

**UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA  
UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL  
PÓLO DE Barretos SP**

**Avaliação do nível de Atividade Física, e o Índice de massa corporal em Escolares de uma Escola da Rede Municipal de Ensino da cidade de Barretos**

**Avelino César dos Santos**

**Barretos SP 2014**

**Avaliação do nível de Atividade Física e o Índice de massa corporal em Escolares de uma Escola da Rede Municipal de Ensino da cidade de Barretos**

**Avelino César dos Santos**

**Trabalho Monográfico como requisito final para aprovação na disciplina Trabalho de Conclusão de Curso II do Curso de Licenciatura em Educação Física do Programa UAB da Universidade de Brasília – Pólo Barretos SP.**

**ORIENTADOR: Guilherme Eckhardt Molina**

## **DEDICATÓRIA**

Dedico este trabalho primeiramente aos meus pais; Avelino Ferreira dos Santos (em memória) e Antonia Pereira dos Santos, pois devo-lhes muito mais que posso pagar, pois através de seus exemplos pude tornar-me a pessoa que sou hoje.

Dedico também aos meus irmãos, cunhados, sobrinhos, e a todos os meus amigos que souberam entender minha ausência por causa dos estudos.

Por fim, dedico aos meus amigos de Curso pela força, pelo incentivo e principalmente por terem me suportado durante estes quatro longos anos.

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente a Deus, autor da vida que me capacitou para que eu pudesse concluir esta jornada; pelas vezes que lhe pedi para que não me deixasse desistir e que me trouxesse a memória tudo o que eu tinha estudado, sem sua infinita graça e misericórdia não teria conseguido. - Obrigado pai!

A toda a minha família; mãe, irmãos e sobrinhos, pela força nas horas difíceis, pelos incentivos a continuar e não desistir quando parecia que não havia mais luz no fim do túnel. Gostaria de prestar um agradecimento especial aos meus irmãos Sirlei, Simone e Eliebe, que convivem diariamente comigo agüentando meus altos e baixos.

Aos meus amigos de Curso, Ana Carolina, Fabio Moreira, Fabio Pereira, Fernanda, Klayton, Lucas, Luzia, Maria Elvira, Marcelo, Marina, Paulo Cesar, Pedro Paulo, Solange e aos outros que por motivos diversos ficaram pelo “meio do caminho”.

Ao meu tutor presencial José Milton que sempre me incentivou, me auxiliou e que em vários momentos acreditou mais em mim do que eu mesmo... Zé meu Muito obrigado!

Agradeço também a cada um dos professores e funcionários que contribuíram para o meu crescimento acadêmico. Ao professor Bruno Bernar e a direção da Escola Professor Dorothonio Nascimento que me receberam e contribuíram para que esse trabalho se tornasse possível.

Por fim aos meus orientadores Wagner Barboza Matias, Michel Santos Silva e Guilherme Eckhardt Molina que ao longo da disciplina me auxiliaram na construção desse trabalho.

## SUMARIO

1 INTRODUÇÃO .....	3
2 OBJETIVOS .....	10
3 REVISÃO DE LITERATURA .....	11
3.1 O DESENVOLVIMENTO FISICO DAS CRIANÇAS ENTRE SETE E DEZ ANOS.....	11
3.2 A RELEVANCIA DAS ATIVIDADES FISICAS .....	12
3.3 A EDUCAÇÃO FISICA ENQUANTO PRATICA PEDAGÓGICA .....	12
3.4 O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FISICA .....	13
3.5 O ESPORTE NA ESCOLA COMO MEIO DE SOCIALIZAÇÃO .....	16
3.6 AS AULAS DE EDUCAÇÃO FISICA NO ESPAÇO ESCOLAR.....	20
3.7 AS ATIVIDADES FISICAS E O IMC .....	27
4 ANALISE E DISCURSSÃO .....	29
5. MATERIAL E MÉTODOS .....	37
<b>5.1 Procedimentos da Pesquisa.....</b>	<b>37</b>
6 CONCLUSÃO .....	39
7 REFERENCIAS.....	41
7.1APÊNDICE .....	43

## **Resumo**

O aumento do sedentarismo é considerado um dos maiores problemas de saúde pública no Brasil e também no mundo, este fato vem crescendo em números assustadores entre crianças e adolescente sem levar em conta o fator socioeconômico. O presente estudo tem por finalidade avaliar os níveis de atividade física e o índice de massa corporal em crianças e adolescentes de uma escola da rede municipal de ensino da cidade de Barretos SP. Para a realização do estudo foi aplicado questionário para avaliar os níveis de atividade física dos alunos levado em consideração as atividades realizadas na educação física e também atividades realizadas fora da escola no cotidiano dos alunos. Os alunos também foram pesados e medidos para avaliação do índice de massa corporal. O estudo foi realizado com 68 alunos de ambos os gêneros com a idade entre 7 e 11 anos de cada faixa etária da escola Professor Dorothonio da Nascimento na cidade de Barretos SP.

Palavras – chaves: Atividade física, índice de massa corporal.

**Abstract**

the increase in sedentary lifestyle is considered one of the greatest public health problems in Brazil and in the world; this fact has grown in frightening children and adolescent's numbers regardless of the socioeconomic factor. This study aims to assess the levels of physical activity and body mass index in children and adolescents in a school municipal schools in the city of Barretos SP. For the study questionnaire was applied to assess the physical activity levels of students taken into account the activities in physical education and also activities outside the school that the students' daily lives. Students were also weighed and measured to evaluate the corpora mass index. The study was conducted with 68 students of both genders with ages between 7 and 11 years each age group of Dorothovio School Teacher Born in the city of Barretos SP.

Key - words: physical activity, body mass index.

## 1 INTRODUÇÃO

Ao deparar-se com termo Educação Física no Brasil, as pessoas geralmente lembram-se dos tempos de infância na escola com nome de ginástica. Lembram-se então das aulas com futebol ou vôlei. O termo remete também à academia ou algum tipo de esforço físico. Na verdade o termo reflete muito mais que isso.

Segundo Barbanti (2012), quando se fala em Educação Física referimo-nos a um extenso campo de ações. A ideia básica é o movimento humano, mais exclusivamente, a Educação Física se interessa com o relacionamento entre o movimento humano e outras dimensões educativas, isto é, o relacionamento do desenvolvimento físico com o mental, social e o emocional no sentido em que eles vão sendo ampliados.

Esse cuidado pelo desenvolvimento físico com outras áreas do crescimento e desenvolvimento humano coopera para uma esfera de ação única da Educação Física, uma vez que não existe outra área que trata do desenvolvimento total do homem, exceto a Educação no seu sentido mais amplo. A história mostra que as verdades e crenças, dentro de uma dada sociedade, em relação ao homem e seu corpo resultaram em conceitos bastante diferentes e programas que hoje denominamos Educação Física. (BARBANTI, 2012)

Nesse sentido entende-se que a Educação Física em seu sentido amplo, preocupa-se com o indivíduo em várias dimensões ao mesmo tempo em que se preocupa em uma determinada área.

Quando uma pessoa procura uma academia, seja para perder peso ou simplesmente para ganhar massa muscular, ela não está tratando apenas da questão física. Outras dimensões estão subjacentes como a questão emocional (autoestima), no caso de pessoas que estão acima do peso ou que se sentem muito magras.

A Educação Física é determinada culturalmente pelo o que o homem pensa de seu corpo, como ele pensa de si mesmo em relação ao seu corpo, e como ele pensa que seu corpo deve ser treinado, exercitado, disciplinado, desenvolvido, educado.

Isto é verdade tanto em sociedades onde existe a crença que o “eu” e o corpo são separados como naquelas onde há a aceitação científica de que o homem é um organismo unificado que move, pensa, sente, se expressa, etc. (BARBANTI, 2012)

De maneira histórica, os programas de educação física visavam os estudantes e aconteciam quase que exclusivamente no ambiente escolar. As definições tradicionais da Educação Física refletiam esse foco educacional. (BARBANTI, 2012)

Antigamente, vários acadêmicos da área tentaram precisar o conceito de Educação Física e várias dessas interpretações permanece até hoje. WILLIAMS (1964 apud BARBANTI, 2012) sugeria que a Educação Física mesmo trabalhando com atividades físicas para educar as pessoas, estava preocupada com os resultados educacionais que não eram inteiramente físicos. Para ele a Educação Física deveria atuar em outras áreas do desenvolvimento educacional, como também o crescimento mental e social das pessoas. (BARBANTI, 2012)

Percebe-se nesse contexto que diversos autores tentaram definir um conceito próprio à Educação Física, mas com o passar dos anos percebe-se que tal conceito é amplo em virtude do que a Educação Física pode proporcionar.

De acordo com esses pressupostos o projeto irá argumentar a questão das atividades físicas analisando o índice de massa corpórea dos alunos da escola Avaliação do nível de Atividade Física, em Escolares de uma Escola da Rede Municipal de Ensino da cidade de Barretos SP.

Através desses pressupostos podemos observar que existe um aparato legal sobre as atividades físicas e o profissional que atua nessa área, sendo assim entende-se que:

Antes da promulgação da Lei nº 9.696/98, a profissão do profissional da Educação Física não era regulamentada. O resultado disso, qualquer pessoa, sem a devida habilitação naquela área do conhecimento, podia exercer a função de professor de Educação Física como profissão, professor de academia de musculação, técnico de futebol , entre outros. (BRASIL, 1998)

Com o surgimento da Lei nº 9.696, de 1º de setembro de 1998, "o exercício das atividades de Educação Física" e a designação de "Profissional de

Educação Física" passaram a ser "prerrogativa dos profissionais regularmente registrados nos Conselhos Regionais de Educação Física", como estabelece o seu art. 1º.

As atividades privativas do profissional de Educação Física estão previstas no art. 3º da mencionada lei, quais sejam:

"coordenar, planejar, programar, supervisionar, dinamizar, dirigir, organizar, avaliar e executar trabalhos, programas, planos e projetos, bem como prestar serviços de auditoria, consultoria e assessoria, realizar treinamentos especializados, participar de equipes multidisciplinares e interdisciplinares e elaborar informes técnicos, científicos e pedagógicos, todos nas áreas de atividades físicas e do desporto".(BRASIL, 1998)

Torna-se imperativo citarmos o que preceitua o art. 2º da Lei nº 9.696/98:

O Art. 2º Apenas serão inscritos nos quadros dos Conselhos Regionais de Educação Física os seguintes profissionais:

I - os possuidores de diploma obtido em curso de Educação Física, oficialmente autorizado ou reconhecido; II - os possuidores de diploma em Educação Física expedido por instituição de ensino superior estrangeira, revalidado na forma da legislação em vigor; III - os que, até a data do início da vigência desta Lei, tenham comprovadamente exercido atividades próprias dos Profissionais de Educação Física, nos termos a serem estabelecidos pelo Conselho Federal de Educação Física.

Percebe-se, então, que havia apenas um critério estabelecido pela Lei nº 9.696/98, em seu art. 2º, caput e inciso I, para o livre exercício da profissão, era ser inscrito nos Conselhos Regionais de Educação Física e a detenção do diploma obtido em curso de Educação Física, oficialmente autorizado ou reconhecido.

Logo após, houve resoluções do Conselho Nacional de Educação, vinculado ao Ministério da Educação que estabeleciam regras às universidades e faculdades determinando a criação de bacharelados e licenciaturas com currículos diversos.

Percebe-se que houve muita discussão, cabendo a juristas formarem um veredito a respeito das resoluções apresentadas pelo Conselho Nacional de Educação.

Com relação as resoluções, o licenciado em Educação Física só poderia atuar em colégios e universidades, mas não em academias e clubes, por exemplo, nem em outras áreas de competência do profissional de educação física em geral, enquanto o bacharel em Educação Física poderia atuar em academias, clubes e quaisquer áreas relacionadas à atividade do profissional de Educação Física em geral, à exceção das escolas. (JUNIOR, 2011)

Segundo Junior (2011) o cerne da questão é quanto à legitimidade dessas resoluções em face da Lei nº 9.696/98 e da Constituição Federal.

Como vimos a Lei que regulamenta o exercício da profissão do profissional da Educação Física – Lei nº 9696/98 – estabeleceu, em seu art. 2º, inciso I, como único requisito para o livre exercício da profissão do profissional dessa área, "tão somente a inscrição nos Conselhos Regionais de Educação Física e a posse do diploma obtido em curso de Educação Física, oficialmente autorizado ou reconhecido". (JUNIOR, 2011)

Com base nessa argumentação, percebe-se que a lei requisita o termo “diploma em curso de Educação Física”, sem efetivamente diferenciar Bacharelado e Licenciatura, portanto, é validada a interpretação do jurista em definir que a atuação do profissional de Educação Física em suas diversas modalidades pode ser desempenhada tanto pelo bacharelado quanto ao licenciado.

A interpretação tem base no sentido de que um atos administrativos, ainda que normativos, são hierarquicamente inferiores à lei. Sendo assim, as resoluções, sejam do MEC (Ministério da Educação), CNE (Conselho Nacional de Educação) ou até mesmo do CONFED (Conselho Federal de Educação Física) ou dos CREFs (Conselhos Regionais de Educação Física), nunca podem contestar a lei. Podem apenas regulamentá-la, mas nunca criar direito ou encargos que interfiram na atividade profissional. (JUNIOR, 2011)

O conceito de educação apresentado se torna ineficaz para ser aplicado ao processo de evolução que a sociedade enfrenta. O aumento de informação disponível ao cidadão comum, o estabelecimento de novos padrões de comportamento público, devido ao acesso à Internet; a migração do trabalho regular para o labor nas residências; a constante formação e reciclagem dos profissionais; a internacionalização do conhecimento, entre outras, também têm sido ineficazes.

[...] a educação atual privilegia a inteligência do homem, em detrimento de sua sensibilidade e de seu corpo, o que certamente foi necessário em determinada época, para permitir a explosão do saber. Todavia, esta preferência, se continuar, vai nos arrastar para a lógica louca da eficácia, que só pode desembocar em nossa autodestruição (NICOLESCU, 2001).

Conforme os pensamentos do autor mencionado:

[...] por todos estes motivos, a escola deve ser um espaço privilegiado, rico em recursos que promovam a aprendizagem, num ambiente onde os alunos possam construir os seus conhecimentos segundo os estilos individuais de aprendizagem que os caracteriza. Utilizando para o efeito sistemas interativos com apoio tecnológico, onde a motivação para a aprendizagem surge no aluno, cabendo apenas à escola dotá-lo de capacidades que permitam no seu futuro profissional aprender qualquer assunto que lhe interesse. Nesta filosofia de educação, o professor deixaria de ser um 'passador' de conhecimento, mas sim um guia, um conselheiro, um parceiro do aluno na procura da informação e da verdade, tornando assim mais ativo o papel do aluno na educação. Deste modo, futuramente não irá ser necessário gastar tantos recursos para fazer a reciclagem dos trabalhadores, visto que o período de formação será; mais curto, como é do conhecimento empresarial 'Tempo é dinheiro. (COSTA, 2009).

Já há muito têm sido discutidos na área da educação física os benefícios da atividade física em crianças e adolescentes geralmente o tema vem associado ao sedentarismo e se tornado fonte de preocupação para todos os setores da sociedade.

Nesse sentido, devido à preocupação com o nível de atividade em crianças e adolescente precisa ser cada vez mais discutida cada vez mais cedo, o que passa a ser alvo desse trabalho.

As chances de uma criança sedentária se tornar um adulto sedentário são muito latentes, pois a pratica da atividade física é um habito que deve ser cultivado. O sedentarismo é causador de diversas doenças, dentre elas encontra-se a obesidade, já considerada uma epidemia na sociedade moderna.

A atividade física exerce o de controle passível sobre o gasto de energia do corpo o consumo de alimentos eleva o metabolismo energético, a termogenese induzida pela dieta é a energia necessária para digerir, absorver e assimilar os

nutrientes alimentares, cada nutriente tem um gasto energético diferente para ser metabolizado. Dietas mais “pesadas” (ricas em gorduras e proteínas) possuem efeito termogênico maior que dietas leves (ricas em carboidratos e frutas).

A avaliação do estado nutricional de adultos requer o conhecimento das reservas energéticas e da massa metabolicamente ativa dos indivíduos sendo avaliados, o que se obtém através da avaliação da composição corporal (CC). Existem vários métodos para a avaliação da CC e mesmo os mais simples necessitam de treinamento especializado. Portanto, é necessário o desenvolvimento de um indicador que incorpore medidas simples e expresse de algum modo as reservas energéticas do indivíduo. (ANJOS, 1992)

A avaliação do estado nutricional de adultos era tradicionalmente feita através do conceito de "peso ideal" obtido pela comparação da massa corporal em função da estatura com um padrão antropométrico, geralmente a partir de dados de companhias de seguro. Se a massa corporal estivesse acima de 20% do padrão, dizia-se que a pessoa era obesa. (ANJOS, 1992)

Ainda segundo Anjos (1992) existe acordo sobre a inadequação da utilização de padrão único universal para adultos, já que há grande variação da estatura média das populações adultas do mundo. Portanto, existe a necessidade do desenvolvimento de indicadores antropométricos do estado nutricional que reflitam a composição corporal, que sejam simples de se obter e que não necessitem de padrão para comparação.

Entende-se que ao propor um padrão único de medição de massa corpórea, pode ser que este diagnóstico não seja totalmente confiável principalmente quando utilizada como única medida, pois cada pessoa tem um padrão biológico único em relação uns aos outros.

A busca para o desenvolvimento de tais indicadores tem sido baseada nos dados de massa corporal (MC) e estatura (EST). Teoricamente, o indicador não deveria se correlacionar com EST, mas com a MC e outras medidas de gordura corporal. (ANJOS, 1992)

Tal indicador deve ser independente da estatura, já que um indivíduo mais alto terá massa corporal maior, conseqüente da maior massa magra (osso, músculo e outras) e não essencialmente da massa gorda. Análises de grandes bancos de dados foram realizadas na tentativa de se encontrar a melhor relação

MC.(EST) que preenchesse os requisitos mencionados. Esses indicadores são genericamente chamados de "índices de massa corporal", pois incorporam relações entre a MC e EST, e.g.,  $MC.(EST)^{-1}$ ,  $MC.(EST)^{-2}$ ,  $MC_p.(EST)^{-q}$  (onde p e q receberiam valores dependendo da amostra), entre outros. (ANJOS, 1992)

A partir disso entende-se o quanto pode ser diferente um diagnóstico de uma pessoa para outra baseado apenas nas análises de IMC.

Segundo Anjos (1992), análises com amostras representativas da população americana e de outros países desenvolvidos, apresentaram que, o IMC correlaciona-se fortemente com a massa de gordura corporal (r em torno de 0,90), com a dobra cutânea subescapular (r em torno de 0,70), com a dobra cutânea tricípital (r acima de 0,60), e com o percentual de gordura corporal (r acima de 0,70). O IMC também se correlaciona em fortes níveis com a circunferência abdominal (r em torno de 0,80) como exemplificado no estudo longitudinal de Framingham.

A validade do uso do IMC como indicador de adiposidade em crianças vem sendo averiguada em vários estudos, porém, os limites ou pontos de corte do IMC de utilização internacional, para o diagnóstico de sobrepeso e obesidade em crianças, têm sido discutidas devido a variações raciais, segundo alguns autores. No nosso meio, considerando o aspecto multirracial do povo brasileiro, os limites sugeridos parecem ter boa consonância com a adiposidade, pelo menos em escolares. (GIULIANO; MELO, 2004)

Percebe-se que o IMC avaliado em crianças, é, também, objeto de discussão entre vários acadêmicos apesar de ter havido alguma concordância em pesquisas de setores escolares.

O entendimento acerca dos benefícios da prática de atividade física é uma razão para uma melhora na qualidade de vida e se isso ocorrer nas primeiras fases da vida escolar pode diminuir e muito o índice do sedentarismo e as doenças a ele associadas, já que é na idade escolar que a pessoa forma seus hábitos e cabe aos docentes oferecer-lhes oportunidades saudáveis.

Todavia, os estudiosos do assunto alertam que a atividade física, não é tão simples assim e exige cuidados, seja em casa, na academia ou na escola. Assim, para se estar apto pra fazer esportes deve ser realizada uma consulta médica, para se evitar outros problemas, principalmente em crianças, pois estão no auge do processo de crescimento.

## **2 OBJETIVOS**

Avaliar o nível de atividade física e o índice de massa corporal de escolares de ambos os gêneros com idade entre sete e onze anos de uma escola da rede municipal de ensino da cidade de Barretos no estado de São Paulo - SP.

### **3 REVISÃO DE LITERATURA**

#### **3.1 O DESENVOLVIMENTO FÍSICO DAS CRIANÇAS ENTRE SETE E DEZ ANOS**

Medeková, Branislav e Zapletalová (2006) afirmam para que haja um estilo de vida saudável deve haver constante atividade física e as crianças não fogem a esta regra. Conforme estudos, as atividades físicas ajudam na melhora de comportamentos que influenciam na diminuição dos riscos para doenças. A prática do movimento como uma necessidade biológica indispensável deve ser indesejável e suprimido prematuramente. O impulso que estimulou a pesquisa veio das estatísticas sobre problemas de saúde em crianças e jovens ligados à falta de atividade física, bem como da constatação de que existe escassez de atividades físicas para a população escolar.

Estudos diversificados corroboram com a questão de que as crianças de hoje não são suficientemente ativas; Malina (1993 apud MEDEKOVÁ; BRANISLAV, ZAPLETALOVÁ, 2006) registra a mesma conclusão, ressaltando que os efeitos negativos da falta de atividades físicas suficientes talvez sejam decisivos para o excesso de peso corporal em jovens.

O lugar em que a criança cresce e brinca em grande parte de sua trajetória de vida pode influenciar fortemente em seu desenvolvimento físico. Genitores obesos tendem a ter crianças obesas em sua grande maioria. Observações parecidas são propostas por Bláha e Lisa (1989 apud MEDEKOVÁ; BRANISLAV, ZAPLETALOVÁ, 2006) segundo ele, entre 70 a 80% das crianças obesas continuarão obesas quando chegarem à idade adulta.

Não obstante, o excesso de peso e a obesidade em crianças possam ser derivados de muitos fatores, principalmente fatores externos (nutrição, falta de atividade física, etc.), também há certo influxo da genética, provadas por análises no tecido da gordura, nos componentes da Endomorfia, e no dobramento da pele. Os vínculos entre os sinais somáticos dos pais e os das crianças foram fundamentados por Medeková e Havlicek (1982 apud MEDEKOVÁ; BRANISLAV, ZAPLETALOVÁ, 2006).

Esses autores depararam-se com tendências longitudinais de desenvolvimento físico negativo em indivíduos desde a infância até a maturidade, são esboçados em importância de especificar estas amostras. (MEDEKOVÁ; BRANISLAV, ZAPLETALOVÁ, 2006)

### **3.2 A RELEVANCIA DAS ATIVIDADES FISICAS**

A atividade física é elemento protetor oposto à obesidade e sobrepeso. Percebe-se que crianças que executam atividades constantes, apresentam menor percentual de gordura corporal e menores valores de índice de massa corporal (IMC). Crianças obesas, confrontadas com crianças não obesas, são menos ativas e compartilham menos de atividades moderadas e/ou intensas, com imperando as atividades de baixa intensidade.

Contudo, se considerarmos que a chance de uma criança obesa ser pouco ativa é duas vezes maior do que a criança de peso normal reforça-se a hipótese de que a gordura corporal pode determinar o nível de atividade física em crianças obesas e dificultar o controle do excesso de gordura corporal. Portanto, essas crianças são menos ativas porque são obesas e não simplesmente são obesas porque são menos ativas. Porém, vale destacar a eficácia da prática de atividade física, já que crianças que são ativas desde cedo têm maior possibilidade de continuarem ativas quando adultas. (BARUKI; et. al., 2006)

### **3.3 A EDUCAÇÃO FISICA ENQUANTO PRATICA PEDAGÓGICA**

Entende-se que vivemos numa sociedade múltiplice. A instituição familiar encontra-se, hoje, de "mãos atadas" que, somado ao desaparecimento da socialização primária, mergulha em eterno conflito, embebido de crises de valores morais. Partindo desse pressuposto, procuramos entender o papel decisivo do esporte, concomitante à educação, na busca por princípios e valores sociais, morais e éticos.

É imperativo, portanto, buscarmos uma nova direção a qual os valores do esporte, do jogo e do lúdico, não permaneçam apenas dentro das escolas ou dos

clubes, mas que propaguem ideias além. Indubitavelmente, cabe ao professor de Educação Física criar condições para que o desporto seja assumido como um valor de referência na inclusão e no bem-estar, não apenas de crianças e jovens, como também de adultos e idosos.

### **3.4 O PAPEL DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

O professor de Educação Física pode ser visto como um pedagogo e, como tal, este possui algumas obrigações no que se refere a transferência de conhecimentos, dando um tratamento, uma direção pedagógica que pode ser proposital, consciente ou sistematizada. De fato, é correto certificar que para se ensinar um deliberado conteúdo não basta que o professor seja um especialista em determinada área do conhecimento.

Segundo Roitman (2001, p. 146), a educação tende fundamentalmente preparar o homem (crianças, jovens e adultos) para a vida, construindo o seu tempo e o seu lugar no mundo, procurando "inculcar os valores vigentes, o modo de viver do grupo, seu sistema de crenças e convicções, seu saber e suas técnicas, bem como, de sua perspectiva libertária, assegurar o pleno exercício da cidadania".

Realizado esta pequena reflexão sobre o conceito de pedagogia, passamos agora a pensar no conceito de pedagogia do esporte.

Quanto ao esporte não há dúvidas este é um fenômeno sociocultural de grande importância em nossa sociedade; cada vez mais, grupos sociais diversificados praticam esporte, nos parques, nas quadras, como forma de lazer, distração e integração. Tal é a sua relevância, enquanto fenômeno social e cultural que o esporte hoje é praticado no mundo todo (FLORENTINO, 2006b).

O esporte na atualidade passa por um processo diversificado e em permanente mudança. Pode-se dizer que não há mais um estudo de verdade absoluto, isto é, não há mais fronteiras bem delimitadas entre os saberes. Tal fato se dá, pois, hoje, várias são as áreas do conhecimento que ajudam para que o esporte eleve em sua cientificidade. Segundo Paes (2006), entre as áreas de conhecimento podemos referir: a Engenharia com a criação de aparelhos esportivos e espaços físicos que favoreçam a uma prática perfeita da Educação Física e do esporte; nas intervenções da Medicina; a Psicologia que ajuda e muito com pesquisas para a

Ciência do Esporte; a Sociologia, mais especialmente a sociologia do esporte, que volta seu "olhar", por meio de suas teorias sociológicas, para o fenômeno esporte.

Dessa forma, não seria errôneo dizer, tendo em vista seu processo pgressivo, que "o esporte assim como outras áreas do conhecimento, integra-se às ciências. Entre os vários ramos da ciência que estudam o fenômeno esporte encontra-se a pedagogia" (PAES, 2006, p. 171 [grifo nosso]).

Conforme Libâneo, a pedagogia:

[...] é um campo de conhecimento sobre a problemática educativa na sua totalidade e historicidade e, ao mesmo tempo, uma diretriz orientadora da ação educativa. O pedagógico refere-se a finalidades da ação educativa, implicando objetivos sociopolíticos a partir dos quais se estabelecem formas organizativas e metodológicas da ação educativa (LIBÂNEO, 2002, p. 30 [grifo nosso]).

Neste modo, a pedagogia do esporte tem a obrigação de analisar, interpretar e compreender as diferentes formas esportivas à luz de perspectivas pedagógicas. "Obriga-se, de certa forma, a refletir sobre o sentido do esporte como prática de formação e educação, de realização da humanidade e da condição humana no homem" (BENTO, 2006, p. 26).

O esporte é pedagógico e, conseqüentemente, educativo, uma vez que atua na possibilidade de proporcionar obstáculos e desafios, fazendo com que o aluno experimente e absorva as regras e aprenda a lidar com o seu semelhante e, porque não dizer, o esporte torna-se educativo quando a sua prática não for uma imposição, mas um prazer para o aluno. Logo, o educador físico deve estar atento às novas exigências, pois grandes mudanças ocorrem constantemente em mundo globalizado.

Dessa forma, devemos no ater de que, quando uma prática pedagógica promover o desenvolvimento esportivo o qual aprecie a generosidade e o respeito às regras e aos adversários, a noção de consciência sobre a prática esportiva e sua ideologia, aí o desporto irá se mostrar educativo. Por outro lado, "uma prática excludente e seletiva, que impede crianças, adolescentes e jovens de serem livres e de desenvolverem sua autonomia e criticidade, contradiz os atributos educativos [...]" (MINISTÉRIO DO ESPORTE, 2004, p. 11).

Citamos como exemplo o professor de Educação Física e seus alunos, podemos afirmar que nunca poderiam existir indivíduos idênticos, uma vez que cada ser humano, ou seja, cada criança ou adolescente, possui características excepcionais que as fazem distintas, especiais. Porém, por mais que reconheçamos que as diferenças são intrínsecas à condição humana, somos levados a aceitar e a presenciar que muitas escolas e todos aqueles que formam o "sistema-escola" (professores, pedagogos e alunos) não vêm progredindo no sentido de melhor lidar com a diversidade, tão rica e tão primordial para o desenvolvimento do respeito, da convivialidade, do entendimento e da solidariedade (FLORENTINO, 2007a).

Em grande parte, o professor confunde diferença com desigualdade. E, a não compreensão entre estes dois conceitos podem trazer resultados insatisfatórios as nossas crianças e jovens - dizemos isto porque a desigualdade é algo edificado socialmente o que, de certo modo, acaba produzindo sensações de inferioridade. Dessa forma, o profissional e a escola devem estar preparados para considerar as características inerentes de seus alunos e que tais características não podem servir de condição para possível hierarquização dos indivíduos (FLORENTINO, 2007a).

Os indícios da responsabilidade profissional do professor é seu eterno empenho na transmissão de conhecimentos e educação dos seus alunos, dirigindo o ensino e as ações de estudo de modo que estes dominem os conhecimentos básicos e as habilidades [...] tendo em vista equipá-los para encarar os desafios da vida prática no trabalho e nas lutas sociais pela democratização da sociedade.

Diante dos fatos, o professor, consciente da ferramenta primorosa (esporte) que possui em suas mãos, deve aprofundar o desenvolvimento de atitudes afetivas e coletivas, fazendo com que seus alunos (não importando a raça, o credo, o gênero) reconheçam e respeitem sem discriminação, as características pessoais, físicas, sexuais e sociais do próximo. Em outras palavras, uma prática educativa que negue as desigualdades que acabam inviabilizando o trabalho do professor com seus alunos.

### **3.5 O ESPORTE NA ESCOLA COMO MEIO DE SOCIALIZAÇÃO**

Os motivos que levam crianças e adolescentes a praticarem uma determinada modalidade esportiva são inúmeros e a sociabilidade pode estar ligada a esta escolha. A necessidade de se inserir em um grupo é muito forte na adolescência e isto pode ser um dos principais fatores para os jovens se envolverem com o esporte. Segundo Weinberg e Gould (2001 apud SALDANHA, 2007), as crianças apreciam o esporte devido às oportunidades que o mesmo proporciona de estar com os amigos e fazer novas amizades. Para Tubino (2005 apud SALDANHA, 2007), não há menor dúvida de que as atividades físicas e principalmente esportivas constituem-se um dos melhores meios de interação humana.

É por meio dessa convivência que as muitas oportunidades de contato social são proporcionadas à criança, contribuindo para o seu desenvolvimento moral (FARINATTI, 1995; FONSECA, 2000 apud SALDANHA, 2007). Portanto, estar com amigos, fazer parte de um grupo ou fazer novas amizades, tem um papel importante no desenvolvimento, tanto psicológico quanto moral e ético de crianças e jovens.

A amizade, a sociabilidade e a competência constituem normas que regulam a aceitação social e, constituem fatores para o desenvolvimento de competências fundamentais para que a criança e o adolescente possam ser oportunizados a um bom crescimento e adaptação à vida adulta. Segundo Papalia e Olds (2000 apud SALDANHA, 2007), os motivos dos adolescentes parecem estar associados à melhora da saúde e à performance física, característicos da fase de busca de uma identidade e de uma afirmação nos grupos. (SALDANHA, 2007).

É preciso que professores e/ou treinadores tenham uma atenção especial a esta dimensão, pois é possível perceber, por meio de resultados de pesquisas, que o fato de estar com amigos, de fazer novas amizades, de participar de novos grupos sociais, pode ser associado a um dos motivos que levam os jovens à prática regular de atividade física e, também, pela busca de novos valores, tais como: o exercício da disciplina; agir seguindo regras, ter respeito e ética; ser responsável (SALDANHA, 2007).

A respeito do que foi dito, Bento (2004, p. 49) afirma que os valores do jogo não são apenas ensinados para terem "valimento no esporte, mas sim e essencialmente para vigorarem na vida, para lhe traçarem rumos, alargarem os

horizontes e acrescentarem metas e meios de alcançá-las". Em outras palavras, podemos dizer que tais valores tomam a direção da concretização dos princípios que devem reger a educação de nossas crianças e jovens.

Segundo Juchem (2006), proporcionar a estas crianças e adolescentes um ambiente (escolar ou "clubístico") em que os contatos e os valores afetivos e sociais sejam oportunizados é de suma importância, podendo assim auxiliar na diminuição da pressão por resultados e pela competição exacerbada.

Não raro, ainda nos deparamos nas escolas com métodos de ensino tecnicistas, mecanicistas e, mesmo, biologistas da Educação Física. Tais discursos e métodos, de um modo geral, caracterizam-se por uma preocupação excessiva no desenvolvimento das habilidades físicas e motoras dos alunos - na busca pelos mais "aptos" ao esporte. Em outras palavras, uma visão positivista de que o movimento nada mais é que um comportamento, um gesto motor, onde o corpo é tido apenas como uma "máquina perfeita", constituído por músculos, ossos, órgãos e tecidos. (SALDANHA, 2007)

O movimento deve ser compreendido, acima de tudo, como humano. O homem deve ser encarado como um ser social. Sabendo disso (pelo menos deveria saber), o professor de Educação Física tem a responsabilidade de preparar seus alunos para a cidadania. Neste sentido, um desafio que se impõe ao professor e ao futuro profissional da área está na superação da visão de desenvolvimento (do aluno) que enfatiza simplesmente o mecânico, o rendimento, o alto nível (FLORENTINO, 2007b).

Não estamos querendo, com isso, abolir a competição entre os que praticam esporte. Pelo contrário, sabendo dosar, a competição é extremamente sadia entre as crianças e jovens. Gostaríamos apenas que o educador físico ciente de seu compromisso social - pois, a Educação Física também contribui para a formação cultural e moral - pensasse, em primeiro lugar, no seu aluno e não nos recordes, nos rendimentos, nas vitórias. Que o futuro profissional da área pensasse na criança e no jovem como um todo, como um ser em formação e não mais um corpo a ser trabalhado. (SALDANHA, 2007)

Segundo Bento (1991), o ensinar na Educação Física e no esporte, não deve se caracterizar numa simples transmissão de conhecimento ou imitação de gestos, mas, sim, deve ser entendido como uma prática pedagógica que leve em conta o sujeito, o seu contexto. O educando deve ser instigado a aprender esportes, por meio de uma pedagogia desafiante, que possibilite uma busca pelo superar-se; o esporte há de ser uma atividade instauradora e promotora de valores.

Para Bento (2004), o esporte apresenta um caráter normativo e prescritivo em suas práticas, onde existam responsabilidades e direitos, quer tratamos do esporte no setor da educação, da saúde, do lazer, da cultura ou do rendimento. O autor complementa que o esporte comporta e deve assumir seu estatuto cultural e as obrigações que esta circunstância lhe impõe, incluindo sua dimensão de tempo e espaço.

Esse sistema cultural permite uma compreensão imediata da realidade, possui aceitação por grande parte dos sujeitos, fornecendo argumentações aparentemente "incontestáveis" que compõem saberes veiculados em um ambiente sociocultural e responsáveis pela solução dos mais diferentes problemas cotidianos. (JUNIOR; SILVA, 2008)

As possibilidades de resolução de tais problemas cotidianos são construções provenientes da experiência de vida do ser humano, de explicações edificadas e transmitidas por seus antepassados e que não necessitam de comprovações apuradas metodicamente, pois o próprio ambiente e seus atores os validam. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Geertz (2003) atribui ao senso comum propriedades ou quase-qualidades que permitem identificar, alcançar, valorizar e caracterizar sua dinâmica, além de diferenciá-lo de outros sistemas culturais como a ciência, a arte, a religião, etc.

Na Educação, há exemplos a respeito da naturalidade. Segundo Firme (1994), os mitos sobre a avaliação existentes na escola engessam o processo educacional. A autora relata que, lamentavelmente, a reprovação de crianças e jovens é vista como um "processo natural", "inevitável", e a explicação a esse fenômeno sustenta-se na preservação da qualidade de ensino. Aceita-se a evasão

como um processo "normal" dos "fracassados", sem refletir sobre os múltiplos fatores que a ela se podem relacionar de fato, dentre os quais, a maneira como a avaliação é realizada, por exemplo. Notamos que as características do senso comum podem ser identificadas também na escola. (JUNIOR; SILVA, 2008)

A "não-metodicidade" é outra propriedade sinalizada por Geertz (2003). Caracteriza-se por um *pot-pourri* de conceitos e saberes discrepantes e, até mesmo, contraditórios. Não se apresenta de forma sistematizada, além de, ao contrário do que exige o pensamento científico, não requerer comprovação. Seria uma "sabedoria" – transmitida através de lendas, de provérbios populares, de mitos e de crenças – que difunde uma forma particular de viver e de explicar o contexto, a sociedade e o mundo em que vivemos. (JUNIOR; SILVA, 2008)

O mito, sustentado por certos sujeitos, de que é bom para o aluno que ele permaneça na mesma série se estiver com dificuldades<sup>2</sup> é alimentado por uma construção cultural não metódica. Nesse caso, desconsideram-se diversos fatores que podem justificar a dificuldade do aluno: o conteúdo de ensino distante de seus interesses pessoais; a metodologia de ensino; a maneira como ele é visto pelos demais alunos ao demonstrar que não compreende o assunto, dentre outros. Para que essas outras possibilidades sejam consideradas, é necessário ocorrer uma análise sistemática do caso. (JUNIOR; SILVA, 2008)

A última propriedade do senso comum apontada por Geertz (2003) é a "acessibilidade". Constitui-se como a possibilidade de apreensão, por qualquer pessoa, das conclusões do bom senso e seus significados, não exigindo especialização, estudo ou grande poder específico no entendimento de qualquer situação a que o indivíduo é submetido (Geertz, 2003).

A concordância por vezes ocorrida entre os atores atuantes na escola – pais, professores, gestores, demais funcionários e os próprios alunos –, com relação ao fato de a reprovação ser a melhor saída para alunos com dificuldades ou para aqueles que não atingem a nota mínima estabelecida pelo sistema educacional parece ser exemplo de como esse mito é facilmente acessado e impulsionado pela tradição.

Geertz (2003), metaforicamente, entende o senso comum como um tipo de "subúrbio", já que, apoiado em Wittgenstein (1953), compara a linguagem a uma cidade antiga, que agrega constantemente novos "subúrbios" à sua estrutura, como os simbolismos da química e do cálculo infinitesimal, que foram adicionados à linguagem ao longo do tempo. O senso comum, comparado com outros "subúrbios", como a ciência, a ideologia e a arte, seria um dos mais antigos da cultura humana, servindo como um "impulso de base" para a construção posterior dos demais. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Podemos, portanto, entender o senso comum como fundamento para os demais sistemas culturais, dentre os quais destacamos o conhecimento científico que, sistematicamente elaborado ao longo da história da humanidade, é objeto a ser socializado nas escolas. Assim, considerado como um tipo de sistema cultural, o senso comum evidencia seu papel fundamental: fornece sustentação a explicações de fatos específicos da vida humana. Diante disso: "O bom senso não é aquilo que uma mente livre de artificialismo apreende espontaneamente; é aquilo que uma mente repleta de pressuposições conclui" (Geertz, 2003, p.127).

Portanto, o senso comum equipa os indivíduos de forma imediata com uma série de saberes necessários para o entendimento de temas frequentes, na realização de atividades do dia-a-dia e na resolução de problemas do cotidiano. A "eficiência" desses saberes é de certa forma legitimada pela experiência do indivíduo e de seu grupo. Estes saberes passam a não ser mais questionados pelos atores sociais.

### ***3.6 AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ESPAÇO ESCOLAR***

O conhecimento tácito ou do senso comum, como menciona Geertz (2003), pautado nas "primeiras impressões" a respeito de determinado fenômeno social, está em todos os espaços que podem ser imaginados de convívio humano; nesse sentido, ele está na escola e nas aulas de Educação Física. Os alunos chegam com certo entendimento a respeito das coisas do mundo, dos temas que serão tratados durante os anos escolares pelas diferentes disciplinas.

Também para as aulas de Educação Física, especificamente, podem trazer algum conhecimento a respeito dos conteúdos de ensino, com características

do senso comum. Ideias como: "esporte é saúde", "esporte como solução para retirar crianças e jovens das drogas", "esporte ajuda no desenvolvimento da inteligência", circulam cotidianamente nos meios de informações, nas conversas do dia-a-dia, em projetos governamentais, compondo, assim, as representações dos alunos com relação ao tema. Outro ponto a considerar é a referência predominante da prática esportiva na atual sociedade, fortemente centrada no esporte de alto rendimento e em valores como o individualismo e a competição. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Pensar possibilidades de intervenção em Educação Física que tenham como objetivo a construção de conhecimento acerca de temas específicos da área, de maneira sistematizada, implica considerar as representações dos alunos, as referências prévias que possuem acerca dos temas tratados — essa é uma premissa para certa concepção do que é a aula. (JUNIOR; SILVA, 2008)

[...] ensaio e rito, preparação e entrega a um processo interativo, que acontece e se repete, sempre necessariamente, entre sujeitos organizados socialmente, para culminar em solidão, ruminação, recolhimento e lembranças. A aula é antecipação, ensaio, circulação de sentidos, antes mesmo que o encontro com os alunos aconteça. Isso porque a sua preparação é permeada de intenções e de sentidos construídos, atribuídos ao encontro que está por vir. (Magalhães, 2006, p.112)

A concretização da aula humaniza professores e alunos porque, segundo Fontana (2001, p.32):

[...] mais do que seres humanos colocados face a face, a relação de ensino instaurada pela aula implica o encontro e o confronto entre sujeitos que ocupam lugares sociais distintos — o lugar do professor e o lugar de alunos, configurando, contraditoriamente, uma unidade social.

Como qualquer fenômeno da vida humana, a aula é repleta de significados, de trocas, de encontros e confrontos de conhecimentos. Podem-se atribuir ao fenômeno social da aula o encontro e o confronto dos "subúrbios" (do senso comum e do conhecimento sistematizado), geradores de condições para a produção de múltiplos signos a respeito dos conteúdos ensinados. (JUNIOR; SILVA, 2008)

A premissa de que tudo que é ideológico possui um significado demarca o caráter propositivo, intencional das expressões humanas, contrapondo, assim, à visão de ser humano passivo uma visão que considera a dinâmica das relações sociais e a intersubjetividade na construção de conhecimentos. Esse conceito contribui para pensarmos os sujeitos participantes da dinâmica social educacional como, ao mesmo tempo, receptores e produtores de significados. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Na Educação Física, particularmente, essa definição de signo renova o discurso tradicional da área, uma vez que confronta a ideia de ser humano biológico com o conceito de ser humano social que expressa, o tempo todo, um conteúdo ideológico por meio de suas ações. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Bakhtin (1990) também afirma que o fato de o signo ser uma "encarnação material", isto é, expressa como som, como massa física, como cor, como movimento do corpo, é que torna possível estudá-lo metodologicamente, porque sua realidade é objetiva, constituindo-se, portanto, em um fenômeno do mundo exterior (Bakhtin, 1990).

Por constituir-se como materialidade, podemos identificar o signo facilmente no corpo pelo modo como os sujeitos sentam, cumprimentam, andam, correm, praticam esportes e dançam. No entanto, se o signo pode ser observado, estudado, pesquisado; se é um fenômeno do mundo exterior, é social, pois pressupõe o olhar, a observação, a "leitura", a interlocução com os outros sujeitos que compartilham do mesmo contexto. Nesse caso, podemos afirmar que o signo está na *relação* humana. (JUNIOR; SILVA, 2008)

O conceito de signo, com base nas idéias de Bakhtin (1990), dá pistas para a questão de como lidar com o senso comum na prática pedagógica. Os sujeitos chegam à escola, à faculdade, aos cursos de especialização com certas idéias e noções sobre temas específicos da Educação Física, construídas a partir das aulas de Educação Física escolar que tiveram das práticas corporais vivenciadas, das influências que recebem do meio em que vivem. Nesse caso, a relação pedagógica poderá gerar conflitos, contrapontos, tensões a respeito desse

saber prévio, muitas vezes apoiado nas propriedades do senso comum. (JUNIOR; SILVA, 2008)

A experiência com alunos de um curso de especialização para gestores – diretores e coordenadores de escola de modo geral pode ser exemplo para pensarmos a relação entre signo e conhecimento tácito dos alunos. De modo geral, as turmas desse curso eram compostas por sujeitos que passaram pela Educação Básica em diferentes décadas – 1960, 1970 e 1980, os mais jovens. (JUNIOR; SILVA, 2008)

No início da aula foi solicitado que fizessem relatos sobre suas lembranças das aulas de Educação Física que tiveram na escola. Pelos relatos, é possível ter acesso às lembranças dos sujeitos: como as aulas eram organizadas; o que os professores ensinavam; as aparências e as atitudes dos professores; o tipo e a cor do uniforme obrigatório para a aula; os testes que o professor realizava para avaliar os alunos; as tarefas solicitadas; os materiais que faziam parte da aula (bola, bastões, arcos, apito, etc.); os espaços em que a aula ocorria. O que são tais lembranças senão signos construídos e atualizados pelos sujeitos? Signos que, ao serem relatados, são reafirmados, negados, criticados, avaliados durante a aula. (JUNIOR; SILVA, 2008)

O professor, por meio de sua ação pedagógica, poderá possibilitar aos alunos o embate, a tensão entre idéias, valores, signos, de modo que os alunos tenham oportunidade de acesso e de construção de múltiplos significados para um determinado tema. Essa seria uma maneira de reverem seu conhecimento tácito acerca do tema, e a aula geraria uma situação de ensino desestabilizadora de tal conhecimento. Não é intenção deste trabalho entrar no mérito de qual conhecimento é – possa ser melhor ou pior, mas de pontuar que se trata de conhecimentos diferentes ou – talvez possamos usar a metáfora de Geertz (2003) – de "subúrbios" diferentes. (JUNIOR; SILVA, 2008)

O ponto de vista aqui defendido é de que a tensão gerada em aula pode possibilitar que os alunos se coloquem diante de um mesmo fato de diferentes maneiras, considerando a contradição implícita nos fenômenos cotidianos, bem como os interesses e os valores predominantes; enfim, a aula daria conta da

construção de um conhecimento sistematizado acerca do conteúdo ensinado. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Esse entendimento da aula envolve assumir a relação como pressuposto fundamental para construção de múltiplos signos a respeito de um mesmo tema, já que, segundo Bakhtin (1990, p.35): "Os signos só podem aparecer em um terreno interindividual". Ou seja, para o acesso ao "subúrbio" do conhecimento sistematizado são imprescindíveis a relação pedagógica, a interlocução e a troca de signos. Na linha do mesmo autor, a consciência individual, sendo um ato sócio ideológico, adquire forma e existência nos signos criados por um grupo organizado no curso de suas relações sociais (Bakhtin, 1990).

Outro conceito que parece contribuir para a construção de uma ação pedagógica efetiva é a compreensão. Bakhtin (1990) nega a compreensão como ato passivo, já que assumir essa idéia implicaria afirmar a sobreposição do reconhecimento à compreensão. Segundo o autor, esta se caracteriza pela percepção do componente normativo do signo linguístico, isto é, pela percepção do signo como objeto-sinal, o que significaria pensar o papel do professor como um transmissor de objetos-sinais; aos alunos, caberia o papel de reconhecer tais sinais. A compreensão estaria, portanto, em segundo plano.

Parece ficar mais claro o contraponto de Bakhtin (1990), quando o autor se refere à palavra como um território intersubjetivo e, ao tema, como um sistema de signos dinâmico e complexo.

Discutir o tema corpo com os alunos nas aulas de Educação Física Escolar, por exemplo, tendo como foco a construção de conhecimento sistematizado, e a compreensão implica considerar o conhecimento que tais sujeitos possuem acerca do corpo, dos sentidos que circulam na sociedade contemporânea, como beleza, saúde, prazer, sensualidade; considerar os apelos da cultura de consumo e da circulação de valores, como a padronização das aparências; perceber e questionar quem são os sujeitos que, de fato, têm acesso às práticas corporais em seus momentos de lazer, quem pode pagar por elas; avaliar o que é oferecido pelo serviço público. Enfim, é necessário tratar o tema abarcando a complexidade de vida nele implícita e os múltiplos fatores a ele relacionados. (JUNIOR; SILVA, 2008)

No exemplo dado, professores e alunos estariam o tempo todo refazendo os significados atribuídos ao corpo e sua relação com o mundo, participando ativamente dessa construção, com direito a ouvir e a responder. Esse tipo de ação pedagógica parece favorecer a compreensão dos alunos, já que se constitui, segundo Bakhtin (1990, p.132), como: "[...] uma forma de diálogo; ela está para a enunciação assim como uma réplica está para a outra no diálogo. Compreender é opor à palavra do locutor uma contra palavra".

A didática com o foco no encontro e no confronto de conhecimentos entre professores e alunos seria "móvida" pela significação, definida por Bakhtin (1999, p.132) como "[...] palavra enquanto traço de união entre os interlocutores".

A situação de ensino abaixo relatada, vivenciada com alunos de um curso de formação em Educação Física, é um exemplo que talvez possa sintetizar esses conceitos de compreensão e significação aqui apresentados. (JUNIOR; SILVA, 2008)

O planejado para a aula era uma discussão a respeito dos pressupostos teóricos de um estudioso da mídia e, posteriormente, um exercício aplicando os conceitos estudados. Realizamos, inicialmente, uma discussão sobre os modos de operação da ideologia pela mídia. No segundo momento, os alunos aplicaram o que foi estudado no momento anterior, em matérias de revistas que eles próprios selecionaram e trouxeram para a aula. (JUNIOR; SILVA, 2008)

A surpresa foi quando um aluno perguntou se, em uma mesma matéria ou propaganda de revista, poderia haver mais de um modo de operação da ideologia. Essa era uma questão que não havia sido considerada na preparação da aula. A situação gerou conflito imediato, porque, se fosse dito que sim, talvez não houvesse argumentos suficientes a serem sustentados pelo professor. (JUNIOR; SILVA, 2008)

A resposta negativa poderia restringir as ideias do aluno a respeito da tarefa e do tema da aula. A saída imediata foi: "talvez, deixe-me ver". A resposta permitiu conversarmos sobre o assunto e toda a argumentação do aluno pareceu coerente com as ideias do autor estudado. Esse "novo" construído pela pergunta do aluno, a dúvida do sujeito na posição de professor e a argumentação posterior do

aluno para sustentar suas ideias parecem ser algo próximo do que Bakhtin (1999) explica como significação e compreensão.

Assumir a intersubjetividade é reconhecer a aula de Educação Física como um ambiente de trocas de conhecimento, e não como um espaço de transmissão unilateral do saber, e reconhecer a alteridade como princípio para a ação pedagógica, em que o outro é considerado a partir de suas diferenças e na diversidade de suas manifestações culturais. (JUNIOR; SILVA, 2008)

Pela troca de conhecimento impulsionada pelo ato educativo, podemos entender que se formará o conflito entre o conhecimento do senso comum e o conhecimento sistematizado a respeito do corpo e das práticas corporais. Essa troca implica a construção de algo novo, fruto do contato entre professores e alunos, gerando, como afirma Smolka (2000, p.9), "diferentes (efeitos) de sentidos".

Com as idéias até esse ponto desenvolvidas, talvez possamos sintetizar a finalidade das aulas de Educação Física e de uma didática sustentada pelos conceitos trabalhados. Magalhães (2006, p.112), em sua dissertação de mestrado baseada na filosofia da linguagem, afirma que

O corpo precisa ser olhado como expressão da corporalidade, e isso vai um pouco além das aulas de Educação Física. Não é o caso de o professor de Educação Física assumir mais alguma coisa, como às vezes deseja a escola. A nossa, no entanto, é: propor a corporalidade como um tema e abrir possibilidades de significação para toda a escola. Parece-me ser um projeto que precisa começar na Educação Física, no interior das aulas.

Se o papel da aula de Educação Física for abrir possibilidades de significação a respeito da corporalidade, uma didática que atenda a isso poderá ter como base o encontro e o confronto de conhecimentos e a inter-relação entre os sujeitos como fator de humanização. Com essa didática é possível vislumbrar que os alunos terão oportunidade de acessar o conhecimento sistematizado acerca da corporalidade e escolher sua forma de atuação no mundo. (JUNIOR; SILVA, 2008)

### **3.7 AS ATIVIDADES FÍSICAS E O IMC**

A prevalência da obesidade em crianças e adolescentes tem aumentado em diversos países do mundo, inclusive no Brasil, o que está fortemente relacionado a mudanças no estilo de vida e nos hábitos alimentares, como o fácil acesso e o baixo custo de alimentos ricos em gorduras e açúcares. (FERNANDES; et al, 2009)

A promoção de hábitos alimentares saudáveis no ambiente escolar tem sido recomendada por organismos internacionais, uma vez que tais hábitos devem ser solidificados desde a infância. (FERNANDES; et al, 2009)

Na infância, além de a criança exercer pouco controle sobre a disponibilidade domiciliar de alimentos, ela pode sofrer influência do hábito alimentar e de atividade física dos pais e familiares. Além disso, ela está propensa a alterações de comportamento devido a sua inserção no ambiente escolar.

A implementação de programas de educação nutricional nas escolas e a consequente criação de um ambiente favorável à saúde e à promoção de práticas alimentares e estilo de vida saudáveis constituem-se em importantes estratégias para enfrentar problemas alimentares e nutricionais como obesidade e doenças crônicas não transmissíveis associadas. (FERNANDES; et al, 2009)

De acordo com a American Dietetic Association (ADA), o ambiente escolar é um local importante para o desenvolvimento de estratégias de intervenção para a formação de hábitos de vida saudáveis, podendo propiciar aos escolares opções de lanches nutricionalmente equilibrados, exercícios físicos regulares e programas de educação nutricional. (FERNANDES; et al, 2009)

Visando à promoção da saúde e à prevenção da obesidade e de outras doenças associadas, a Organização Mundial da Saúde (OMS) lançou a iniciativa "Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde", aprovada em 2004 por 191 países. Entre as ações preconizadas, destacam-se aquelas visando à promoção de práticas alimentares saudáveis no âmbito escolar, como a regulamentação do comércio de alimentos em cantinas escolares. (FERNANDES; et al, 2009)

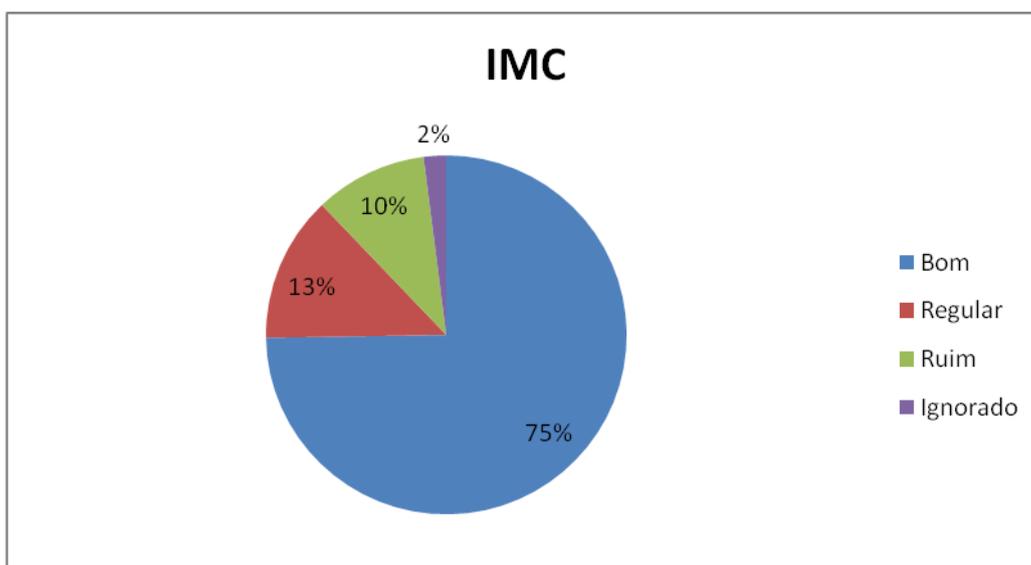
Intervenções nutricionais em crianças, principalmente antes dos 10 anos, mostram uma maior redução da gravidade da obesidade quando comparadas a pessoas na idade adulta, já que, na infância, os pais podem influenciar mudanças na dieta e atividade física das crianças.

Pérez et al., em estudo de intervenção nutricional com escolares, apontaram melhora nos conhecimentos nutricionais, atitudes e comportamento alimentar dos alunos, além de influências nos hábitos alimentares de seus familiares. Estudos realizados no Reino Unido com crianças de 7 a 11 anos, que avaliaram a efetividade de programas de educação nutricional no estímulo ao consumo de alimentos saudáveis, apresentaram melhora significativa na qualidade do consumo alimentar, porém essas alterações não tiveram efeito sobre o índice de massa corporal (IMC).

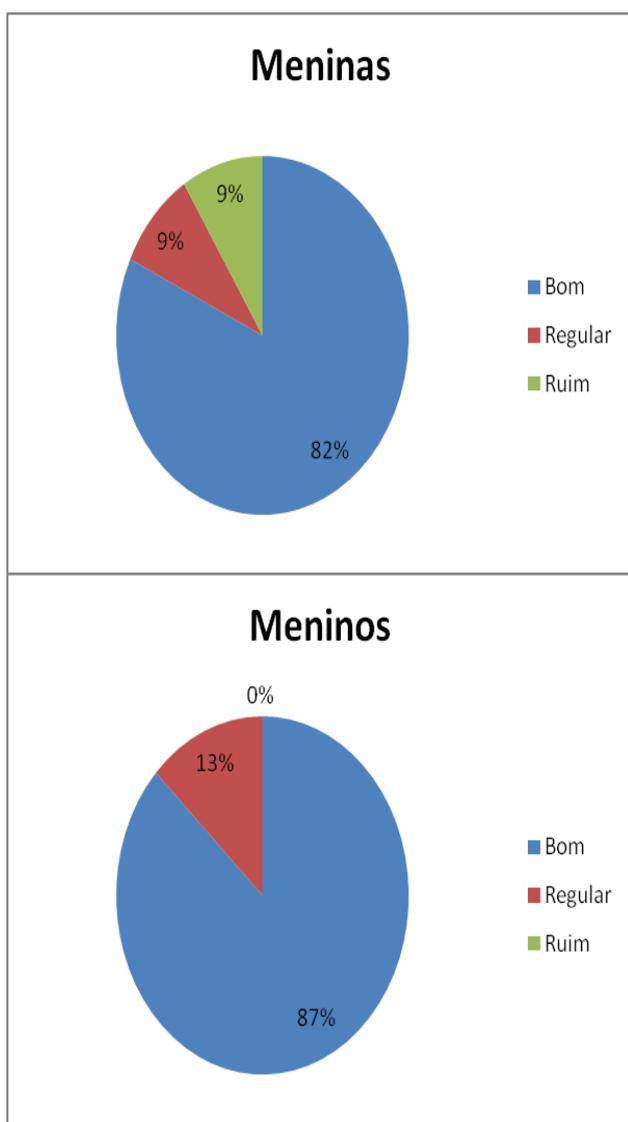
#### 4 ANALISE E DISCURSSÃO

De acordo com Fernandes; et al, 2009, A prevalência da obesidade em crianças e adolescentes tem aumentado em diversos países do mundo, inclusive no Brasil, o que está fortemente relacionado a mudanças no estilo de vida e nos hábitos alimentares, como o fácil acesso e o baixo custo de alimentos ricos em gorduras e açúcares.

Com isso compreende-se que a importância da educação física para crianças na perspectiva de que a aquisição de habilidades de movimento constitui-se como um fator muito relevante para o desenvolvimento de hábitos de vida ativos. (FRANCISCO, 2013)



De acordo com testes aplicados nos 68 alunos, sendo deste total 35 meninos e 33 meninas; foi possível constatar que a grande maioria, ou seja, 75% apresentaram um bom resultado em relação ao índice de massa corporal; e 13% deste total estão em um estágio intermediário, que requer um cuidado por parte da escola e seus responsáveis. Diante destes resultados podemos observar que em pequena porcentagem o grupo que apresenta um IMC (colocar o valor do IMC) é preocupante, pois os resultados dos testes ficaram acima de 20 para IMC. Para este estudo, em relação ao Índice de massa corporal, foi considerado bom o resultado de até 10% da massa corporal, regular entre 10 e 20% e ruim acima de 20%.



Ao compararmos o IMC de meninos e meninas, percebemos que há pouca diferença entre o quadro, com exceção a comparação do IMC considerado pelo estudo como ruim não é verificado nos meninos, ao ponto que entre as meninas, esse percentual é de 9% embora não tenha sido verificado pelo estudo, é sabido que entre meninas na faixa de 9 e 11 anos acontece o início da puberdade, uma fase de mudanças corporais; havendo um acúmulo de gordura e aumento do peso, em consequência do distúrbio hormonal característico da idade.

Já nos meninos o início do processo da puberdade tem seu início adiado ocorrendo um pouco mais tarde, sendo assim não foi verificado o aumento peso. Outro fator que provavelmente tenha influenciado nesta diferença é que

tradicionalmente os meninos nesta faixa etária em geral são mais ativos fisicamente que as meninas.

Para Betti e Zuliani (2002) a atividade corporal nos anos iniciais do Ensino Fundamental, é um elemento fundamental da infância, e a estimulação psicomotora de forma adequada e diversificada guarda estreitas relações com o desenvolvimento cognitivo, afetivo e social da criança.

Dambros et al (2011), defendem que as atividades corporais, “configuram-se como um importante recurso no processo de alfabetização e na busca pela concretização dos demais objetivos educacionais”.

São vários os documentos que abordam a importância dos momentos de educação física para as séries iniciais em relação ao desenvolvimento de um indivíduo autônomo, que pode refletir sobre as suas possibilidades corporais, exercendo-as de maneira social e culturalmente. Para tanto, a Educação Física deve contemplar as diferentes competências de todos os alunos, não apenas daqueles que têm mais facilidades para determinados desafios e tarefas de modo que todas as crianças possam conhecer e explorar seu corpo e suas potencialidades. (FRANCISCO, 2013)

“Não basta a repetição de gestos estereotipados, com vistas a automatizá-los e reproduzi-los. É necessário que o aluno se aproprie do processo de construção de conhecimentos relativos ao corpo e ao movimento e construa uma possibilidade autônoma de utilização de seu potencial gestual.” (BRASIL, 1997)

Podemos perceber através dos dados levantados que as aulas de educação física têm contribuído para a manutenção da saúde das crianças e adolescentes, porém é recomendado que ao planejar suas aulas leves em consideração trabalhar com atividades que favoreçam o aeróbico, pois como veremos mais adiante grande parte dos alunos praticam menos de dez horas de atividade física semanal, se consideramos em por dia praticam menos de duas horas diárias. Alguns autores defendem a necessidade da atuação de um professor de educação física neste contexto na perspectiva de que este profissional, devido à sua formação, possui melhores condições de propiciar às crianças uma prática

sistematizada dos elementos da cultura corporal (jogos, ginásticas, danças, esportes e lutas) ou ainda, nos relatos das professoras das turmas que consideram que sua formação não lhes possibilita o desenvolvimento de aulas de educação física. Outros, tomando por base a organização do ensino nos anos iniciais, defendem uma melhor qualificação das professoras de classe para o desenvolvimento das aulas desse componente curricular. (FRANCISCO, 2013)

É claro que a realização de aulas de educação física exige, além de um espaço de tempo na rotina escolar, locais adequados e a disponibilidade de alguns materiais. Nada muito complicado, mas o contato com a realidade escolar me mostrou que essas exigências nem sempre são asseguradas para as turmas dos anos iniciais do ensino fundamental. (FRANCISCO, 2013)

A prática regular de atividade física tem sido relacionada à menor morbimortalidade por doenças crônico-degenerativas não transmissíveis na população adulta, especialmente aquelas relacionadas ao aparelho cardiovascular, diabetes tipo II, osteoporose e alguns tipos de câncer.

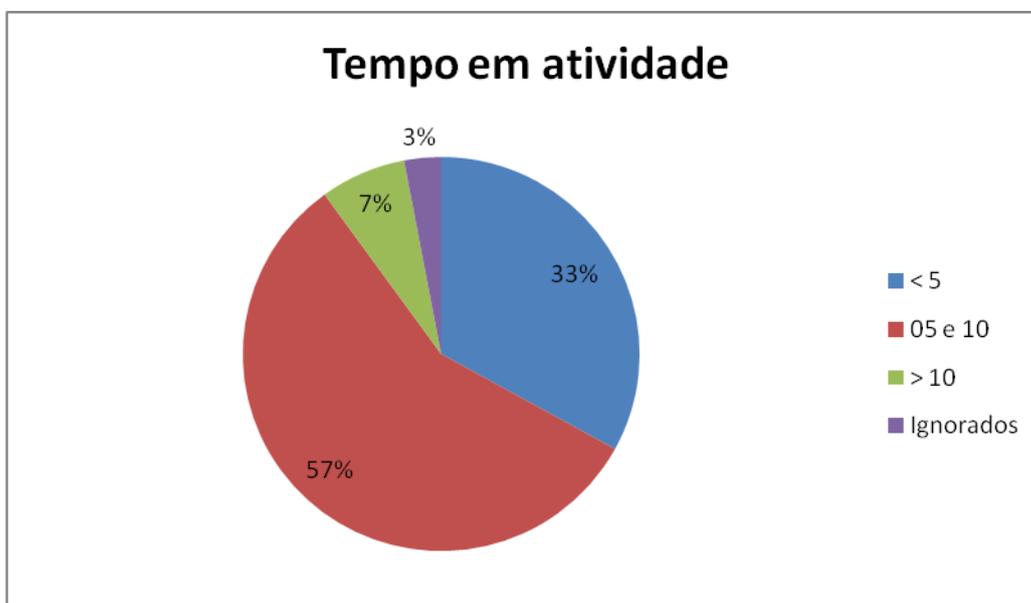
Contudo, os mecanismos que associam o nível de atividade física à morbidade em crianças ainda não são tão claros. Isto se deve principalmente devido a relação entre tempo de exposição ao comportamento e a manifestação do agravo à saúde (hipertensão, altos níveis de triglicérides e colesterol, obesidade, etc), porém, evidências sugerem que estes agravos se iniciam em fases precoces da vida. (COSTA, 2010)

Os jogos de apostar corrida, pular corda e corrida de saco são considerados pelas meninas como as atividades mais importantes nas aulas de educação física.

Embora associações entre o nível de atividade física e morbimortalidade não sejam tão evidentes quanto na população adulta, crianças e adolescentes podem obter benefícios imediatos e futuros de sua prática regular. O bem estar psicológico, a autoestima, o controle do peso corporal, a diminuição dos fatores de risco para doenças crônico-degenerativas e a possibilidade de manutenção do comportamento ativo na vida adulta jovem são alguns dos benefícios da participação regular das crianças em atividades físicas. (COSTA, 2010)

Atividade física tem Por definição qualquer movimento que ocasione um gasto energético acima dos níveis de repouso, mesmo aqueles movimentos do cotidiano, para realização do estudo levou - se em consideração o tempo gasto pelos alunos no deslocamento de casa para escola, desde que esse não fosse feito por meio de transporte motorizados, carro, moto, ônibus, foi considerado além disso o tempo nas aulas de educação física e atividades realizadas foram do ambiente escolar.

Várias técnicas têm sido utilizadas na avaliação de atividade física de crianças e adolescentes, como observação direta, calorimetria, água duplamente marcada, acelerômetros, pedômetros entre outros. (COSTA, 2010)

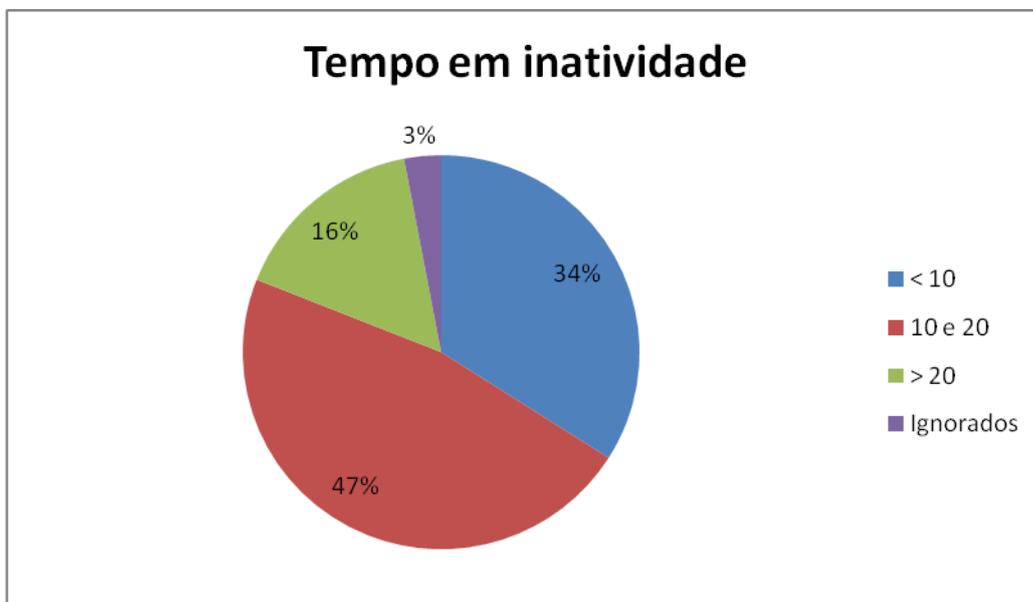


O gráfico acima mostra que a grande maioria da amostra selecionada para este estudo, que 57% das crianças praticam atividade física de forma regular, chegando a um total entre cinco e dez horas de atividade durante a semana, 33% deles disseram que praticam por semana um total de cinco (5) horas dedicados a atividade física e apenas 7% por cento dedica um tempo maior que dez horas.

Um dos fatores apontado para a diminuição de níveis de atividade física entre crianças e adolescentes no Brasil é o tempo dispensado em frente à TV, dentre aquelas que têm condição financeira mais elevada são apontados os jogos em computador e os games tão populares na atualidade. Assim o estudo também quis saber qual é o período de inatividade, isto é, qual o tempo gasto por eles

quando estão em assistindo TV, jogando games eletrônicos vídeo game, computador, no celular sendo jogando ou falando.

Com os resultados da pesquisa, foi possível perceber que 47% dos alunos entrevistados passam entre 10 e 20 horas semanais em períodos de inatividade; superando o tempo diário em períodos de atividade física, 34% dos entrevistados estão entre os que ficam até 10 horas em não atividade e 16% superam às 20 horas semanais.



Apesar das críticas quanto às evidências da relação dose-resposta entre atividade física na infância e adolescência e a saúde nesta fase da vida e na vida adulta, algumas recomendações têm sido divulgadas para este grupo populacional. As recomendações mais recentes promovem a prática de pelo menos 60 minutos por dia de atividade moderada a vigorosa, que incluam também atividades para o desenvolvimento da flexibilidade, força muscular e saúde óssea. (COSTA, 2010)

A medida da atividade física em escolares mais jovens é uma tarefa difícil e mensurações diretas da atividade física (observação direta, água duplamente marcada ou calorimetria indireta), assim como medidas objetivas (frequência cardíaca, pedômetros e acelerômetros), são mais acuradas em relação à utilização de questionários de autopreenchimento, diários, entrevistas ou proxy de pais e professores. (COSTA, 2010)

O instrumento utilizado para realização do estudo, ainda que não seja o mais indicado pela fragilidade das respostas obtidas, podemos observar através das respostas, que em relação a prática de atividade física, esta além da desejada para crianças nesta idade, o quadro torna-se mais preocupante quando comparado a média do tempo em atividade e tempo em inatividade, enquanto o tempo gasto em atividade tem uma média de 06h27min, o tempo em inatividade é o dobro deste tempo chegando às 11h57min.

Diante do quadro apontado, e levando em conta que uma pequena parcela dos alunos não tem o hábito regular de praticar atividade física, torna-se imprescindível, o planejamento de aulas de educação física que priorizem as atividades com ênfase nos exercícios aeróbicos que favorecem a queima de substrato otimizando a perda de gordura, favorecendo também o sistema cardiorrespiratório.

Em um estudo de revisão sistemática, Adamo et al encontraram que no geral, 72% das medidas baseadas em questionários superestimaram os níveis de atividade física quando comparadas às medidas objetivas em crianças e adolescentes, e as correlações comparando as medidas variaram de moderada a forte ( $r=0,56-0,89$ ). Ao comparar os escores obtidos de quatro questionários às medidas de acelerômetro e água duplamente marcada em crianças e adolescentes, Corder et al concluíram que a maioria dos instrumentos é eficiente para a verificação dos níveis de atividade física em nível de grupo, mas não do indivíduo, dependendo da faixa etária estudada. (COSTA, 2010)

Estes resultados se devem parcialmente à variedade de critérios utilizados, ao comportamento intermitente da atividade física de crianças, que dificulta a recordação, quantificação e categorização do comportamento, assim como a uma limitação cognitiva da criança quando comparada aos adultos, o que impossibilita a indicação precisa da intensidade, frequência e duração das atividades. (COSTA, 2010)

Apesar destas evidências, poucos estudos populacionais utilizando medidas diretas da atividade física foram desenvolvidos com amostras de escolares menores de dez anos de idade. Isto se deve particularmente ao alto custo dos instrumentos e de operacionalização das investigações. Como uma tentativa de

obter informações sobre o padrão de atividade física deste grupo populacional em estudos epidemiológicos, alguns investigadores têm testado a acurácia de instrumentos de menor custo como o pedômetro ou desenvolvido instrumentos alternativos como questionários apresentados na forma de vídeo ou no computador. (COSTA, 2010)

Ainda são escassos os estudos que utilizaram medidas objetivas da atividade física no Brasil. A maioria dos instrumentos validados são questionários de autopreenchimento específicos para adolescentes. A fim de permitir a investigação do padrão de atividades físicas e hábitos alimentares de crianças em idade escolar (7 a 10 anos) foi validado o Questionário Dia Típico de Atividade Física e Alimentação (DAFA). Tal instrumento foi desenvolvido para obter informações sobre atividade física e alimentação autorreferidas pelas crianças, como uma atividade de sala de aula. As características psicométricas deste instrumento serão apresentadas detalhadamente na seção de métodos do presente trabalho. (COSTA, 2010)

As vantagens da utilização do referido instrumento recaem sobre a possibilidade de sua utilização em estudos epidemiológicos, uma vez que pode fornecer informações sobre o comportamento alimentar e de atividade física de um grande contingente de escolares. Tais informações podem auxiliar no monitoramento dos comportamentos de saúde, assim como subsidiar o planejamento e desenvolvimento de intervenções neste grupo populacional. (COSTA, 2010)

## **5. MATERIAL E MÉTODOS**

Trata-se de um ensaio clínico transversal com amostra do tipo aleatória realizada por sorteio. Foi composta por sessenta e oito alunos (n=68) de ambos os gêneros com a idade entre 7 e 11 anos de cada faixa etária . Todos estudantes de uma escola da rede municipal de ensino da cidade de Barretos interior do estado de São Paulo.

A pesquisa foi realizada na escola Professor Dorothevio da Nascimento na cidade de Barretos SP. A escola faz parte da rede municipal de ensino desta cidade e está localizada na região norte da cidade.

No ano de 2014 foram matriculados 575 alunos com idade entre sete e dez anos de idade.

Foi procedida à coleta de dados por meio de questionário que avaliou o nível de atividade física, e o índice de massa corporal IMC.

### **Critérios de inclusão de participantes da amostra**

Todos os voluntários desta amostra são alunos da rede municipal de ensino, matriculados e com frequência no ano corrente (2014). Todos os voluntários participaram da pesquisa após a manifestação prévia favorável e da assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido do respectivo responsável.

### **5.1 Procedimentos da Pesquisa**

O voluntario foi avaliado em um ambiente fechado previamente preparado garantindo assim sua privacidade, inicialmente as medidas de peso (Kg) foi obtida a massa corporal em balança digital de precisão da marca Plena com capacidade até 150 kg, com vidro temperado e acionada ao toque, calibrada, garantindo a exatidão do peso. O voluntário usava roupas leves e foi solicitado que ficasse descalço. Para a estatura (cm) foi utilizada uma trena que foi fixada na parede com o ponto zero no nível do solo o voluntario estava descalço sem adorno na cabeça e ficou em posição ortostática. Com as medidas de peso e estatura foi possível calcular o índice de massa corporal (IMC) de cada voluntário.

Em uma segunda etapa da pesquisa o voluntário foi submetido à aplicação de questionários fechados com perguntas elaboradas, para avaliar nível de atividade física dos sujeitos. O pesquisador explicou o teor das perguntas, que eram feitas uma de cada vez e o voluntário respondia de acordo com sua realidade. Em relação aos voluntários menores foi realizada uma entrevista com as mesmas perguntas.

## 6 CONCLUSÃO

De acordo com a pesquisa realizada, foi possível constatar que algumas crianças apresentam risco de obesidade provavelmente por conta de uma alimentação não balanceada ou em consequência a maus hábitos alimentares. A prevalência da obesidade em crianças e adolescentes têm aumentado em diversos países do mundo, inclusive no Brasil, o que está fortemente relacionado à mudanças no estilo de vida e aos hábitos alimentares, como o fácil acesso e o baixo custo de alimentos ricos em gorduras e açúcares. De acordo com os gráficos podemos perceber essa realidade.

As atividades físicas desenvolvidas no espaço escolar são essenciais, porém não devem ser as únicas para que essas crianças não venham desenvolver problemas de saúde no futuro. Nota-se que o ambiente escolar é um local importante para o desenvolvimento de estratégias de intervenção para a formação de hábitos de vida saudáveis, podendo propiciar aos escolares opções de atividades que crie o hábito de praticar exercícios físicos regulares.

Na infância, além de a criança exercer pouco controle sobre a disponibilidade domiciliar de alimentos, ela pode sofrer influência do hábito alimentar e de atividade física dos pais e familiares. Além disso, ela está propensa às alterações de comportamento devido a sua inserção no ambiente escolar.

A implementação de programas de aulas de educação física que visem à prática da saúde nas escolas, a consequente criação de um ambiente favorável à saúde e à promoção de práticas alimentares e estilo de vida saudável, constituem-se em importantes estratégias para enfrentar problemas causados pela falta de atividade e por hábitos alimentares que tem contribuído para o aumento de doenças como a obesidade e doenças crônicas não transmissíveis associadas.

Intervenções de professor de educação física junto às crianças, principalmente antes dos 10 anos, mostram uma maior redução da gravidade da obesidade quando comparadas às pessoas na idade adulta, já que, na infância, os pais podem influenciar mudanças na dieta e na atividade física das crianças.

Por tanto é necessário que o professor de educação física conheça a realidade de suas turmas; um breve diagnóstico realizado no início do ano letivo poderá contribuir para o planejamento das aulas, sendo viável, pois a realização dos testes não gera custos e os resultados obtidos podem auxiliam na escolha do tipo de atividade a ser ministrada para cada turma de acordo com suas necessidades.

A atividade física relaciona-se diretamente com as modificações corporais dos adolescentes, principalmente aos padrões de atividade adotados por essa faixa da etária. Os hábitos preferenciais de cada um são formulados desde a infância, através de sensações e experimentos que são oferecidos à criança. Tais preferências vão construindo sensações e significados de representações físicas, sociais, psicológicas e culturais que irão moldar o comportamento para toda uma vida.

Cabe à escola por meio de sua direção e coordenação pedagógica, desenvolver projetos dentro de seus limites para envolver os pais e a comunidade escolar para a promoção de hábitos saudáveis e também para a prática de atividades físicas. Ao envolver a família, os funcionários e comunidade, a escola cria uma rede e passa a auxiliar a criança e o adolescente na conscientização da importância da prática de atividades físicas e alimentação equilibrada para a promoção da saúde, de maneira que eles possam estar vivenciando estes hábitos dentro da escola, que posteriormente poderão acompanhá-los por toda a vida adulta.

O caminho árduo de um equilíbrio entre a pratica de atividade física regular e uma alimentação balanceada, evitando os riscos a saúde de cada um.

## 7 REFERENCIAS

ANJOS, Luiz A. **Índice de massa corporal (massa corporal.estatura-2) como indicador do estado nutricional de adultos: revisão da literatura.** Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rsp/v26n6/09.pdf>

BRASIL, Conselho Federal de Educação Física. **LEI Nº 9.696 DE 1 DE SETEMBRO DE 1998.** Disponível em: [http://www.confef.org.br/extra/juris/mostra\\_lei.asp?ID=46](http://www.confef.org.br/extra/juris/mostra_lei.asp?ID=46)

BRASIL, Ministério da Educação. **Educação Física - Obrigatoriedade da Disciplina.** Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_content&view=article&id=12962&Itemid=866](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_content&view=article&id=12962&Itemid=866)

COSTA, Filipe Ferreira. **Hábitos Alimentares e de Atividade Física de Escolares de Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.** Disponível em: <https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/93470/275719.pdf?sequence=1>

COSTA, João Pedro Matos da. **O Clássico conceito de Educação.** Artigo disponível no site [http://student.dei.uc.pt/~jcosta/sf/Educa\\_Port.html](http://student.dei.uc.pt/~jcosta/sf/Educa_Port.html). Acesso em 20 jun. 2014

FLORENTINO, José; SALDANHA, Ricardo Pedrozo. **Esporte, educação e inclusão social: reflexões sobre a prática pedagógica em Educação Física.** Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd112/esporte-educacao-e-inclusao-social.htm>

FRANCISCO, Paula Soares. **A Educação Física nos anos iniciais do Ensino Fundamental: uma experiência através do PIBID.** Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/87643/000911794.pdf?sequence=1>

JUNIOR, Ernani Leite Fernandes. **O direito do licenciado em educação física ao livre exercício da profissão em quaisquer das áreas de atuação profissional.** Disponível em : <http://jus.com.br/artigos/18948/o-direito-do-licenciado-em-educacao->

fisica-ao-livre-exercicio-da-profissao-em-quaisquer-das-areas-de-atuacao-profissional

JUNIOR, José Carlos Rodrigues; SILVA, Cinthia Lopes. **A significação nas aulas de Educação Física: encontro e confronto dos diferentes "subúrbios" de conhecimento.** Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-73072008000100017](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-73072008000100017)

SILVA, Viviane Aguilari; et al. **Ambientes e fatores estimuladores - da Educação Física Escolar ao Alto Rendimento.** Disponível em: <http://www.castelobranco.br/sistema/novoenfoco/files/06/11.pdf>

## **7.1 APÊNDICE**

### **TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO DE PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA**

Você está sendo convidado (a) para participar, como voluntário, em uma pesquisa. Será garantido o sigilo total da identidade de todos os pesquisados envolvidos neste estudo, lhe assegurando (a) que seu nome não aparecerá, sendo mantido o mais rigoroso sigilo através da omissão total de quaisquer informações que permitam identificá-lo(a). Após ser esclarecido (a) sobre as informações a seguir, no caso de aceitar fazer parte do estudo, assine o documento de consentimento de sua participação, que está em duas vias. Uma delas é sua e a outra é do pesquisador responsável. Em caso de recusa você não será penalizado de forma alguma, bem como se ficar constrangido em responder alguma das perguntas feitas na entrevista terá todo direito de não respondê-la. Em caso de dúvida você pode entrar em contato pessoalmente com o estudante Avelino Cesar dos Santos através do e-mail: [cesarsatos@gamil.com](mailto:cesarsatos@gamil.com), por telefone: (17) 3323-9856 ou procurar a Secretaria de Graduação a Distância da Faculdade de Educação Física da Universidade de Brasília pelo telefone (61)3107-2544.

#### **INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:**

**Título do Projeto:** Avaliação do nível de Atividade Física, Estado nutricional e o Índice de massa corporal em Escolares de uma Escola da Rede Municipal de Ensino da cidade de Barretos

**Orientador:** Guilherme Eckhardt Molina

**Descrição da pesquisa:** O trabalho de pesquisa tem como objetivo identificar os níveis de atividade física, estado nutricional e o índice de massa corporal (IMC) dos estudantes de uma escola da rede municipal de ensino, assim os alunos participantes responderão a questionários de atividade física e de hábitos alimentares, os alunos também serão pesados e medidos para se chegar ao ICM

#### **Observações importantes:**

A sua participação ocorrerá através de uma tarefa, responder ao questionário de avaliação física e outro de nível nutricional, na sequencia procederei as medidas de peso corporal e de estatura para a obtenção do IMC. A pesquisa não envolve riscos à saúde, integridade física ou moral daquele que será sujeito da pesquisa. Não será fornecido nenhum auxílio financeiro, por parte dos pesquisadores, seja para transporte ou gastos de qualquer outra natureza. A coleta de dados deverá ser autorizada e poderá ser acompanhada por terceiros. O resultado obtido com os dados coletados serão sistematizados e posteriormente divulgados na forma de um Trabalho de Conclusão de Curso, que será apresentada em sessão pública de avaliação e disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital da UnB. As dúvidas com relação à assinatura do TCLE ou os direitos do sujeito da pesquisa podem ser obtidos através do telefone: (61) 3107-2544.

#### **Riscos e benefícios**

A pesquisa não oferece risco aos participantes. Em relação aos benefícios a escola terá um levantamento de seus alunos o que pode auxiliar na elaboração de um programa de atividade física adequada para a manutenção da saúde, bem como auxiliar na preparação de uma alimentação saudável e adequada as necessidades dos alunos, esse benefício pode se estender a todas as escolas do município.

#### **Responsabilidades**

O autor da pesquisa é o único responsável por todas as ações e implicações da investigação, contando apenas com o apoio do orientador para as análises.

### **Suspensão ou encerramento da pesquisa**

O encerramento da pesquisa será após a aferição de todas as medidas e coletas de todos dados, podendo ser interrompida durante seu percurso pela retirada do consentimento dos participantes ou do gestor da instituição.

**TERMO DE CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO NA PESQUISA**  
**(Crianças e Adolescente)**

Eu, \_\_\_\_\_, RG \_\_\_\_\_,  
responsável pela criança/adolescente: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ autorizo sua participação na para utilização de fins acadêmicos e científicos de título: Avaliação do nível de Atividade Física, Estado nutricional e o Índice de massa corporal em Escolares de uma Escola da Rede Municipal de Ensino da cidade de Barretos. Fui devidamente esclarecido pelo estudante Avelino Cesar dos Santos sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os seus objetivos e finalidades. Foi-me garantido que poderei desistir desta autorização em qualquer momento, sem que isto leve a qualquer penalidade. Também fui informado que os dados coletados durante a pesquisa, serão divulgados para fins acadêmicos e científicos, através de um Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) que será apresentado em sessão pública de avaliação e posteriormente disponibilizado para consulta através da Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UnB.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Nome / assinatura

\_\_\_\_\_  
Pesquisador Responsável  
Nome e assinatura

### 7.1.2 ANEXO:

#### Questionário Avaliação Física

Data: / /

Sexo: ( ) M ( ) F Idade: anos Série:

Para responder a estas perguntas você vai procurar se lembrar das atividades físicas ou horas sem fazer atividade física no último mês:

##### 1. DESLOCAMENTO PARA A ESCOLA:

( ) não vai ( ) andando ( ) bicicleta ( ) carro / outro transporte

Se você vai andando, de bicicleta ou outro meio que gaste energia (patins, etc), quanto tempo

Gasta por dia somando ida e volta? Minutos por dia vezes por semana

##### 2. AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA:

( ) não faz ( ) 1 vez por semana ( ) 2 vezes por semana ( ) 3 vezes por semana

Tempo gasto fazendo exercícios: minutos por dia minutos por semana

##### 3. OUTRAS ATIVIDADES FÍSICAS:

A) Faz atividades físicas regulares ou esportes?

( ) nunca ou quase nunca ( ) algumas vezes ( ) sempre

B) Pratica atividade física intensa - que o deixa cansado, com a respiração difícil ou o coração acelerado (correr, bicicleta, natação, algum esporte – descreva):

Tipo de exercício: minutos por dia vezes por semana

Tipo de exercício: minutos por dia vezes por semana

Tipo de exercício: minutos por dia vezes por semana

TOTAL: minutos por dia vezes por semana

C) Pratica atividade física leve - que não o deixa muito cansado, nem com a respiração difícil ou o coração muito acelerado (caminhar, outras atividades – descreva):

Tipo de exercício: minutos por dia vezes por semana

Tipo de exercício: minutos por dia vezes por semana

Tipo de exercício: minutos por dia vezes por semana

TOTAL: minutos por dia vezes por semana

#### 4. PERÍODO S SEM FA ZER ATIVIDADE FÍ SICA:

(descreva o tempo que passa assistindo televisão, vídeo, DVD, no computador, videogame ou ao telefone)

Assistindo TV, vídeo ou DVD: minutos por dia horas por semana

Jogando no computador ou videogame: minutos por dia horas por semana

Conversando ao telefone: minutos por dia horas por semana

TOTAL: minutos por dia horas por semana