

## **EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR COMO FATOR MOTIVADOR NA PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA ENTRE ESCOLARES: uma pesquisa na escola municipal Cristo Redentor no bairro Pirambú**

Arliene Stephanie Menezes Pereira (1); Daniel Pinto Gomes (1); Maria de Fátima de Lacerda (2); Karine Lima Sampaio (3);

1 Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia-IFCE, [stephanie\\_ce@hotmail.com](mailto:stephanie_ce@hotmail.com)

2 Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia-IFCE. [danielpintogomes@hotmail.com](mailto:danielpintogomes@hotmail.com)

3 Universidade Federal do Ceará, [mariadefatimalacerda13@gmail.com](mailto:mariadefatimalacerda13@gmail.com)

4 Universidade Cândido Mendes-Instituto Prominas, [karinesampaio82@gmail.com](mailto:karinesampaio82@gmail.com)

### **RESUMO**

A pesquisa visou investigar a relação da prática de Educação Física escolar com a atividade física praticada fora do âmbito escolar. A pesquisa foi realizada com alunos do ensino fundamental II (de 6º a 9º ano), da escolas municipal Cristo Redentor, escola municipal, pública situada no bairro Pirambú (bairro litorâneo e da periferia da cidade de Fortaleza). A importância do estudo se dá no âmbito de que através da história e culturalmente a disciplina de Educação Física está intimamente ligada a temática da atividade física. O objetivo do estudo foi então, verificar se os escolares realizavam outras atividades físicas fora da escola. A metodologia utilizada foi a aplicação de questionário, através de tecnologias da informação e comunicação (TIC's), com 300 escolares (50% do quantitativo de alunos da escola). Foi identificado que 51,7 % dos escolares praticam outra atividade física fora da escola, indicando a notoriedade do tema na área de Educação Física, tendo as aulas tanto um caráter motivacional como promotor da prática regular de atividade física e portanto da saúde. Atribuindo a disciplina um caráter transformador da sociedade por meios de práticas que são explanadas para a promoção e manutenção da saúde e da qualidade de vida. Ensejando que o tema poderia ser mais abordado e discutido como tema nas aulas, dando um caráter de promoção da saúde e atividade física; corroborando que mesmo o tema tendo sua devida importância não é a única temática a ser abordada nas aulas, nem tampouco a atividade fim da Educação Física escolar.

**Palavras-chave:** Educação Física escolar. Atividade física. Escolares.

### **INTRODUÇÃO**

O presente trabalho visou investigar a relação da prática de Educação Física escolar com a atividade física praticada fora do âmbito escolar. A pesquisa foi realizada com alunos do ensino fundamental II (de 6º a 9º ano), da escolas municipal Cristo Redentor , do bairro Pirambú na cidade de Fortaleza. A importância do estudo se dá no âmbito de que através da história e culturalmente a disciplina de Educação Física está intimamente ligada ao tema atividade física. Visto que o tema é objetivo de vários documentos sobre os conteúdos da educação básica ou que tratam do tema referido, a

citá-los: BNCC (Base Nacional Comum Curricular), dos PCNs (Parâmetros Curriculares Nacionais) de Educação Física e os PCNs-Saúde. Embora tal ligação esteve sempre voltada a um caráter eminentemente biológico, podemos observar através da observação das aulas dos professores da referida escola professores, que os mesmos se utilizam de aspectos pedagógicos e culturais para lidarem com o tema na escola. Podendo ser caracterizado por uma política de promoção de saúde e atividade física. A metodologia utilizada foi a aplicação de questionário, através de tecnologias da informação e comunicação (TIC's), com 300 escolares. Através da investigação pôde-se analisar quantas horas de Educação Física os escolares tinham por semana, quais outras atividades físicas e por quanto tempo praticavam fora do tempo da escola. O objetivo do estudo era verificar se a prática em Educação Física escolar tem relação com a prática de atividade física fora da escola.

### **Atividade física e saúde em Educação Física escolar**

As propostas e os objetivos educacionais da Educação Física escolar no Brasil foram se transformando ao longo dos anos. Alguns autores relacionam a história da Educação Física com a saúde e a atividade física, entre eles Ghiraldelli Júnior (1998) e Soares (1994). Para então entendermos um pouco sobre o tema em Educação Física escolar, faz-se necessário resgatar o histórico da disciplina no Brasil. A introdução da Educação Física nas escolas brasileiras se deu através da Reforma Couto Ferraz, em 1851. Em 1882 com a reforma Rui Barbosa, houve uma recomendação que a ginástica fosse obrigatória. Mas, é somente a partir de 1920 que vários estados incluem a Educação Física em suas reformas educacionais (BETTI, 1991).

O conceito dominante de saúde se deu através do higienismo, onde a preocupação central era com a saúde e os hábitos de higiene a partir das atividades físicas. O higienismo nasceu com o liberalismo, na primeira metade do século XIX quando o governo começou a dar maior atenção à saúde da população. De acordo com Ghiraldelli (1998) após a tendência higienista (até 1930) imperaram a tendência militarista (de 1930 a 1945), em seguida a pedagógica (1945 a 1964) e logo após a competitivista (1964 a 1985). Já nos anos 80 surgem novas abordagens pedagógicas: construtivista-interacionista, desenvolvimentista, psicomotricidade, jogos cooperativos, abordagem sistêmica, crítico-superadora e crítico-emancipatória. E na década de 90 surge a abordagem da saúde renovada (Darido, 2003). Para a autora a mesma dava outro enfoque à questão da

saúde na escola, tendo como objetivo principal uma proposta de combater problemas orgânicos pela falta de atividade física. A mesma aplicada nos anos escolares pode auxiliar a uma cultura de hábitos saudáveis no decorrer de toda a vida (Guedes e Guedes, 1996), não apenas repetindo os conceitos da tendência Higienista, mas ampliando a discussão (Darido, 2003). Guedes e Guedes (1996) e Nahas (1997) passam a discutir a ideia de uma Educação Física escolar dentro da perspectiva das questões sociais, entretanto dando um enfoque à questão biológica, para justificar fundamentos do tema saúde, discutindo o sentido de bem estar e qualidade de vida; e alertando para a apreensão com a incidência cada vez maior de doenças e de distúrbios orgânicos associados à falta de atividade física. Apesar de que a transmissão de conhecimento acerca da atividade física no Brasil, no cenário escolar, tem tentado se efetivar através de meras informações sobre a descrição de doenças e suas causas e os aspectos biológicos do corpo. Estas situações não são a resolução para que os educandos desenvolvam atitudes de vida saudável, e a escola é uma das principais instituições promotoras da promoção da atividade física que seja exercida naturalmente ao longo da vida, como uma prática necessária e prazerosa.

A prática da atividade física, através da Educação Física escolar pode estimular na fase adulta um estilo de vida saudável. Entretanto esse hábito deve começar na escola. Guedes e Guedes (1996) propõem a reformulação do programa da disciplina como um meio de promover a educação em saúde e atividade física. Para Darido (2011), essa abordagem da Educação Física escolar defendida por Guedes e Guedes (1996) e Nahas (1997) é considerada um abordagem renovada na saúde, pois abrange os preceitos do higienismo, descarta soluções negativas, como o eugenismo e recorre a um enfoque mais sociocultural que essencialmente biológico.

A abordagem da saúde renovada tem por paradigma a aptidão Física relacionada à saúde e por objetivos: informar, mudar atitudes e promover a prática sistemática de exercícios. Embora seus pressupostos e finalidades sejam semelhantes ao modelo biológico higienista, que promovia a saúde por meio de atividades nas aulas de Educação Física, alguns aspectos distinguem esta proposição mais recente, conferindo-lhe um caráter renovado. Isto se deve principalmente à incorporação de certos princípios à proposta como o da não exclusão. (BRASIL, 1999 *apud* DARIDO, 2011. p.16.)

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC), um dos documentos mais recentes sobre currículo e educação (ainda em fase de construção),

mantém no ensino da Educação Física a diferenciação entre exercício físico e atividade física e a proposta de alternativas para a prática de exercícios físicos dentro e fora do ambiente escolar. Nesse sentido, é importante salientar que a Educação Física, neste documento, apesar de não trazer o tema atividade física e saúde explicitamente nos conteúdos, entende esse universo, devendo trazer o tema como elemento das aulas.

Os PCNs de Educação Física do ensino fundamental (BRASIL, 1997), apesar de trazerem outra perspectiva com relação à saúde, muito embora bem parecida com a da BNCC, fundamentam-na como uma concepção de exercício da cidadania, fazendo com que os sujeitos se apropriem do conceito de saúde realizando ações para gerarem atitudes saudáveis na realidade em que estão inseridos. Reportando-a como um dos objetivos do ensino fundamental. *“Conhecer e cuidar do próprio corpo, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva”* (BRASIL, 1997. p. 10).

Assim, a área de Educação Física hoje contempla múltiplos conhecimentos produzidos e usufruídos pela sociedade e com possibilidades de promoção, recuperação e manutenção da saúde. (BRASIL, 1997). Os PCN's orientam que os conhecimentos construídos devem possibilitar uma análise crítica acerca da atividade física e da qualidade de vida.

Para se conhecer o corpo abordam-se os conhecimentos anatômicos, fisiológicos, biomecânicos e bioquímicos que capacitam a análise crítica dos programas de atividade física e o estabelecimento de critérios para julgamento, escolha e realização que regulem as próprias atividades corporais saudáveis, seja no trabalho ou no lazer. São tratados de maneira simplificada, abordando-se apenas os conhecimentos básicos. (BRASIL, 1997. p. 36)

Orientam ainda quanto à seleção dos conteúdos elencando como fator a promoção e a manutenção da saúde pessoal e coletiva. Objetivando *“conhecer a diversidade de padrões de saúde que existem nos diferentes grupos sociais, compreendendo sua inserção dentro da cultura em que são produzidos, analisando criticamente os padrões divulgados pela mídia e evitando o consumismo e o preconceito”* (BRASIL, 1997. p.33). Assim como adotar *“hábitos saudáveis de higiene, alimentação e atividades*

*corporais, relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de recuperação, manutenção e melhoria da saúde coletiva” (BRASIL, 1997. p.33).*

Já os PCNs-Saúde atrelam-se a um conceito de saúde que ultrapasse o paradigma biológico. Trazendo uma concepção dinâmica de saúde, buscando um modelo de compreensão mais abrangente e atrelado a prática de atividade física regular. No documento são apontadas diversas perspectivas que formam a composição do cenário da saúde, incluindo aspectos sociais, culturais, psicológicos, econômicos e afetivos (BRASIL, 1998). A introdução do texto dos PCNs-Saúde apresenta o desafio de educar para a saúde, no que se referem a hábitos, estilos e atitudes de vida (BRASIL, 2000).

A escola então, pode assumir importante papel na promoção da atividade física e saúde entre crianças e adolescentes por ser um local onde os mesmos passam boa parte de seu tempo. (BRACCO et al., 2003). A escola por sua vez possui um papel fundamental na vida dos adolescentes, que ultrapassa o âmbito pedagógico. A responsabilidade sócio-política desta instituição faz dos seus escolares importantes agentes de transformações sociais. O meio escolar é então um local bastante propício para a implementação de programas que auxiliem na promoção da atividade física (CESCHINI et al., 2009). Devido à sua abrangência, a escola se torna grande promotora de informações e hábitos saudáveis e construtora de ambientes mais favoráveis junto à comunidade escolar na qual está inserida. Esse contexto possibilita uma política capaz de gerar uma nova cultura em saúde. (BRASIL, 2002).

Vários estudos têm sido realizados acerca da prática regular de atividade física em escolares. Porém há a necessidade de ampliar os estudos que aprofundem a compreensão da relação entre a prática de atividade física (AF) escolar e a prática regular de atividade física fora da escola. Autores como Silva e Malina (2000), Moraes et al. (2009), Seabra et al. (2008), Guedes et al. (2001), Ceschini et al. (2009) e Tassitano et al. (2007) afirmam que se precisa de mais estudos baseados na prática regular de AF entre adolescentes e os fatores associados.

Embora a importância da regularidade da prática de atividade física na saúde dos entre os indivíduos tenha sido bastante pesquisada no meio acadêmico Moraes et al. (2009) afirma que existem poucos estudos sobre o tema em adolescentes no Brasil. Seabra et al. (2008), por explica que não há uma descrição esclarecedora dos fatores que determinam a variabilidade

nos hábitos de atividade ou inatividade física entre crianças e adolescentes.

## MÉTODOS

### Amostra, instrumentos e procedimentos

A abordagem deste estudo assume um caráter quantitativo-descritivo (BRACHT et al., 2011). Sendo a 1ª etapa a elaboração e posteriormente a aplicação do questionário entre os escolares do ensino fundamental 2 (6º a 9º ano) da escola Cristo Redentor (escola pública da rede municipal de Educação de Fortaleza), situada no bairro Pirambú (bairro da periferia litorânea de Fortaleza). Foram usadas as TIC's (tecnologias da informação e comunicação). Sendo o questionário aplicado diretamente com a presença dos alunos por um link acessado pelo programa Google Docs<sup>1</sup> através do link: <https://docs.google.com/forms/d/1evrQEcWMI1DM2pO5nMjBuQ2x4Jsu6sGvpJEiznXcjQA/edit#responses>. A aplicação do questionário foi feita de forma aleatória, sendo respondido por 300 escolares (os quais foram garantidos o anonimato e confidencialidade dos dados, pois o programa utilizado não traz a descrição de quem respondeu o questionário) que representam 50% do total de alunos da escola, visto que escola tem 287 alunos no turno da manhã e 313 no turno da tarde (total de 600 alunos). Sendo feito posteriormente uma análise quantitativa do dados e também a análise descritiva.

O gráfico I indica a porcentagem entre adolescentes do sexo feminino e masculino que participaram da pesquisa. Os gráficos II indica a série dos escolares, o gráfico III a quantidade de horas-aula de Educação Física semanal, e o IV indica a prática de outra atividade física fora da escola. E o V a quantidade de horas praticadas de atividade física praticadas fora da escola. A última fase consistiu-se no tratamento descritivo dos resultados a fim de que fossem significativos e válidos para as inferências e interpretações do estudo.

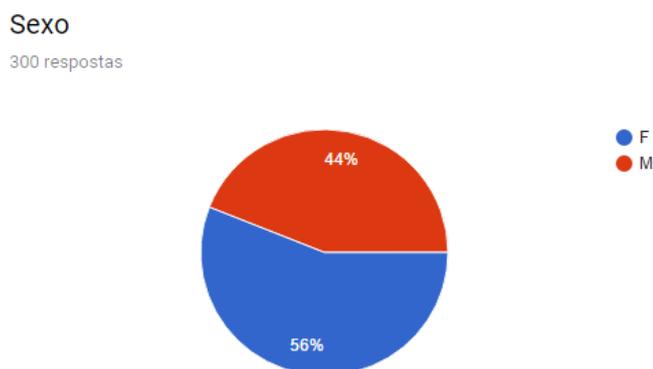
---

<sup>1</sup> O Google Docs é um pacote de aplicativos do Google que funciona totalmente on-line, atualmente compondo-se de um processador de texto, um editor de apresentações, um editor de planilhas e um editor de formulários e questionários. Ele permite aos usuários criar e editar documentos online ao mesmo tempo colaborando em tempo real com outros usuários.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

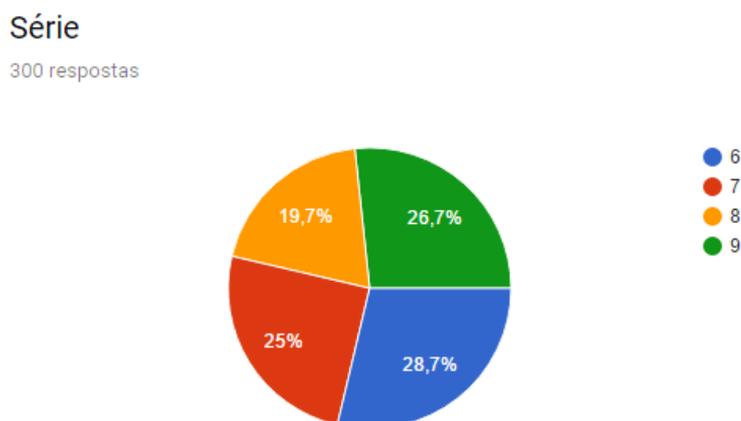
A porcentagem aleatória de meninos e meninas entrevistadas ficou na relação maior entre o sexo masculino (ver gráfico I).

**Gráfico I** – Porcentagem de escolares entrevistados



A partir do gráfico II pode-se notar que foram entrevistados em maior quantidade numa ordem decrescente alunos de 6º, 9º, 7º e 8º. Mas numa relação quase proporcional.

**Gráfico II** – Quantidade alunos-série participantes da pesquisa

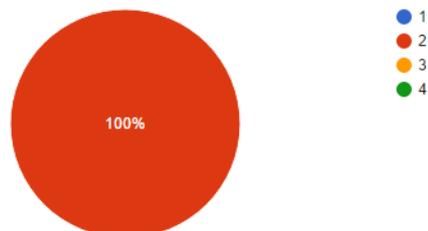


A quantidade horas-aula por semana da disciplina de Educação Física é linear para todos os alunos da escola, sendo a mesma de 2 horas por semana.

### Gráfico III – Quantidade horas-aula por semana

Quantas aulas de Educação Física na semana?

300 respostas

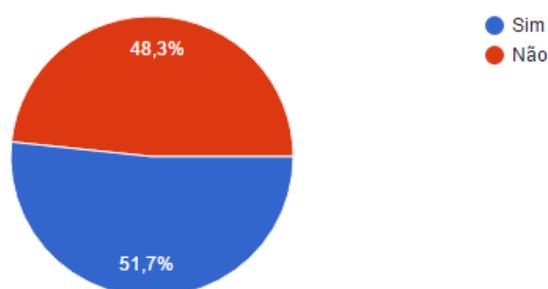


O gráfico IV estabelece uma relação quase que de equidade na comparação entre os escolares que praticam atividade física fora da escola (51,7%) e os que não praticam (48,3). Mesmo sendo a porcentagem dos que praticam ainda maior. Ensejando que o tema poderia ser mais abordado e discutido como tema nas aulas, dando um caráter de promoção da saúde e atividade física; corroborando que mesmo o tema tendo sua devida importância não é o única temática a ser abordada nas aulas, nem tampouco a atividade fim da Educação Física escolar.

### Gráfico IV- Porcentagem de escolares que praticam ou não atividade física fora da escola

Você pratica alguma outra atividade física fora da escola?

300 respostas

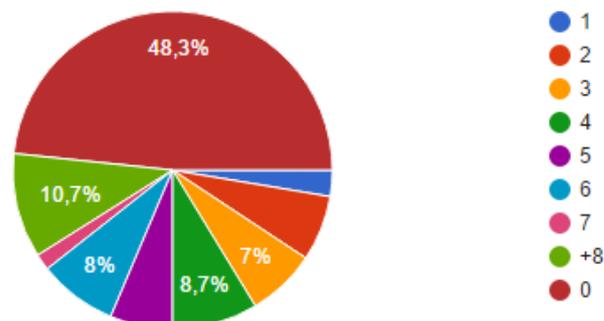


Acerca dos alunos que praticam ou não alguma atividade física fora da escola foi construído o questionamento da quantidade de horas praticadas. Sendo a quantidade de mais de 8 horas semanais a com maior porcentagem entre os praticantes (10,7%) com um total de 32 respostas, seguida de 26 respostas para mais de 4 horas de práticas semanais (8,67%), e 24 respostas para mais de 6 horas semanais (8%).

**Gráfico V** - quantidade de horas praticadas de atividade física praticadas fora da escola.

## Quantas horas por semana?

300 respostas



## CONCLUSÕES

As últimas considerações são para retomar o objetivo do estudo que foi apresentar dados sobre a relação da prática de Educação Física escolar com a atividade física praticada fora da escola. Foi identificado que a maioria dos alunos pratica alguma atividade física fora da escola. Indicando a notoriedade do tema na área de Educação Física, tendo as aulas tanto um caráter motivacional como promotor da prática regular de atividade física e portanto da saúde. Atribuindo a disciplina um caráter transformador da sociedade por meios de práticas que são explanadas para a promoção e manutenção da saúde e da qualidade de vida. Indica-se através do estudo que o próximo passo é produzir estudos mais relevantes acerca do tema, assim como aprofundar as discussões sobre a temática na área.

## REFERÊNCIAS

BRACCO, M. M. et al. *Atividade física na infância e adolescência: na saúde pública*. Revista de Ciências Médicas, Campinas, v. 12 n.1, p. 89-97, 2003.

BRASIL. *A promoção de saúde no contexto escolar*. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde / MS. Rev. Saúde Pública, v. 36, n. 2, p. 533-5, 2002.

BRASIL. *Parâmetros Curriculares Nacionais*. Ministério da Educação e Desporto. Secretaria de Ensino Médio e Tecnológico. Brasília: MEC/SEM, 1999.

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

BRASIL. *Parâmetros Curriculares Nacionais: temas transversais: meio ambiente e saúde*. 2. ed. Rio de Janeiro: DP&A., 2000.

CESCHINI, F. L.; ANDRADE, D. R.; OLIVEIRA, L. C. et al. *Prevalência de inatividade física e fatores associados em estudantes do ensino médio de escolas públicas estaduais*. J. Pediatr. (Rio J.) v. 85, n. 4, p. 301-6, 2009.

DARIDO, S.C. *Educação Física na escola: questões e reflexões*. 1. ed. Rio de Janeiro: Guanabara - Koogan, 2003.

DARIDO, S.C. RANGEL, I. C. *Educação Física na escola: Implicações para a prática pedagógica*. 2ª edição. Editora Guanabara Koogan. Rio de Janeiro 2011.

GHIRALDELLI JUNIOR, P. *Educação Física Progressista*. São Paulo: Edições Loyola, 1998.

GUEDES, D. P. e GUEDES, J.E.R.P. *Controle do Peso Corporal: Composição Corporal Atividade Física e Nutrição*. Londrina, Midiograf, 1996.

GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P.; BARBOSA, D. S. et al. *Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes*. Rev. Bras. Esporte. v. 7, n. 6, nov./dez. 2001.

MORAES, A. C. F.; FERNANDES, C. A. M.; ELIAS, R. G. M. et al. *Prevalência de inatividade física de adolescentes e fatores associados*. Rev. Assoc. Med. Bras. v. 55, n. 5, p. 523-8. 2009.

NAHAS, M.V. (1997). *Atividade física como fator de qualidade de vida*. Revista Artus. v. 13, n. 1, p.21-27.

NAHAS, M.V. *Atividade física como fator de qualidade de vida*. Revista Artus. v. 13, n. 1, p.21-27. 1997.

SEABRA, A. F.; MENDONÇA, D. M.; THOMIS, M. A. et al. *Determinantes biológicos e sócio-culturais associados à prática de atividade física de adolescentes*. Cad. Saúde Pública. v. 24, n. 4, p. 721-36, 2008.

SILVA, R. C. S.; MALINA, R. C. M. *Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil*. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro. v. 16, n. 4, p. 1091-7, out./dez. 2000.

TASSITANO, R. M.; BEZERRA, J.; TENÓRIO, M. C. M. et al. *Atividade física em adolescentes brasileiros: uma revisão Sistemática*. Rev. Bras. de Cineantropometria e Desempenho Humano. v. 9, n. 1, p. 55-60, 2007.