

Hábitos de vida, relações de gênero e práticas esportivas: indicadores para o planejamento da educação física e esporte escolar

Lisiane Torres*
Adroaldo Gaya**

Resumo

Estudos referentes aos hábitos de vida despertam interesse da comunidade científica enquanto apresentam informações capazes de subsidiar planejamentos para a educação física e o esporte escolar. Este trabalho tem como objetivos: delinear o perfil dos hábitos de vida, verificar a existência de diferenças nos hábitos de vida relacionadas ao gênero sexual e indicar alternativas para as práticas esportivas em escolares. Utilizamos o método de abordagem descritivo por justaposição com amostra aleatória multifásica. Os resultados indicam a restrita diversidade dos hábitos de vida dos estudantes e a existência de diferenças nestes hábitos relacionadas ao gênero sexual.

Abstract

Referring studies to the life habits wake up the scientific community's interest while they present information capable to subsidize plannings for the physical education and the school sport. This work has as objectives: to delineate the profile of the life habits, to verify the existence of differences in the life habits related to the sexual gender and to indicate alternatives for the sporting practices in school. We used the method of descriptive approachen for juxtaposition with multifhasic aleatory sample. The results indicate the restricted diversity of the habits of the students' life and the existence of differences in these habits related to the sexual gender.

INTRODUÇÃO

Estudos referentes aos hábitos de vida têm, paulatinamente, despertado o interesse da comunidade científica na medida em apresentam um importante potencial de informações capazes de subsidiar um adequado planejamento referente à educação física escolar e às práticas esportivas.

Vários estudiosos (Neto, 1979, 1984, 1994; Serrano, 1996; Krebs, 1995a, 1995b; Burgos, 1997) têm ressaltado a importância do estudo das variáveis sócio-culturais na medida em que a compreensão relativa aos mecanismos sociais, educativos e culturais fornece subsídios para a elaboração de estratégias que, efetivamente, tenham maior êxito no que se refere à promoção do desenvolvimento harmonioso e equilibrado de crianças e adolescentes. Desta forma, o desvelamento de um quadro mais ou menos genérico do cotidiano dos estudantes e de seus hábitos representa um importante passo na compreensão de comportamentos, atitudes

e habilidades que os alunos apresentam no dia-a-dia escolar. E, neste contexto, a temática referenciada às relações de gêneros no âmbito das aulas de educação física escolar e das práticas esportivas, nas suas variadas manifestações, se consubstancia num importante aspecto a ser considerado.

Nesta perspectiva, realizamos o presente estudo com os seguintes objetivos: (a) delinear o perfil dos hábitos de vida de escolares; (b) verificar a existência de diferenças nos hábitos de vida relacionadas ao gênero sexual e (c) sugerir indicadores para o planejamento da educação física escolar e práticas esportivas a partir do perfil obtido.

É importante ressaltar que a ausência de informações definidas a partir de um modelo isomórfico da realidade concreta do contexto escolar, muitas vezes, ocasiona a definição de diagnósticos inadequados sobre as condições das crianças envolvidas nos programas de educação física escolar o que, por consequência, não possibilita orientações que assegurem uma adequada planificação e posterior execução deste impor-

tante componente curricular. Nossa intenção, portanto, é a de apresentar um modelo a partir de uma realidade concreta (crianças e jovens do município de Parobé-RS) e exercitar nossa reflexão com vínculos nesta realidade em com vistas à busca de intervenções pedagógicas possíveis e desejáveis à educação física no contexto em foco.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

A população deste estudo é constituída por estudantes do Ensino Fundamental, das redes municipal e estadual de ensino, do município de Parobé – RS.

A amostra, do tipo aleatória multifásica, foi composta por 879 alunos (49% do sexo masculino e 51% do sexo feminino), com idades compreendidas entre 9 a 15 anos.

Para o desenvolvimento do estudo utilizamos o método de abordagem caracterizado como descritivo por justaposição.

Como instrumento de coleta de dados foi utilizado o questionário EVIA (Sobral, 1992), adaptado e modificado¹ por Torres (1995, 2000), cujos índices de fidedignidade são os seguintes: $r = 0,98$ para itens em escala intervalar; índice de análise de contingência de 0,90 para itens em escala nominal; $r = 0,98$ para o instrumento como um todo e a aplicação da equação de Bellack e colaboradores (1996), tendo sido consignado um índice médio de 98% de acordos. O instrumento utilizado foi constituído por 12 questões, agrupadas em quatro categorias: critérios para a classificação sócio-econômica, organização do cotidiano (hábitos de sono, atividades realizadas no interior e exterior da residência), participação sócio-cultural (materiais de esporte disponíveis, locais utilizados para as práticas de lazer e participação em grupos sociais) e participação em práticas desportivas.

Para análise dos dados utilizamos estatística descritiva (valores percentuais) e, para a identificação de possíveis diferenças relacionadas ao gênero sexual, utilizamos o teste Qui-Quadrado, assumindo *ad hoc*, 0.05 como nível de significância. Os dados foram tratados no programa estatístico *SPSS for Windows*, versão 8.0.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

No que se refere ao perfil dos hábitos de vida dos estu-

dantes, os dados coletados indicam que, em relação ao nível sócio-econômico, um elevado percentual de estudantes pertencem às classes C (29,5%) e D (54,1%) - as demais ocorrências obtidas foram as seguintes: classe A (menos de 0,1%), classe B (2,7%) e classe E (13,6%).

Em relação à organização do cotidiano, analisamos os hábitos de sono, as atividades realizadas no interior e exterior da moradia. No que se refere aos hábitos de sono, observamos que o turno de estudo na escola caracteriza-se como um fator regulador dos horários de acordar e dormir: entre os alunos que estudam pela manhã houve grande concentração de respostas referente ao horário de acordar na faixa de horário entre 6-7h e, no que se refere ao horário de dormir, entre

21-23h. Entre os alunos que estudam pela tarde houve dispersão de respostas tanto no que se refere ao horário de acordar quanto ao horário de dormir. Sabemos da importância da aquisição de adequados hábitos de sono em crianças e jovens em fase de crescimento. A quantidade de horas de sono, bem como a qualidade do sono são aspectos que, relacionados aos fatores higiênicos, nutricionais e de práticas de ati-

vidades físicas constituem-se nos alicerces de um crescimento e desenvolvimento sadio. E, neste interim, o fato de estudar pela manhã parece se constituir num importante elemento determinante dos hábitos de sono.

Na análise voltada às atividades realizadas no interior da moradia, observamos que as opções com maiores percentuais de resposta foram assistir televisão (85,1%), escutar música (87,4%), conversar com amigos (75,9%), realizar tarefas domésticas (81,5%) e estudar (69,7%).

Acreditamos ser interessante que a escola conheça com maior profundidade esses hábitos de seus alunos. Neste sentido, por exemplo, a identificação dos estilos musicais preferidos dos estudantes caracteriza-se como um importante elemento a ser considerado. A análise das letras das músicas, realizadas juntamente com os alunos, pode se caracterizar como estratégia pedagógica com vistas à ampliação do vocabulário e reflexão crítica sobre os valores explícitos (ou não) em suas músicas prediletas. Por outro lado, uma abordagem voltada à identificação dos ritmos dessas expressões musicais e a (re)criação de coreografias constituem-se em intervenções possíveis a ser realizadas no âmbito da educação física escolar.

Com relação ao hábito de assistir televisão, consideramos importante realizar algumas reflexões. De forma geral, as emissoras de TV apresentam programas de baixíssimo nível educa-

"O desvelamento de um quadro mais ou menos genérico do cotidiano dos estudantes e de seus hábitos representa um importante passo na compreensão de comportamentos, atitudes e habilidades que os alunos apresentam no dia-a-dia escolar."

cional. Programas onde estão presentes a violência, a sensualidade banalizada, o desrespeito aos cidadãos, principalmente aos mais humildes. Por outro lado, não temos claro como as mensagens veiculadas na TV são assimiladas e nem o grau de sua interferência na formação da personalidade destes estudantes. Porém, nos parece pouco provável que a escola possa fazer frente a este adversário tão poderoso e tão presente em nosso cotidiano. Não obstante, um mapeamento sobre os programas prediletos dos estudantes e sua posterior análise crítica, junto aos alunos, à luz de valores tais como a solidariedade, respeito à vida humana (questões de gênero, raça), concepções de corpo e saúde, entre outros, pode configurar-se numa estratégia a ser desenvolvida pela escola no sentido de possibilitar uma maior conscientização frente aos programas veiculados pela televisão.

No que se refere ao hábito de estudar em casa, observamos que são relativamente altas as frequências dos alunos que afirmaram realizar tal atividade. Todavia, ao realizarmos uma análise estratificada por faixas etárias, verificamos que ocorre uma diminuição de tais frequências com o avançar da idade para os dois gêneros sexuais. As informações colhidas não nos permitem sugerir justificativas para a redução deste hábito de estudar em casa para os alunos de mais idade. No entanto, algumas hipóteses podem ser levantadas, tais como:

- a) a necessidade de exercer atividades domésticas ou laborais fora de casa;
- b) desinteresse progressivo pelas atividades escolares;
- c) menor exigência, por parte da escola, de tarefas a serem realizadas em casa;
- d) interesse por outras atividades de tempos livre.

Quanto à realização de tarefas domésticas, verificamos que os percentuais encontrados são bastante significativos. Este fato talvez possa ser consequência do baixo nível sócio-econômico desses estudantes: ao assumir a realização de tais tarefas, possibilitam que os pais e irmãos mais velhos possam realizar tarefas laborais capazes de aumentar a renda familiar.

Em se tratando das principais atividades realizadas no exterior da moradia, as atividades mais realizadas por estes estudantes são conversar com os amigos (45,4%), passear a pé (36,7%), andar de bicicleta (35,0%) e jogar bola (37,8%).

Estes dados, num primeiro momento, poderiam indicar que estes estudantes demonstram hábitos ativos de lazer. Porém, a análise dos testes realizados com os mesmos sujeitos, referentes à aptidão física relacionada à saúde (Gaya e Garlipp, 2000), indica que estes alunos não estão apresentando um perfil de aptidão física considerados adequados aos índices mínimos de saúde. Portanto, parece-nos que essas atividades

realizadas no exterior da moradia não estão sendo realizadas com uma intensidade e uma duração que venham a contribuir para um adequado condicionamento básico cardio-vascular.

Em relação à participação sócio-cultural, observamos que os materiais de esporte não são diversificados na população estudada: restringem-se à bicicleta (41,1%), bola de vôlei (18,3%), bola de futebol (26,9%) e chuteiras (15,1%). Por outro lado, os locais utilizados para a realização de práticas esportivas de lazer restringem-se ao pátio de casa (27,9%) e aos campos/terrenos baldios (24,3%) e a participação em coletividades é praticamente inexistente (a opção com percentuais de resposta mais alto - em torno de 20% - foi a participação em atividades religiosas). Parece-nos, portanto, que a participação sócio-cultural se constitui numa importante ação a ser desenvolvida. E acreditamos que a educação física escolar tem importantes contribuições neste processo na medida em que a prática das diferentes modalidades esportivas e da dança, nas suas variadas formas de expressão, podem viabilizar a participação destes alunos em coletividades com objetivos diversificados.

Consideramos que o desporto ocupa, entre as práticas culturais contemporâneas, posição de destaque e relevância social. Neste sentido, deve se constituir como um conteúdo imprescindível nos programas escolares, e ainda, a escola deve dar conta que, no decorrer do processo de escolarização, o aluno tenha condições de se apropriar de uma ampla variedade de práticas esportivas. E esta apropriação deve ser, evidentemente, com competência. Principalmente numa população como esta que dispõe, como observamos, de material esportivo restrito. Assim, para muitos estudantes, se a escola não lhe oferecer condições de apropriação das variadas práticas esportivas (e também da dança), talvez não tenham outras oportunidades de fazê-lo.

Outro fator que nos chamou atenção foram os baixos percentuais obtidos no que se refere à utilização dos parques/praças públicas (em torno de 20%). Este dado despertou a necessidade da busca de informações complementares (tais como a quantidade e a localização de espaços públicos destinados ao lazer no município em questão, a caracterização desses espaços em termos de instalações esportivas e materiais disponíveis, entre outras) para nortear as possíveis ações a serem discutidas no ambiente escolar com vistas a uma integração da escola com outros espaços na comunidade na qual encontra-se inserida.

Em relação à participação em práticas esportivas, observamos que, nesta categoria, os percentuais de participação foram baixos (em torno de 18%) e, dentre os praticantes, o futebol caracteriza-se como a modalidade mais frequente.

Novamente observamos a importância da educação física em garantir aos estudantes a possibilidade de acesso à variedade de práticas esportivas uma vez que dificilmente se gosta daquilo que não se conhece; e são as atividades que se gosta que se procura praticar. Sendo assim, entendemos que é da competência da educação física escolar, no decorrer do processo de escolarização dos alunos, a abordagem das práticas esportivas através de métodos de ensino que despertem o gosto na prática do esporte, além de uma competência desportivo-motora que possibilite a escolha, por parte do aluno, da inclusão de variadas modalidades esportivas nas suas práticas de lazer.

A análise das relações de gênero indica que, para a amostra em questão, algumas atividades parecem estar associadas ao gênero sexual dos estudantes. O Quadro 1 ilustra em quais hábitos verificamos a existência de diferenças associadas ao gênero sexual:

A análise das relações de gênero presentes nos hábitos de vida desses estudantes indicam que as meninas estão mais restritas ao ambiente doméstico e não tem a mesma oportunidade de acesso às práticas esportivas do que os meninos. Desta forma, parece-nos que a educação física escolar deve estruturar sua intervenção pedagógica no sentido de incentivar as meninas à apropriação das práticas esportivas e democratizar o acesso das mesmas às quadras da escola, no turno oposto ao das aulas. Sabemos que, de forma geral, as escolas possuem limitações para disponibilizar a prática de esportes aos alunos, no turno oposto ao das aulas. Mas consideramos que o acesso a este espaço, quando houver possibilidade de uso, não deve ser de predominância de um dos gêneros sexuais; entendemos, inclusive, que a escola deve ter a preocupação de organizar pedagogicamente todos os seus espaços, não somente durante os momentos de aula mas também naqueles informais, visando possibilitar sua ocupação acessível a

Quadro 1. Hábitos de vida onde foram observados diferenças associadas ao gênero sexual.

Hábitos	Grupos onde foram verificadas a ocorrência de diferenças estatisticamente significativas
a) jogar vídeo game	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
b) realizar ativ. domésticas	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
c) cuidar de crianças	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
d) estudar	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
e) andar de bicicleta	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
f) andar de skate	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
g) jogar bola	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
h) andar de patins/roller	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
i) passear a pé	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
j) possuir bola de volei	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
k) possuir chuteiras	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
l) possuir bola de futebol	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
m) utilizar o pátio de casa para práticas de lazer	meninas com maiores freqüências em relação aos meninos
n) utilizar campos/terrenos baldios para práticas de lazer	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
o) utilizar a quadra da escola, no turno oposto ao das aulas, para práticas de lazer	meninos com maiores freqüências em relação às meninas
p) realizar práticas esportivas para além das aulas de educação física	meninos com maiores freqüências em relação às meninas

todos. Em nossa experiência no ambiente escolar observamos que, de forma geral, nos momentos informais, os espaços disponíveis são ocupados sempre pelos mesmos alunos, geralmente os meninos maiores e que apresentam manifestações de liderança (sendo esta resultante, muitas vezes, de relações pouco solidárias e cooperativas).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tendo como referência os dados coletados podemos distinguir as seguintes características principais no que tange ao perfil dos hábitos de vida: os estudantes pertencem, predominantemente, às classes C e D; os alunos que estudam pela manhã costumam acordar entre 6-7h e dormir entre 21-23h, enquanto aqueles que estudam à tarde apresentam heterogeneidade em seus hábitos de sono; dentre as atividades mais realizadas no interior da moradia estão os hábitos de assistir televisão, escutar música, conversar com amigos e estudar; no exterior da moradia esses alunos costumam conversar com amigos, passear a pé, andar de bicicleta e jogar bola. Os materiais de esporte disponíveis são restritos à bicicleta, bola de volei, bola de futebol e chuteiras, enquanto os locais mais utilizados para as práticas esportivas de lazer são o pátio de casa e aos campos/terrenos baldios. A participação em coletividades caracteriza-se como de baixa frequência, assim como a participação em práticas esportivas.

Na análise referenciada à existência de diferenças entre os gêneros sexuais, observamos que algumas atividades caracterizam-se como predominantemente femininas (a realização de tarefas domésticas, a responsabilidade de cuidar de crianças, estudar, andar de patins/roller, passear a pé, possuir bola de volei e utilizar o pátio de casa para as práticas de lazer) enquanto que outras são tipicamente masculinas (usar video game, andar de bicicleta e de skate, jogar bola, utilizar campos/terrenos baldios e a quadra da escola, no turno oposto ao das aulas para as práticas de lazer, possuir bola de futebol e chuteiras e praticar esporte sistematicamente).

Frente ao perfil anteriormente descrito, levantamos algumas questões que entendemos que possam ser discutidas no âmbito da educação física escolar e práticas esportivas no contexto em questão:

- ⇒ à educação física escolar cabe assegurar uma formação esportiva competente e diversificada aos estudantes. Para muitos deles, a escola se configura como a única oportunidade de interação do esporte enquanto ob-

jeto de conhecimento e, se as aulas de educação física não propiciarem a construção de uma "alfabetização" esportiva nas diferentes modalidades, talvez não lhes seja possível, fora do contexto escolar, a consolidação de uma cultura esportiva;

- ⇒ o acesso ao material esportivo diversificado constitui-se um importante aspecto relativo às aulas de educação física escolar. Acreditamos que a vivência de um repertório amplo de atividades esportivas, com materiais diversos e com métodos de ensino adequados ao nível do desenvolvimento dos alunos constitui-se numa importante ação pedagógica no sentido de propiciar aos estudantes o gosto pela prática esportiva e a possibilidade de inclusão, se assim o desejarem, de tais práticas como alternativas possíveis nos momentos de lazer;
- ⇒ o incremento à participação das meninas nas práticas esportivas: mais restritas ao ambiente doméstico e com frequências menores de participação em práticas esportivas para além da escola,

talvez a educação física escolar se caracterize enquanto o espaço mais propício para que as meninas tenham a possibilidade de apropriação dos esportes;

- ⇒ a importância da configuração da escola enquanto espaço cultural: entendemos que a escola deve se constituir como um centro cultural na comunidade onde está inserida; que, para além do currículo formal, se caracterize enquanto um local de encontro para a realização de práticas culturais diversas (musicais, plásticas, esportivas, etc.) em variadas formas de coletividades; um espaço pedagógico amplo para a formação integral da personalidade do educando. Nesta concepção, portanto, a dimensão corporal do ser humano encontra um maior reconhecimento e as práticas esportivas (e também da dança) devem ser oferecidas para além das aulas de educação física. Sabemos das dificuldades (principalmente em relação a escassez de recursos humanos, de espaços e de materiais) e talvez o estabelecimento de parcerias com outras instituições possibilitem a operacionalização da escola enquanto um centro cultural.

Conscientes de que o perfil apresentado pode suscitar outras reflexões que não as aqui expostas, salientamos a relevância da realização de estudos nesta temática não apenas considerando os aspectos por si só relevantes da definição de perfis sobre os hábitos de vida, mas, principalmente, para que tais informações se constituam enquanto subsídios

"Para muitos alunos, a escola se configura como a única oportunidade de interação do esporte enquanto objeto de conhecimento."

para o planejamento de estratégias pedagógicas no âmbito da educação física e esporte escolar, bem como em programas direcionados à promoção da saúde e da qualidade de vida.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BELLACK, A. e colaboradores. *The Language of the Class-room*. University Press: New York, 1996.
- BURGOS, M. S. *As atividades lúdico-desportivas e sua relação com o desenvolvimento integrado da personalidade em crianças de 7 a 11 anos*. Salamanca, 1997. Tese de Doutorado em Ciências da Educação, Universidade Pontifícia de Salamanca, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais.
- GAYA, A. e GARLIPP, D. C. *Aptidão Física referenciada à saúde: um estudo dos estudantes da rede de ensino do município de Parobé*. Projeto Desporto/ EsEF-UFRGS, 2000. (Não publicado)
- KREBS, R. J. (Org) *Desenvolvimento Humano: Teorias e estudo*. Santa Maria: Casa Editorial, 1995 a .
- KREBS, R. J. *Urie Bronfenbrenner e a ecologia do desenvolvimento humano*. Santa Maria: Casa Editorial, 1995 b.
- NETO, C. A. A criança, o Espaço e Desenvolvimento Motor. *Ludens*, vol.3, no.2/3, Janeiro/Junho, p.35 a 44, 1979.
- NETO, C. A. A Família e a Instituição dos Tempos Livres. *Ludens*, vol.14, no. 1, Janeiro/Março, p.5 a 10, 1994.
- NETO, C. A. Motricidade Infantil e Contexto Social. Suas implicações na Organização do Ensino. *Horizonte*, vol. 1, no. 1, Maio/ Junho, p. 8 a 16, 1984.
- SERRANO, J. J. M. *Envolvimento social e desenvolvimento da criança*. Lisboa, 1996. Dissertação de Mestrado em Ciências da Educação/Metodologia da Educação Física, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana.
- SOBRAL, F. O Estilo de Vida e Actividade - Esc. Nsa. Sra. de Fátima)ísica Habitual. In: *FACDEX - Desenvolvimento somato-motor e factores de excelência desportiva na população escolar portuguesa*. Vol 2, Relatório Parcelar, Área do Grande Porto. Lisboa: Ministério da Educação, 1992.
- TORRES, L. e colaboradores. *A influência dos hábitos de vida, dos fatores de motivação para as práticas esportivas, do perfil nutricional e de indicadores de saúde sobre o crescimento e aptidão física de crianças e adolescentes*. Projeto Desporto/ EsEF-UFRGS, 2000. (Não publicado)
- TORRES, L. Estilo de vida e hábitos desportivos em alunos de escolas públicas de Porto Alegre. In: IV CONGRESSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE DOS PAÍSES DE LÍNGUA PORTUGUESA, V CONGRESSO DA SOCIEDADE PORTUGUESA DE EDUCAÇÃO FÍSICA. *Anais*. Coimbra: Universidade de Coimbra, 1995.

NOTA

¹A modificação realizada referiu-se à inclusão de critérios sócio-econômicos reunificados pela ABIPEME, ABA e ANEP, atualizados em agosto de 1997.

UNITERMOS

Hábitos de vida; estilo de vida; gênero sexual; práticas esportivas; educação física escolar.

* **Lisiane Torres** é doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano da EsEF/UFRGS, com bolsa da FAPERGS, e professora assistente da Universidade de Santa Cruz do Sul. (lisi@plug-in.com.br)

** **Adroaldo Gaya** é Doutor em Ciências do Desporto pela Universidade do Porto e professor titular da EsEF/UFRGS. (acgaya@esef.ufrgs.br)