meninas que participam apenas das aulas de educação física e estão regularmente matriculadas na escola de rede municipal Núcleo Rafaela Pizzetti Suppi e 24 alunas participantes do Clube Esportivo Recreativo Anitense (CERA) uma escolinha de Voleibol, ambas do município de Celso Ramos.

A pesquisa foi feita com as alunas que se fizeram presentes no dia da realização das mensurações na unidade escolar e no projeto CERA.

Foram utilizados os instrumentos de medidas conforme as variáveis mensuradas e citadas a seguir:

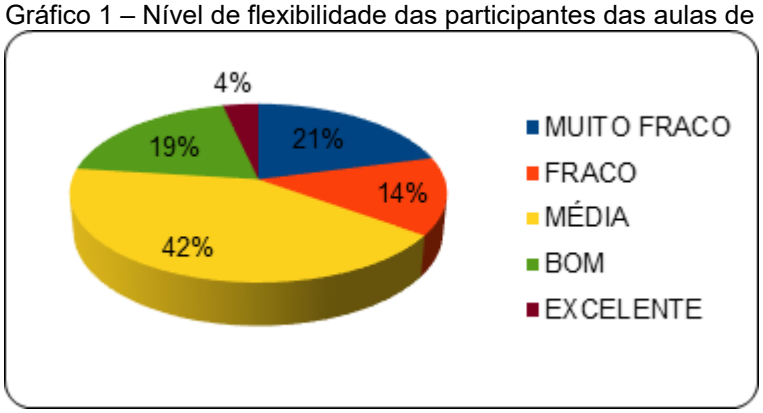
- Para a mensuração da flexibilidade foi realizado o Teste de Sentar e Alcançar com o Banco de Wells;
- Para medir o nível de resistência muscular foi utilizado o Teste de Repetições Abdominais em 1 min;
- Para a mensuração de composição corporal foi feita a medida das dobras cutâneas, utilizando um adipômetro, com precisão de 0,1 mm;
- Para registro de todos os dados individuais foi elaborada uma ficha.

Os dados sobre a massa corporal, a estatura, flexibilidade, força, resistência muscular, composição corporal e capacidade aeróbica foram coletados na escola e no projeto CERA durante os horários de treinos e as aulas de Educação Física.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

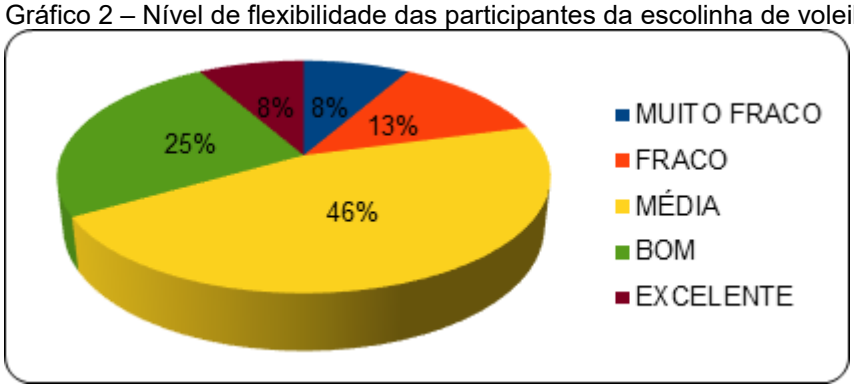
Para mensurar a flexibilidade foi realizado teste de sentar e alcançar, com o banco de Wells. A flexibilidade das alunas que frequentam apenas as aulas de Educação Física, como mostra o gráfico 1, podemos observar que, no conceito excelente, aparecem apenas 3,5% (01), bom 19,5% (05), média 42,0% (12), quanto que 35% (10) ficaram abaixo da média, fraco e muito fraco.

Gráfico 1 – Nível de flexibilidade das participantes das aulas de Educação Física.



A flexibilidade das alunas que frequentam a escolinha de voleibol como podemos observar no gráfico 2, no conceito excelente tivemos 8,0% (02), bom 25% (06), média 46,0% (11) quanto que apenas 21,0% (05) ficaram abaixo da média, fraco e muito baixo.

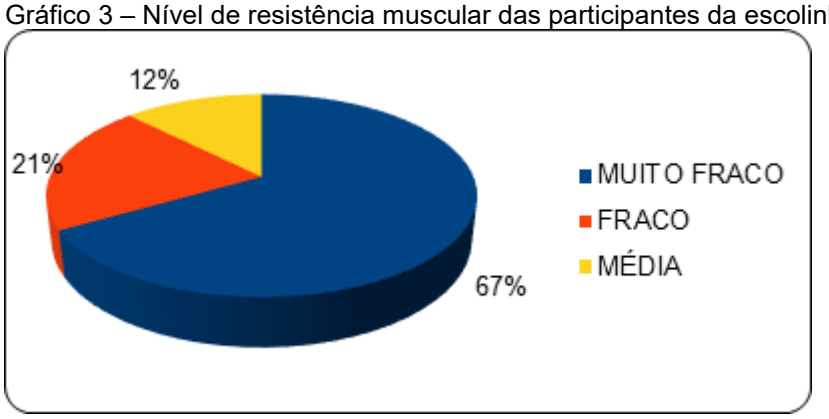
Gráfico 2 – Nível de flexibilidade das participantes da escolinha de voleibol



Foi possível constatar que comparando o desempenho do gráfico das alunas que frequentam a escolinha de voleibol, o resultado foi melhor que as alunas que frequentam apenas as aulas de educação física, podemos perceber que a falta de exercícios físicos regulares tende a diminuir a flexibilidade, por isso a importância de nós profissionais da área de educação física, apresentar métodos para treinar a flexibilidade, ajudando no desenvolvimento e bem-estar imediato dos nossos alunos.

Para analisar o nível de resistência muscular das alunas foi utilizado o teste de repetições máximas de abdominal realizada em um minuto.

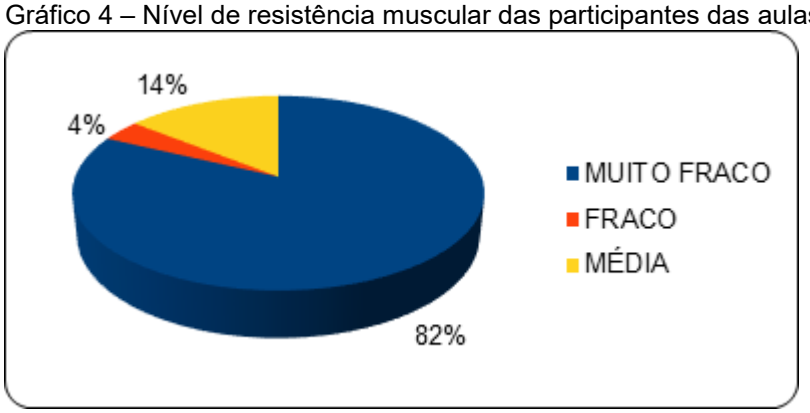
Gráfico 3 – Nível de resistência muscular das participantes da escolinha de voleibol



O nível de resistência muscular das alunas de escolinha de voleibol foi de 12,0% (03) média e 88,0% (21) fraco e muito fraco. Já o nível de resistência das alunas

que frequentam somente as aulas de educação física foi de 14,0% (04) média e 86,0% (24) fraco e muito fraco.

Gráfico 4 – Nível de resistência muscular das participantes das aulas de educação física



Ao analisar os índices dos gráficos 1 a 4, pode-se observar que os resultados encontrados apontam que as crianças que frequentam à escolinha de voleibol estão abaixo do esperado. Muitas dessas meninas poderão apresentar algum tipo de problema nas costas quando adultas devido a esse baixo nível de resistência muscular.

O teste de gordura corporal foi realizado através das medidas de dobras cutâneas (tricipital e panturrilha medial) a partir dos resultados percebe-se que o normal das alunas que frequentam a escolinha é de 37,5% (09), quanto que as que frequentam somente as aulas de educação física é de 17,9% (05), porém o sobrepeso das praticantes de voleibol (07) ultrapassa 11,3% das estudantes de educação física (05). As alunas de educação física se sobressaem nas porcentagens mórbidas e obesas (18), o que não é nada bom, pois a obesidade pode provocar várias doenças cardíacas, hipercolesterolemia, diabetes.

CONCLUSÃO

Levando-se em consideração estes aspectos, os dados coletados propiciam uma visão única que reflete o perfil de aptidão física em crianças e adolescentes que praticam regularmente atividade física, e também as que praticam apenas nas aulas de educação física na escola de rede municipal de Celso Ramos -SC.

Observa-se que a prática regular de atividades físicas além de combater o sedentarismo melhora de maneira geral as capacidades da aptidão física. O equilíbrio

de uma alimentação saudável também faz parte desse conjunto, além de prevenir doenças cardiovasculares.

Os resultados deste estudo constatam a necessidade de integrar nas aulas de educação física as medidas de aptidão física para acompanhar a saúde dos alunos. A escola é um ambiente onde pode ser executado com amplitude uma formação de qualidade para propiciar maios desempenho motor e qualidade de vida, além de melhor da autoestima.

A realização dos testes despertou nas alunas o interesse e a curiosidade em saber o porquê dos índices de gordura, flexibilidade e resistência muscular entre elas e as que frequentam a escolinha de voleibol.

Percebe-se que as aulas de educação física deverão ser reavaliadas para melhorar o desenvolvimento físico desde a infância monitorando os índices para evitar problemas futuros.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, S. S.; OLIVEIRA, A. C. C. Aptidão física em escolares de Aracaju. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano.** v. 10, n. 3, 2008.

BERGMANN, G. G.; ARAÚJO, M. L. B.; GARLIPP, D. C.; LORENZI, T. D. C.; GAYA, A. Alteração anual no crescimento e na aptidão física relacionada à saúde de escolares. **Revista Brasileira de Cineantropometria e Desempenho Humano**. v. 7, n. 2, 2005.

BOUCHARD, C. A epidemia de obesidade. In: BOUCHARD, C. **Atividade física e obesidade.** São Paulo: Manole, 2002.

DANTAS, E. H. M. **Alongamento e flexionamento**. 5. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2005.

DÂMASO, A. R.; TEIXEIRA, L.R.; NASCIMENTO, C.M.O. Obesidade: subsídios para o desenvolvimento de atividades motoras. **Revista Paulista de Educação Física.** v. 8, n. 1, 1994.

DIETZ, W.H. ***Childhood obesity***. In: CHEUNG, L. W. Y.; RICHMOND, J. B., eds.

ERIKSSEN, G. Physical fitness and changes of mortality. **Sports Medicine**, v. 31, n. 8, 2001.

FARIAS JÚNIOR, J. C.; LOPES, A. S. Comportamentos de risco relacionados à saúde em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento.** v. 12, n. 1, 2004.

GLANER, M.F. **Crescimento físico e aptidão física relacionada à saúde em adolescentes rurais e urbanos**. 2002. Tese (Doutorado em Ciência do Movimento Humano) – Centro de Desportos, UFSM, Santa Maria, 2002.

GUEDES, D.P.; GUEDES, J.E.R.P. **Controle do peso corporal:** composição corporal, atividade física e nutrição. Londrina: Midiograf, 1998.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças e adolescentes do município de Londrina (PR), Brasil. **Revista Motriz**, v. 4, n. 1, 1998.

GUEDES D. P. Implicações associadas ao acompanhamento do desempenho motor de crianças e adolescentes. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. v. 21, n. 37, 2007.

GUISELINI, M. **Aptidão física bem-estar:** fundamentos teóricos e exercícios práticos. 2.ed. São Paulo: Phorte, 2006.

HEYWARD, V. H. **Avaliação física e prescrição de exercício:** técnicas avançadas. 4.ed. Porto Alegre: Artmed, 2004.

LORENZI T.; GARLIPP D.; BERGMANN G. Aptidão física relacionada ao desempenho motor de crianças e adolescentes do Rio Grande do Sul. Dossiê PROJETO ESPORTE RS. **Revista Performance**, 2005

MARQUES, A. T.; GAYA, A. Atividade física, aptidão física e educação para a saúde: estudos na área pedagógica em Portugal e no Brasil. **Revista Paulista de Educação Física e Esporte.** v. 13, n. 1, p. 83-102, 1999.

McARDLE, W. D.; KATCH, F. I.; KATCH, V. L. **Fisiologia do exercício:** energia, nutrição e desempenho humano. 4.ed. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan, 1998.

NAHAS M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. Londrina: Midiograf, 2001.

NIEMAN, D.C. **Exercício e saúde**. São Paulo: Manole, 1999.

PATE, R.R. The evolving definition of physical fitness. **Quest**. v. 40, n. 3, 1988.

PITANGA, F. J. G. Epidemiologia, atividade física e saúde. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento.** v. 10, n. 3, p. 49-54, 2002.

POLLOCK, M. L.; WILMORE, J. H.; FOX III, S.M**. Exercício na saúde e na doença:** avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação. 2.ed. São Paulo: Medsi, 1993.

SILVA, M. A. M.; RIVERA, I. R.; FERRAZ, M. R. M. T.; PINHEIRO, A. J. T.; ALVES, S. W. S.; MOURA, A. A.; CARVALHO, A. C. C. Prevalência de fatores de risco cardiovascular em crianças e adolescentes da rede de ensino da cidade de Maceió. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**. v. 84, n. 5, 2005.

TORRES, L; GAYA. A. Hábitos de vida, relações e práticas esportivas: indicadores para planejamento de educação física e esportes escolar. **Perfil.** n. 4, 2000.

A PRÁTICA PEDAGÓGICA DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA APAE COM OS ALUNOS DEFICIENTES FÍSICOS: UM ESTUDO DE CASO

Eduardo Camargo [17]
Magali Ap. Ribeiro de Souza [18]

RESUMO

A atividade física adaptada aparece em evidência no mundo após a Segunda Guerra Mundial na Inglaterra, na década de 1950, através do neurologista Ludwing Guttman, que tratava as pessoas mutiladas com trabalho terapêutico utilizando o esporte em seu centro de reabilitação. O caminho de inclusão dessas pessoas evolui ao longo do tempo, através de instituições de apoio, tais como a APAE – Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais. Em Curitibanos, ela possui amplo espaço e profissionais qualificados que propõem e passam os conhecimentos de acordo com a sua experiência profissional. Portanto, o objetivo deste artigo foi apresentar um estudo de caso sobre prática pedagógica de um professor de Educação Física da APAE de Curitibanos. O método utilizado para a obtenção dos dados dessa pesquisa foi a aplicação de um questionário semiestruturado. De acordo com suas respostas, esse profissional demonstrou algumas dificuldades no planejamento de suas aulas, pois se depara com alunos portadores de diferentes deficiências e faixas etárias.

Palavras-Chave: Prática pedagógica. Deficiente físico. Atividade motora adaptada.

ABSTRACT

Adapted physical activity appears in evidence in the post-World War II world in England in the 1950s through neurologist Ludwing Guttman, who treated people mutilated with therapeutic work using the sport in their rehabilitation center. The path of inclusion of these people evolves over time, through support institutions such as APAE - Association of Parents and Friends of the Exceptional. In Curitibanos, she has ample space, qualified professionals who propose and pass the knowledge according to her professional experience. Therefore, the objective of this article was to present a case study about pedagogical practice of a professor of Physical Education at the APAE de Curitibanos. The method used to obtain the data of this research was the application of a semistructured questionnaire. According to his answers, this professional showed some difficulties in the planning of his classes, as he encounters students with different disabilities and age groups.

Keywords: Pedagogical Practice. Handicapped. Adventive Motor Activity.

[17]Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: eduardocamargosc@hotmail.com
[18]Profª Me do Curso de Educação Física, Universidade do Contestado, Campus Curitibanos. E-mail: magaliribeiro@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O histórico do início das atividades físicas trabalhadas em pessoas com necessidades especiais se iniciou na Inglaterra, a pedido do governo britânico após a 2° Guerra Mundial. O Neurologista Ludwing Guttman criou um centro para tratar essas pessoas, utilizando o esporte que auxiliou os pacientes na reabilitação física, tonando um trabalho terapêutico, as pessoas que tinham alguma necessidade física não eram bem vistas por conta da sua imagem, portanto através do esporte foi possível se tornar importante e voltar a ser “normal” como os outros. Através da atividade física, os deficientes físicos daquela época, que eram excluídos, puderam conquistar seu espaço na sociedade, evidenciando novamente sua importância até mesmo dentro das modalidades esportivas.

Assim a adaptação para a participação dos alunos com deficiência em desportos, atividades de lazer ou condição física, ou em programas de educação motora é essencial para a garantia de uma vida autônoma e saudável mesmo que haja algumas supostas limitações. Nota-se que a APAE de Curitibanos tem um espaço amplo, com diversas salas para os alunos, materiais adequados para as atividades físicas, profissionais qualificados que propõem e passam conhecimentos de acordo com a experiência.

Quando se pensa em Educação Física, geralmente pensamos que a mesma é só para os ditos "normais", ou seja, para aqueles alunos que conseguem correr, saltar e arremessar, muitas vezes existe o preconceito ou a exclusão das pessoas com deficiência física com relação a realizar atividades físicas. Sendo assim essa problemática nos impulsionou a pesquisar sobre prática do professor de Educação Física da APAE e descobrir quais os procedimentos metodológicos que o ensino desenvolve em suas aulas.

Essa pesquisa se justifica devido ao fato de que as pessoas com deficiência física que antigamente eram excluídos do meio social, atualmente encontram-se inclusas na sociedade. Até mesmo a nomenclatura das pessoas com deficiência física sofreu mudanças, ou seja, o que chamávamos de aleijados, mancos, coxo, hoje esses termos já não são mais utilizados. Sabemos também que a atividade física é importante não somente para pessoas ditas “normais”, mas para pessoas com

deficiência física, sendo assim essa pesquisa justifica-se pelo fato de que as mesmas estão incluídas no meio social e como tal necessitam realizar alguma atividade física.

Portanto, o objetivo deste artigo foi realizar um estudo de caso referente a prática pedagógica de um professor de Educação Física da APAE de Curitibanos, SC. Os objetivos específicos que nortearam essa pesquisa foram: verificar a relevância da atividade física para os deficientes físicos, conhecer a metodologia aplicada nas aulas de Educação Física na APAE e realizar uma pesquisa bibliográfica sobre Atividade Física para deficientes físicos.

Optamos por utiliza um questionário semiestruturado elaborado pelo pesquisador e seu orientador onde o mesmo foi analisado posteriormente.

Com relação ao referencial teórico desse artigo será abordado: Conceitos e causas da deferência física, a prática pedagógica do professor, e a relevância de realizar atividade física para deficientes físicos.

CONCEITOS E CAUSAS DA DEFICIÊNCIA FÍSICA

As deficiências físicas podem ser causadas por origem genética ou podem ser adquiridas ao longo da nossa vida. As de origem genéticas dizem respeito as lesões cerebrais, paralisia cerebral, malformação congênita, sequelas de queimaduras, e lesões por esforço repetitivo.

Kirk (2000) ao comentar sobre as características das crianças com deficiências físicas diz que essa categoria se refere a uma variedade de condições que afetam o bem-estar da criança, exigindo intervenção da Educação Especial no que diz respeito à mobilidade, vitalidade física e autoimagem. Nessa ampla categoria, estão incluídas as más formações congênitas, as distrofias musculares, a paralisia cerebral, quando não associadas a outras deficiências.

Também podemos definir a deficiência física como:

> Diferentes condições motoras que acometem as pessoas comprometendo a mobilidade, a coordenação motora geral e da fala, em consequência de lesões neurológicas, neuromusculares, ortopédicas, ou más formações congênitas ou adquiridas (BRASIL, MEC, 2004).

Juntamente com o Decreto n° 5.296 de 2 de dezembro de 2004, deficiência é: Art. 70. O art. 4º do Decreto no 3.298, de 20 de dezembro de 1999, passa a vigorar com as seguintes alterações:

> Art. 4º , I - deficiência física - alteração completa ou parcial de um ou mais segmentos do corpo humano, acarretando o comprometimento da função física, apresentando-se sob a forma de paraplegia, paraparesia, monoplegia, monoparesia, tetraplegia, tetraparesia, triplegia, triparesia, hemiplegia, hemiparesia, ostomia, amputação ou ausência de membro, paralisia cerebral, nanismo, membros com deformidade congênita ou adquirida, exceto as deformidades estéticas e as que não produzam dificuldades para o desempenho de funções. (BRASIL, 2004)

Segundo o censo 2010 apontado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) 45,6 milhões de pessoas declararam ter ao menos um tipo de deficiência, o que corresponde a 23,9% da população brasileira. Portanto é, sem dúvida, um assunto que merece atenção e uma discussão tratada com seriedade. (IBGE, 2010, p. 12)

Com relação a classificação das pessoas com deficiência física encontramos na literatura referente aos vários tipos de paralisia cerebral, classificações de acordo com os seguintes fatores: tônus postural, tipo de alteração de inervação recíproca e distribuição da condição do tônus (topografia).

Salientamos que os termos empregados e a classificação dos tipos de paralisia cerebral, conforme os fatores acima citados, são aceitos e utilizados pela Sociedade Internacional de Paralisia Cerebral, mundialmente reconhecidos para descrever a condição de acordo com sua distribuição.

Segundo o Ministério da Educação (BRASIL, 2004) a classificação é realizada de acordo com a qualidade do tônus sendo:

a) Espástica - presença de hipertonia com caráter permanente, mesmo em repouso. Essa hipertonia varia de grau, podendo ser encontrada em graus leve, moderado e grave. É o quadro mais frequente. A espasticidade aumenta a tentativa da criança de executar movimentos, o que faz com que estes sejam bruscos, lentos e anárquicos.
b) Atetóide - apresenta tipo de tônus instável e flutuante, movimentos involuntários. A amplitude da flutuação varia de caso para caso dependendo da complexidade, da condição e do grau de estímulo e esforço. Quando a

pessoa tenta executar uma ação, apresenta movimentos incoordenados de pequena amplitude.

c) Atáxica - presença de hipotonia com incoordenação motora. A ataxia pura é rara, normalmente apresenta-se associada com atetose ou espasticidade. Geralmente o atáxico apresenta um grau mais ou menos grave de deficiência mental.

No que diz respeito a deficiência que acontece por questões de distribuição do tônus abordamos:

a) Monoplegia - paralisia de um único membro.
b) Hemiplegia - paralisia de um lado do corpo.
c) Diplegia - paralisia de partes homólogas nas duas metades do corpo.
d) Triplegia - hemiplegiacom a paralisiaadicionalde um membro do lado oposto.
e) Paraplegia - paralisia dos membros inferiores.
f) Quadriplegia ou Tetraplegia - comprometimento dos quatro membros, podendo ser espástica ou flácida.

Ao serem classificados os tipos de paralisia cerebral, as duas formas citadas (qualidade e distribuição do tônus) são utilizadas juntamente, sendo que as variações mais comuns ocorrem nos casos de espasticidade (quadriplegiaespástica, hemiplegia espástica, diplegia espástica). No atetóide são encontradas mais comumente as quadriplegias e na ataxia, as quadriplegias e as hemiplegias.

Quanto a condição de deficiência, se a concebermos como um infortúnio pessoal a ser lamentado que ocorre a pessoas que sempre serão dependentes dos outros, incapazes de ser plenamente autônomas, essa representação conduzirá a uma proposta de trabalho totalmente diferente daquela que se constrói se considerarmos atividades para pessoas que estão a caminho de uma maior autonomia e independência e capazes de gerir a sua própria vida.

A PRÁTICA PEDAGÓGICA

De acordo com Libâneo (1999, p. 165):

> O conceito mais simples de método é o de caminhos para atingir um objetivo. Na vida cotidiana estamos sempre perseguindo objetivos que não se realizam por si só, é necessário à nossa atuação, ou seja, a organização de uma sequência de ações para atingi-lo. Os métodos são assim meios adequados para realizar objetivos.

Na instituição de ensino não é diferente, o método de organização utilizado pelo professor é o planejamento e tratando-se do caso de pessoas com necessidades especiais o plano de aula deve ter uma atenção dobrada, pois irá tratar de pessoas com limitações. Com relação as aulas de educação física o aluno pode evoluir seu estado positivamente através da atividade física quando utilizado métodos relevantes.

A pratica pedagógica é a maneira na qual o professor de Educação Física ou de qualquer outra área usará para aplicação de conteúdos para um melhor ensino-aprendizagem, de seus alunos. Sendo assim o professor planeja antes da pratica, como alguns conteúdos que os estimulem a pensar, ou seja, uma prática reflexiva, adaptando a aula a todos. Com relação as aulas de Educação Física o mesmo envolve atividades motoras, jogos e brincadeiras, dança, lutas, ou seja, valorizando a cultura corporal do movimento.

Segundo Resende e Soares:

> Essa pratica vem evoluindo bastante nos últimos anos, o professor passou a ser mediador onde é válida a participação do aluno nas aulas e não mais o professor que comanda e os alunos repetem, numa pratica que visa à aptidão física que não tem nenhum significado para o aluno, que por sua vez tem que reproduzir modelos e fazer exatamente o que o professor mandar (RESENDE; SOARES, 1997, p. 27).

Conforme a citação acima, entende-se que os alunos anteriormente apenas faziam a reprodução do que era ministrado nas aulas de Educação Física, e atualmente o professor utiliza métodos diferenciados de acordo com cada potencialidade.

Garcia nos diz o seguinte sobre práticas pedagógicas:

> [...] a prática pedagógica pode ser dividida em ‘práticas de caráter antropológico’ e ‘práticas pedagógicas institucionalizadas’. A autora explica

> que a primeira diz respeito à perspectiva social pela qual se compreende a educação escolar como um espaço cultural compartilhado, não exclusivo de uma classe profissional concreta, ainda que conceda certa legitimidade técnica à ação docente. Já a segunda se refere à atividade docente realizada nos sistemas educacionais e às organizações escolares em que estão inseridos. Neste sentido, "a prática profissional depende das decisões individuais, que não estão isentas da influência de normas coletivas e de regulações organizacionais". Portanto, o conceito de prática pedagógica não se limita apenas às ações dos professores em sala de aula (GARCIA, 2005 *apud* PLETSCH, 2010, p. 158).

Ferreira (2004, p. 44), por sua vez, apresenta significativas recomendações à maneira de atuar na escola com vistas à aprendizagem e desenvolvimento dos alunos:

> Pensando na educação dos sujeitos com deficiência, a busca de códigos pedagógicos apropriados é necessária, mas não suficiente se não ressignificarmos as relações de existência concreta destes alunos no âmbito da prática e dos discursos da, e na escola. Por esse ponto de vista, torna-se pouco provável que possamos simplesmente recorrer à ajuda do conhecimento e da prática tradicionalmente acumulados em educação especial, uma vez que trazem uma perspectiva da educação especial que se constitui sob a égide de outras concepções e outras referências teóricas.

Finalmente, sobre práticas pedagógicas, acrescentamos mais uma contribuição Pletsch (2010, p. 158-159):

> Tomando como base as diferentes relações e ações presentes no interior da escola e a influência que recebe das práticas externas a ela, usaremos o termo prática associado ao currículo. Entendemos que as práticas curriculares são ações que envolvem a elaboração e a implementação do currículo em suas diferentes dimensões (planejamento, metodologias, estratégias de ensino, avaliação, tempo e espaço de aprendizagem).

Pedrinelli (1994) afirma que os programas de educação física devem conter desafios a todos os alunos, permitindo a participação de todos e respeitando suas limitações, promovendo a autonomia e enfatizando o potencial no domínio motor.

ATIVIDADE FÍSICA PARA DEFICIENTES FÍSICOS

Consideramos que a atividade física que tem como objetivo fazer qualquer exercício que tenha como consequência o gasto da energia, colocando movimentos em grande quantidade de fenômenos a nível corporal, emocional e o psíquico na pessoa a qual realiza. A atividade pode ser realizada com um planejamento, espontâneo e involuntário, sabendo que ambos os casos são semelhantes.

A atividade física para o ser humano pode ser pensada para ganho de resultados específicos. Com o passar dos anos foi se popularizando de maneira direta para o bem-estar, mas não para o físico, através do mesmo permite que tire o estresse, libera toxinas e desperta componentes químicos como endorfina, analgésico natural.

A Educação Física e o esporte são associados aos conceitos de desempenho e rendimento, fomos treinados para buscar resultados como: Qual o mais forte, o mais rápido, o mais habilidoso, o melhor. Ficamos tão presos nesse conceito que esquecemos que o esporte tem um aspecto estético, simbólico, e principalmente um significado de superação pessoal para uma pessoa portadora de deficiência, para tanto é necessário levarmos em consideração que deve ser mantida a integridade das atividades e promovida a maximização do potencial individual.

Quanto as atividades físicas realizadas com pessoas com deficiência físicas, convém modifica-las adequando-as as necessidades da pessoa que apresenta deficiência apenas quando necessário. Sempre respeitando as os limites do deficienciente, assegurando que atividades sejam um desafio e algo prazeroso a todos os participantes e, que seja valorizada a diferença.

Os profissionais de Educação Física Adaptada assumem um papel transformador competência específica, sendo pessoas que constroem, mantem e alteram significados na área, sobre si próprios e sobre as atividades pelas quais respondem.

Segundo Ferraz e Macedo *apud* Gorgatti *et. al* (2001, p.18):

> Precisamos considerar que o homem é um ser interessado em viver experiências diversas para compor a sua história de vida, como sujeito epistêmico, que é compreendido por um sistema capaz de se desenvolver e como um sujeito psicológico, que é compreendido pela singularidade de cada um.

Dessa maneira entendemos que o ser humano está em constante evolução em seu aprendizado, as metodologias e costumes diferentes, habituando a todo momento a uma nova maneira de ensinar e aprender as coisas, conforme passa o tempo. Isso acontece especialmente com a pessoa que sofre um trauma que acarreta a algum tipo de deficiência, a qual terá que aprender a se adaptar à nova maneira de viver que lhe é imposta. Nesse processo o profissional de Educação Física mostra-se importante

no momento de aprendizagem, orientando e observando a evolução do aluno deficiente.

Para Emes, Longmuir e Downs *apud* Gorgatti (2008, p. 18):

> A construção de uma atitude positiva voltada diretamente para as capacidades do participante e não para sua deficiência constitui verdadeiro desafio na abordagem feita nos cursos de preparação profissionais. Com a crescente participação da atividade física, seja de forma orientada, com a demanda de atitude profissional que permite ajustar a experiência e de aprendizagem aos ideais, necessidades e potencialidades do praticante em relação da cultura corporal de movimentos.

Observa-se, a partir disso, que o incentivo positivo do profissional é de grande valia, pois isso estimulará o aluno, levando em consideração o período o qual está sendo adaptado à sua nova condição. Um profissional capacitado na área de Educação Especial, estará melhor preparado ao se deparar com esse público.

"A intervenção profissional em Educação Física atinge um largo espectro de conhecimentos, visando, sobretudo, orientar as pessoas a praticar atividades físicas como ginástica, dança, jogo, esporte, realizados na terra, na água ou no ar" (GORGATTI et. al., 2008, p. 17). Sabemos que mesmo os portadores de deficiência podem realizar todas essas atividades, acompanhados de um profissional capacitado. De acordo com o mesmo autor, "há um universo de possibilidades definidas pelas necessidades, pelos desejos e pelas potencialidades do praticante".

Ela ainda complementa que:

> As organizações esportivas, de dança, de jogos e de ginástica (*fitness*) têm contribuído efetivamente para ampliar possibilidades para a participação das pessoas que apresentam diferentes e peculiares condições. [...] Profissionais de Educação Física que atuam nesse universo adaptado assumem um papel transformador com competência especifica da área, sendo atores vivos que constroem, mantem e alteram significados sobre a área, sobre si próprios e sobre as atividades pelas quais respondem (BETTI, 1998, *apud* GORGATTI *et. al.,* 2008, p. 17-18).

Podemos então constatar a importância do professor de Educação Física na vida das pessoas com deficiência que ele atende, pois, além de atuar com objetivo de trabalhar as potencialidades, melhorar a saúde, as atividades proporcionam uma formação integral, pois notabilizam-se também ganhos nos aspectos sociais e cognitivos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Para realizar essa pesquisa optamos em fazer um estudo de caso que de acordo com Gil (2006, p.72) é caracterizado pelo estudo profundo e exaustivo de um ou de poucos objetos, de maneira a permitir o seu conhecimento amplo e detalhado, tarefa praticamente impossível mediante os outros tipos de delineamentos considerados. E caracteriza-se como sendo do tipo descritivo, que tem como objetivo primordial à descrição das características de determinada população ou fenômeno ou o estabelecimento de relações entre variáveis (GIL, 2006, p. 44).

Desde os tópicos da entrevista, passando pelo questionário e formulário, a apresentação dos instrumentos de pesquisa deve ser feita, dispensando-se tal quesito apenas no caso em que a técnica escolhida for à observação (LAKATOS, 2001, p. 113).

O método utilizado na obtenção dos dados dessa pesquisa foi uma entrevista com um questionário semiestruturado elaborado pelo pesquisador e orientador a ser respondido pela professora de Educação Física da APAE– Associação De Pais e Amigos Dos Excepcionais do município de Curitibanos, SC. As perguntas se caracterizam por serem objetivas e voltadas à área de ensino em que ministra as aulas. A intenção deste questionário foi analisar em geral como acontecem as aulas de educação física na APAE para os alunos com deficiência física.

Em um primeiro momento para a realização dessa pesquisa entramos em contato com os funcionários da APAE que nos orientaram a procurar a direção para receber a permissão de realizar a entrevista com a professora de Educação Física. Sendo assim foi agendado um horário com a mesma para a realização da entrevista. Porém fomos avisados de que a professora efetiva estava de licença e quem responderia os questionários seria a professora substituta, que também segundo informações da direção da escola a mesma tinha conhecimento na área, pois já havia atuado como professora na instituição a ser pesquisada.

No dia marcado ao retornar na APAE de Curitibanos, a pesquisa foi realizada no ginásio de esporte, onde a professora já aguardava.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Apresentamos nesse momento a contextualização dos dados coletados com os questionários pontuando a fala do professor de Educação Física pesquisado.

A professora pesquisa é formada em Educação Física e a mesma atua a 7 anos na educação e trabalhou 3 anos com alunos com deficiência.

Na primeira pergunta foi questionado: “O que motivou ser professor de alunos com deficiência”, a professora respondeu que para trabalhar com alunos com certa deficiência deve ter uma experiência antes, para saber como trabalhar com eles.

Como pudemos analisar, a resposta não corresponde com a pergunta feita, mas constatamos que a professora tem preocupação com a área que atua, pois, para trabalhar com pessoas com deficiência ela julga necessário conhecimento a mais sobre cada deficiência (física, intelectual, etc.).

No segundo questionamento: “O que é priorizado nas aulas de educação física: a deficiência do aluno ou as potencialidades do mesmo”, de acordo com a professora o planejamento é separado para cada turma analisando cada necessidade, eles têm atendimentos com psicólogos e outras disciplinas.

Em concordância ao que foi respondido pela professora, podemos citar Cidade (2002, p. 30), onde afirma que:

> É conveniente que o professor de Educação Física considere alguns aspectos fundamentais, necessários e já conhecidos para uma melhor adequação das tarefas ao tipo de necessidade (como forma de minimizar as barreiras para a aprendizagem) que os alunos possam apresentar.

Desta forma pode-se entender que cada aluno necessita de uma metodologia a ser desenvolvida de acordo com cada dificuldade, seja ela motora ou cognitiva.

Na resposta da questão acima citada a mesma afirma que trabalha a deficiência e não a potencialidade do aluno. Consideramos que é importante trabalhar a deficiência, mas não podemos esquecer da potencialidade que os mesmos apresentam.

Na terceira pergunta foi questionado: “Qual a maior dificuldade encontrada nas aulas ministradas”, a resposta da professora foi adaptar uma atividade para um cadeirante.

De acordo com a resposta da professora nota-se que para um cadeirante as atividades tendem a ser planejadas de uma maneira com que o aluno execute com facilidade inicialmente, com o passar do tempo irá se desenvolver melhor e assim colocando em prática as atividades com níveis maiores de complexidade.

Porém, os tipos de deficiência que incidem no uso da cadeira de rodas pelo aluno, desafiam o professor a ponderar vários fatores na questão do planejamento dessas aulas, por exemplo, suas potencialidades, o que pode ser feito com os membros superiores, como arremessar, rebater, receber a bola.

Na quarta questão foi relacionado: “Se a escola tem todos os materiais que a professora julga ser necessário para desenvolver as suas aulas”, sua resposta foi que tem os materiais necessários para as atividades”.

Com a resposta da professora entende-se que na APAE de Curitibanos tem todos os materiais que se julga necessário, porém, se não os tiver, vai da criatividade do profissional de Educação Física adaptar as atividades para o cadeirante. A atividade adaptada, bem como local adequado para exercer o desporto adaptado e com as regras, possibilitando variações das atividades físicas, assim proporcionando a participação dos alunos. Em conformidade, Cardoso reitera:

> O desporto adaptado surgiu como um importante meio na reabilitação física, psicológica e social para pessoas com algum tipo de deficiência, consiste em adaptações e modificações em regras, materiais, locais para as atividades possibilitando a participação das pessoas com deficiências nas diversas modalidades esportivas. (DUARTE; WERNER, 1995 *apud* CARDOSO, 2011, p. 530).

Ainda segundo o mesmo autor acima citado, também pondera que “pode ser definido como esporte modificado ou especialmente criado para ir ao encontro das necessidades únicas de indivíduos com algum tipo de deficiência“ (GORGATTI, 2005 apud CARDOSO, 2011, p. 530).

Na quinta pergunta foi questionado: “Qual a metodologia utilizada nas suas aulas”, com a visão da professora de acordo com a faixa etária de 6 a 17 anos o trabalho é feito mais com o lúdico, atividades em duplas, alongamentos. Faixa etária acima de 18 interação entre os alunos, atividade individuais e alongamentos.

Podemos perceber que para a faixa etária de 6 a 17 anos, a professora procura trabalhar atividades em grupo, lúdicas priorizando a diversidade das aulas e

melhorando o conhecimento dos alunos com a socialização, variedade de deficiências e de experiências motoras.

Já com os de 18 anos ou mais os alunos se encontram mais inteirados aos conteúdos administrados nas aulas de Educação Física, consequentemente adquirindo conhecimento por si só, julgando não ser necessário o trabalho em dupla e de caráter lúdico.

CONCLUSÃO

Sabemos que a atividade motora adaptada aparece evidente no mundo após as duas grandes guerras mundiais, onde se notabilizou uma grande massa de pessoas com deficiências físicas, o que mobilizou profissionais a encontrarem um método de proporcionar uma qualidade de vida melhor para essas pessoas, que eram tratadas com indiferença por serem acometidos por uma deficiência que as fazia "diferentes" das pessoas que eram consideradas "normais". Uma porta de entrada para o mundo inclusivo apareceu para elas através da atividade física.

No Brasil, os programas de assistência para pessoas com deficiências evoluem ao longo dos anos, utilizando a cada ano que passa uma metodologia e regras diferenciadas do ano anterior. Um bom exemplo de instituição que atende essas pessoas é a APAE de Curitibanos, que atende crianças e adolescentes de 6 a 17 anos, utilizando uma metodologia diferenciada com atividades lúdicas e socializações entre grupos com diferentes deficiências. E adultos acima dessa faixa etária, empregando metodologia similar, mas com ênfase em regras dos diversos desportos. O trabalho de inclusão que é feito com esses alunos nessa instituição, visa a sua formação integral, bem como a inserção do mesmo no mercado de trabalho, nas escolas públicas, na sociedade em geral.

Com base nos dados adquiridos no de correr desta pesquisa, observa-se a dificuldade dos professores na construção das atividades na APAE de Curitibanos, pois necessita de muita imaginação para administrar a aula para cada aluno com deficiência física ou intelectual, também, respeitando as potencialidades de cada um.

Para superar essas dificuldades, julga-se importante uma formação continuada dos profissionais, se atualizando tanto na formação acadêmica quanto nos métodos

trabalhados, a fim de criar metodologias eficazes como meio de atalho que possa proporcionar para essa profissional facilidade para trabalhar com esses alunos.

Quanto a formação do profissional de Educação Física que irá trabalhar com essa população, entende-se que ele(a) requer além da própria graduação uma especialização na área de Educação Física Especial onde irá adquirir conhecimento de cada deficiência e suas potencialidades, e também pesquisas constantes nessa área para entender as peculiaridades de cada aluno que irá abordar e conseguir planejar estratégias de ensino para aproveitar o máximo de sua potencialidade.

De acordo com a professora da APAE de Curitibanos, Santa Catarina, para profissional ter uma motivação com os alunos deficientes, julga necessário ter conhecimento sobre cada deficiência, como pudemos analisar a resposta não corresponde com a pergunta feita, mas constata que a professora tem preocupação com a área em que atua.

Analisando a resposta da professora com relação a pergunta: ‘’o que é priorizado nas aulas de educação física, a deficiência do aluno ou as potencialidades do mesmo?’’, a resposta obtida a foi que trabalha a deficiência e não a potencialidade do aluno.

No que diz respeito a dificuldade encontrada nas aulas segundo a professora foi adaptar uma atividade para um cadeirante, estas atividades tendem a ser planejadas de uma maneira com que o aluno execute com facilidade inicialmente, com o passar do tempo irá se desenvolver melhor e assim colocando em prática as atividades com níveis maiores de complexidade.

A professora de Educação Física relata ter todos os materiais necessários para ministrar suas aulas, se não os tiver, vai da capacidade do profissional adaptar as atividades.

Vale ressaltar que o método utilizado nas aulas varia de acordo com as faixas etárias dos alunos. De 6 a 17 anos o trabalho é feito de forma lúdica, atividades em duplas, alongamentos e a socialização dos mesmos. Já acima de 18 anos, os alunos se encontram mais inteirados aos conteúdos de Educação Física, desta forma adquirindo o conhecimento por si só, sendo assim não é necessário o trabalho em dupla e de caráter lúdico.

Conclui-se então que para enriquecer os conhecimentos na área de Educação Física adaptada, pesquisas como esta são de extrema importância, pois oferecerão

novos horizontes aos profissionais que forem trabalhar com esse tipo de população, nessas instituições. Por meio desta pesquisa também surgiu o interesse em pesquisar a pratica pedagógica dos professores de Educação Física que ministram aulas no ensino regular e tenham alunos com deficiência física.

REFERÊNCIAS

BRASIL**.** Presidência da República. Casa Civil. Subchefia para Assuntos Jurídicos. **Decreto nº 3.298, de 20 de Dezembro de 1999**. Regulamenta a Lei no 7.853, de 24 de outubro de 1989. D.O.U. 21 dez. 1999. Disponível em: <http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d3298.htm>. Acesso em: 27 jul. 2018.

BRASIL. Ministério da Educação. **Saberes e práticas da inclusão:** dificuldades de comunicação e sinalização: deficiência física. Brasília: MEC, 2004.

CAMPOS, PMX. **Deficiência e preconceito:** a visão do deficiente. Brasília-DF. Julho de 2008. Disponível em: <http://repositorio.unb.br/bitstream/ 10482/6364/1/2008_PenelopeMXCampos.pdf.> Acesso em: 17 abr. 2018.

CIDADE, RE; FREITAS, PS. Educação física e inclusão: considerações para a prática pedagógica na escola. **Revista integração**, 2002. Disponível em: <http://atividadeparaeducacaoespecial.com/wp-content/uploads/2014/09/INCLUS %C3%83O-PRATICA-PEDAGOGICA.pdf>. Acesso em: 21 jun. 2018.

CARDOSO, V. D. A reabilitação de pessoas com deficiência através do desporto adaptado**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, 2011. Disponível em: <http://www.revista.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/view/716/671>. Acesso em: 18 jun. 2018.

CARVALHO, Q. C. M; CARDOSO, M. V. L. M. L.; OLIVEIRA, M. M. C.; LÚCIO, I. M. L. Má formação congênita: significado da experiência para os pais. **Ciência, Cuidado e Saúde Maringá**, v. 5, n. 3, 2006. Disponível em: <http://eduem.uem.br/ ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/viewFile/5039/3262>. Acesso em: 29 jul. 2018.

CENSO 2010. **Secretaria Nacional de Promoção dos Direitos da Pessoa com Deficiência.** Brasília– DF, p. 12, Disponível em: <http://www.pessoacomdeficiencia.gov.br/app/sites/default/files/publicacoes/cartilha-censo-2010-pessoas-com-deficienciareduzido.pdf>. Acesso em: 29 jul. 2018.

CARVALHO, LMG. **As atividades lúdicas e a criança com paralisia cerebral:** o jogo, o brinquedo e a brincadeira no cotidiano da criança e da família. Dissertação (Mestrado) Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, SP. Disponível em: <http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/ BDPI/12018/art_CAZEIRO_Formacao_de_conceitos_por_criancas_com_paralisia_2 011.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em: 29 jul. 2018.

FERREIRA, J. R**.** Políticas públicas e a universidade: uma avaliação dos 10 anos da Declaração de Salamanca. In: OMOTE, S. **Inclusão**: intenção e realidade. Marília, SP: Fundepe Publicações, 2004. Disponível em: <https://www.portaleduca-cao.com.br/conteudo/artigos/educacao/o-significado-de-praticas-pedagogicas/25705> Acesso em: 08 jul. 2018.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social.** 5.ed. São Paulo: Atlas, 2006.

GORGATTI, MG; DA COSTA, RF. **Atividade física adaptada:** qualidade de vida para pessoas com necessidades especiais. Barueri, SP: Manole, 2008.

KIRK, S. **A educação da criança excepcional.** São Paulo: Martins Fontes, 2000.

LAKATOS, E. M. ; MARCONI, M. A. **Metodologia do trabalho científico:** Procedimentos básicos, pesquisa bibliográficas, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos. 6.ed. São Paulo: Atlas, 2001.

LOPES, K. R.; MENDES, R. P.; FARIA, V. L. B. (Orgs). **Coleção Pró Infantil:** programa de formação inicial para professores em exercício na educação infantil. Brasília: MEC, 2005. Disponível em: <http://www.unifafibe.com.br/revistasonline/ arquivos/cadernodeeducacao/sumario/31/04042014073755.pdf> Acesso em: 27 jul. 2018.

LIBÂNEO, JC. **Didática.** 2.ed. São Paulo: Editora Cortez, 1999.

PEDRINELLI, V. J. Educação física adaptada: conceituação e terminologia. In: **Educação física e desporto para pessoas portadoras de deficiência**. Brasília: MEC-SEDES, SESI-DN, 1994, p. 7-10. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd73/inclusao.htm>. Acesso em 28 jul. 2018.

PLETSCH, M. D. **Repensando a inclusão escolar:** diretrizes políticas, práticas curriculares e deficiência intelectual. Editora EDUR/NAU, Rio de Janeiro. (Serie Do-cência.doc), 2010. Disponível em: <https://www.portaleducacao.com.br/conteudo/ artigos/educacao/o-significado-de-praticas-pedagogicas/25705>. Acesso 08 jul. 2018.

RESENDE, H. G.; SOARES, A. J. G. Elementos constitutivos de uma proposta curricular para o ensino-aprendizagem da educação física na escola: um Estudo de caso. **Revista Perspectivas em Educação Física Escolar**. Niterói: EDUFF, 1997.

SILVA, R. K. A neuroplasticidade no desenvolvimento de crianças com paralisia cerebral. **Temas sobre Desenvolvimento**, v. 34, n. 6, p. 7-13. Disponível em: <http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDPI/12018/art_CAZEIRO_Formacao _de_conceitos_por_criancas_com_paralisia_2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Acesso em: 29 jul. 2018.

Editora UnC

ISBN: 978-65-990410-2-0

CBL

9 786599 041020