

ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DA EDUCAÇÃO INTEGRAL DO PANTANAL SUL-MATO-GROSSENSE: ESTUDO DE CASO

Physical Activity in Students in The Integral Education of The South-Mato-Grossense Pantanal: Case Study

Actividad Física en Estudiantes de Educación Integral del Pantanal Sur-Mato-Grossense: Estudio de Caso

Edineia Aparecida Gomes Ribeiro*
Rogério Zaim-De-Melo**
Sarita de Mendonça Bacciotti***

Resumo: O objetivo do estudo foi verificar a prática habitual de atividade física em estudantes de uma escola pública de Tempo Integral. O estudo de caso foi realizado com 28 estudantes do ensino fundamental dos anos finais da Educação Integral de Corumbá - MS. Os estudantes responderam o Questionário de Atividade Física para Adolescentes. A maioria dos estudantes declarou praticar esportes/atividade física ≤ 5 vezes na semana. As modalidades esportivas mais praticadas entre os estudantes investigados foram aquelas de menor custo, tais como a dança, caminhada e o futebol.

Palavras-chave: Esporte, Atividade física, Jovens, Educação Integral.

Abstract: The objective of the study was to verify the habitual practice of physical activity in students of a public school of Full Time. The case study was carried out with 28 elementary school students from the final years of Integral Education in Corumbá - MS. The students answered the Physical Activity Questionnaire for Adolescents. Most of the students declared to practice sports / physical activity ≤ 5 times a week. The most

Introdução

A inatividade física (IF) em jovens tem sido apontada como um problema de Saúde Pública, uma vez que esse estilo de vida é diretamente associado aos riscos para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (ALVES et al, 2012). Em contrapartida, a prática de atividade física (AF) por estudantes tem relação com a prevenção de fatores de risco cardiovasculares e metabólicos (EKELUND et al., 2012; MOLINER et al., 2009).

Considerando que alguns jovens frequentam a Escola de Tempo Integral, o tempo disponível para a prática de AF pode estar comprometido ao longo do dia. Desta maneira, conhecer

* Doutora em Educação Física. Docente na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul-Câmpus do Pantanal edineia.ag.ribeiro@ufms.br.

** Doutor em Ciências Humanas. Docente na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul-Câmpus do Pantanal rogerio.melo@ufms.br.

*** Doutora em Ciências do Desporto. Docente na Universidade Federal de Mato Grosso do Sul-Faculdade de Educação sarita.bacciotti@ufms.br.

practiced sports among the investigated students were those with less cost, such as dance, walking and soccer.

Keywords: Sport, Physical activity, Youth, Integral Education.

Resúmen: El objetivo del estudio fue verificar la actividad física habitual de los alumnos de la escuela pública integral. El estudio de caso se realizó con la participación de 28 alumnos de último año de educación fundamental de la Educación Integral de Corumbá-MS mediante aplicación de un Cuestionario de Actividad Física para Adolescentes. La mayoría de los alumnos declararon practicar deporte / actividad física ≤ 5 veces por semana. Los deportes más practicados entre los alumnos investigados fueron los de menor costo, como la danza, la caminando y el fútbol.

Palabras clave: Deporte, Actividad física, Juventud, Educación Integral.



o perfil da prática de AF praticada por estudantes advindos de uma escola com educação integral permitirá verificar se eles estão mais propícios a serem insuficientemente ativos ou inativos, uma vez que esses comportamentos entre os estudantes vêm crescendo no Brasil (OEHLSCHLAEGGER, et al., 2004).

Um maior tempo de permanência dos estudantes na escola merece atenção, e pode ser analisado a partir de diversos olhares, por exemplo: no âmbito econômico e no campo do ensino (CAVALIERE, 2009), bem como no âmbito das práticas corporais no ambiente escolar (formal) e fora da escola (informal). Por outro lado, os estudantes considerados ativos, tanto dentro como fora do ambiente escolar, possuem maior chance de prevenção às doenças cardiovasculares e metabólicas provenientes da vida adulta. Sendo assim, conhecer as AFs realizadas pelos jovens no tempo livre e identificar a frequência em que elas ocorrem entre estudantes que passam tempo integral na escola poderá contribuir para futuras ações de intervenção frente a este grupo peculiar (LAZZOLI et al., 1998). Dessa forma, o objetivo do estudo foi verificar a prática de atividade física em estudantes de uma escola pública de Tempo Integral.

Métodos

Esse trabalho contempla dados secundários de um projeto maior inti-

tulado “Comportamento sedentário e correlatos associados de escolares de uma comunidade do Pantanal Sul-Mato-Grossense”, aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Estadual de Londrina (UEL), Paraná (protocolo nº 1.564.995, de 2016).

Trata-se de um estudo de caso realizado em uma escola pública localizada na periferia, área de vulnerabilidade, na cidade de Corumbá - MS, com a concepção da Educação Integral, que por sua vez é articulada ao Plano Nacional de Educação (PNE), Lei 13.005 de junho de 2014, na qual prevê que os alunos passem maior ou igual a sete horas diárias na escola. A amostra foi composta por 28 estudantes do sétimo ao nono ano do ensino fundamental - anos finais.

Como instrumento de coleta de dados foi utilizado o Questionário de Atividade Física para Adolescentes (*Physical Activity Questionnaire for Adolescents, PAQ-A*) validado por Guedes e Guedes (2015), utilizando-se para este estudo somente as questões que avaliaram a prática de atividade física (questões 13 a 21 do questionário).

Inicialmente a quantidade de alunos matriculados foi disponibilizada pela coordenação da escola e a pesquisa autorizada por ela. Seguindo as normas em pesquisa com seres humanos pautadas nas Resolução vigentes do Ministério da Saúde e na Norma Operacional do Conselho Nacional de Saúde, foi disponibilizado aos estudantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que deveria retornar à escola após assinatura dos pais/responsáveis.

No dia da coleta de dados, após o café da manhã e entrega dos TCLEs, os alunos foram reunidos na sala de informática (espaço maior da escola) e receberam as orientações sobre o preenchimento do questionário, contendo oito páginas com 32 questões. Os estudantes foram orientados a não se comunicarem entre si, buscando minimizar possíveis interferências nas respostas.

Os dados foram descritos em termo de frequência absoluta. A análise exploratória dos dados, assim como o cálculo da frequência absoluta foi realizado no Programa Excel do sistema operacional Microsoft Windows 8.

Resultados e discussão

Participaram da pesquisa 28 estudantes distribuídos nas seguintes turmas dos do ensino fundamental: 7º ano (n=12), 8º ano (n=13) e 9º ano (n=3). Destes, 17 eram moças, com média de idade de 13,5 anos.

O Quadro 1 mostra as opções de modalidades esportivas e de AF que os estudantes declararam realizar ao longo da semana durante o tempo livre. Com

relação às modalidades, nota-se que as moças relataram dançar ≥ 5 vezes na semana enquanto os rapazes praticam, de modo similar, o andar de bicicleta, correr e jogar basquetebol e futebol. Sinteticamente, a maioria dos estudantes declarou praticar esportes/atividade física ≤ 5 vezes na semana.

Quadro 1 – Descrição sobre os tipos de AF praticadas no tempo livre de estudantes de uma Escola de Tempo Integral, Corumbá, MS.

Tipos de AF no tempo livre	Moças Frequência Absoluta		Rapazes Frequência Absoluta	
	≥ 5 vezes na semana	≤ 5 vezes na semana	≥ 5 vezes na semana	≤ 5 vezes na semana
Pular corda	0	17	1	10
Andar de patins	0	17	0	11
Brincar de pega-pega	0	17	1	10
Andar de bicicleta	2	15	3	8
Caminhar como exercício físico	3	14	1	10
Correr	3	14	3	8
Nadar	1	16	1	10
Dançar	5	12	0	11
Fazer exercícios em academia de ginástica	1	16	0	11
Fazer musculação	1	16	0	11
Jogar basquetebol	1	16	3	8
Jogar futebol/futsal	2	15	3	8
Jogar voleibol	3	14	1	11
Jogar handebol	0	17	2	10
Jogar tênis de campo/tênis de mesa	1	16	0	11
Lutar judô, karatê, etc	1	16	1	11
Outras atividades	1	16	0	11

Fonte: Elaborado pelos próprios autores, 2020.

De acordo com o objetivo do presente estudo, os resultados mostraram que as atividades físicas/modalidades mais praticadas durante o tempo livre, com uma frequência de ≥ 5 vezes na semana, pelas estudantes foram a dança, caminhada/corrida e o voleibol ($n= 5, 3/3$ e 3 , respectivamente). Já os rapazes declararam jogar basquete/futebol e futsal, andar de bicicleta e correr ($n= 3/3, 3$ e 3 , respectivamente). Todavia, outras modalidades esportivas e manifestações lúdicas, por exemplos: brincadeiras de rua, esportes, lutas, nadar, estiveram presentes na prática de atividade física dos estudantes até cinco vezes na semana.

O estudo de Silva e Malina (2000) realizado com estudantes (n=325) de Niterói-RJ, identificou que as atividades físicas mais praticadas foram o futebol entre os rapazes e a caminhada entre as moças. Diversos fatores, como a cultura, o sexo, gênero, ambiente, a família, a mídia e a escola, podem influenciar na escolha dos esportes.

A prática do futebol, por exemplo, está atrelada com a cultura brasileira e a mídia, sendo ainda uma modalidade predominantemente praticada pelo sexo masculino enquanto a dança tende a prevalecer entre as mulheres (SILVA; MALINA, 2000; GONÇALVEZ et al., 2007; MATIAS et al., 2012). A literatura aponta que existe uma associação entre o futebol, basquetebol e outras modalidades coletivas tendo maior adesão pelos rapazes, enquanto as moças tendem a optar por atividades individuais, por exemplo, a dança e a ginástica (NOBRE, 2006).

No Quadro 2 observa-se que a maioria dos estudantes da Escola de Tempo Integral relatou ser ativo fora da escola nos diferentes períodos do dia até cinco vezes na semana. Observou-se que o máximo de 15 moças declararam ser ativas fora da escola no período da tarde enquanto os rapazes (n=10) relataram ser ativos fora da escola no período da manhã. Em suma, ambos os sexos demonstram ser ativos fora da escola e discretamente os casos ativos aumentam no final de semana.

Quadro 2 – Descrição sobre a prática de atividade física na última semana, em diferentes períodos do dia, entre os estudantes de ambos os sexos.

Ser ativo fora das aulas				
Períodos do dia	Moças (n=17)		Rapazes (n=11)	
	≥ 5 vezes na semana	≤ 5 vezes na semana	≥ 5 vezes na semana	≤ 5 vezes na semana
Ativos fora da escola manhã	4	13	1	11
Ativos fora da escola tarde	2	15	2	9
Ativos fora da escola noite	3	14	2	9
Ativos final de semana	6	11	2	9

Fonte: Elaborado pelos próprios autores, 2020.

No Quadro 3 são apresentadas as frequências de AF praticadas nos dias de semana entre os estudantes da escola de tempo integral. Nota-se a maioria das moças declarou nenhuma/poucas vezes realizar AF na segunda-feira (n=9), terça-feira (n=9) e quarta-feira (n=9). Já os rapazes demonstraram ser pouco ativos na segunda-feira (n=9) e quarta-feira (n=9). Em contrapartida, os rapazes disseram ser bastante/muito ativos no final de semana (sábado e domingo). O comportamento foi similar entre as moças que relataram ser pouco ou bastante/muito ativas nos finais de semana.

Quadro 3 – Descrição sobre a frequência de AF praticadas nos dias de semana entre os estudantes de uma Escola de Tempo Integral, Corumbá, MS.

Frequência diária para prática de AF		
Dias da semana	Moças (n=17)	Rapazes (n=11)
Segunda-feira	Nenhuma/Pouco= 9 Médio= 2 Bastante/Muito= 6	Nenhuma/Pouco= 7 Médio= 3 Bastante/Muito= 1
Terça-feira	Nenhuma/Pouco= 9 Médio= 6 Bastante/Muito= 2	Nenhuma/Pouco= 4 Médio= 5 Bastante/Muito= 2
Quarta-feira	Nenhuma/Pouco= 9 Médio= 3 Bastante/Muito= 5	Nenhuma/Pouco= 9 Médio= 1 Bastante/Muito=1
Quinta-feira	Nenhuma/Pouco= 7 Médio= 1 Bastante/Muito= 9	Nenhuma/Pouco= 5 Médio= 2 Bastante/Muito= 4
Sexta-feira	Nenhuma/Pouco= 8 Médio= 2 Bastante/Muito= 7	Nenhuma/Pouco= 5 Médio= 4 Bastante/Muito= 2
Sábado	Nenhuma/Pouco= 8 Médio= 2 Bastante/Muito= 7	Nenhuma/Pouco= 1 Médio= 3 Bastante/Muito= 7
Domingo	Nenhuma/Pouco= 8 Médio= 0 Bastante/Muito= 9	Nenhuma/Pouco= 2 Médio= 2 Bastante/Muito= 7

Fonte: Elaborado pelos próprios autores, 2020.

No que diz respeito à comparação entre jovens estudantes, a literatura sugere que as moças costumam ser menos ativas que os rapazes tanto nas aulas de educação física como fora do ambiente escolar (FARIAS JUNIOR; LOPES, 2008). O meio social, ou seja, a esfera em que o indivíduo se localiza, pode efetuar uma vigorosa importância em relação ao nível de AF (DOWDA, 2001). Além disso, as condições econômicas e a localidade, também influenciam e devem ser consideradas (GONÇALVES, 2007) na adoção do estilo de vida ativo.

Quando questionado sobre ser muito ativo fisicamente nos últimos sete dias durante as aulas de educação física, observou-se que somente oito estudantes relataram ser “muitas vezes/sempre” ativos. Por outro lado, 20 estudantes declararam que foram “quase sempre/algumas vezes” ativos durante as aulas de Educação Física.

As aulas de Educação Física devem ocorrer de forma prazerosa para o aluno, encorajando-o à adoção de um estilo ativo também fora do ambiente escolar

(DARIDO, 2004). É sugerido por Nobre (2006), por exemplo, que é um papel importante da escola proporcionar o oferecimento de práticas prazerosas na disciplina curricular de Educação Física (NOBRE, 2006), especialmente na Educação Integral em que muitas atividades físicas/modalidades esportivas podem ser implementadas como projetos extracurriculares para além do que é aplicado como conteúdo estruturante da Educação Física.

A Educação Integral considera o sujeito em sua totalidade, contemplando todas suas relações afetivas, sociais, culturais, físicas e psicológicas em busca de seus prazeres e necessidades pessoais e enquanto sujeito inserido na sociedade (GONÇALVES, 2006). A concepção do ensino integral está totalmente garantida, tendo finalidade em ser usada tanto na área de ensino formal como em outras áreas da política social. O padrão de acolhimento total assegura os direitos da criança e do adolescente para poderem ter auxílio e suporte nas dificuldades, tanto sociais como pessoais, para que assim adquiram conhecimento e haja prolongamento do mesmo (GUARÁ, 2009). Cabe ressaltar que o Plano Nacional de Educação 2014-2024 (lei 13.005/2014) enuncia o oferecimento de Educação de Tempo Integral de no mínimo, 50% das escolas públicas, buscando atender em torno de 25% (vinte e cinco por cento) dos (as) alunos (as) da educação básica, como meta a ser alcançada.

A escola que não busca enriquecimento nos procedimentos curriculares, mesmo tendo autoridade, mas ainda assim não proporcionando a provocação pelo conhecimento, acaba se tornado algo repreensível pelos sujeitos, perdendo para outras atividades do cotidiano (CAVALIERE, 2009).

Segundo Matias (2010, p.126),

Não só as atividades extracurriculares e ações socioeducativas, mas o que crianças e adolescentes fazem fora do ambiente escolar mostram-se como um campo de pesquisa com inúmeras questões a serem respondidas, tais como quais são as influências das ações extraclasse para o ajustamento emocional, na relação com a instituição escolar, não inserção no mundo do crime, desempenho acadêmico e desenvolvimento cognitivo, entre outras.

Não deve haver delimitação da escola no processo da educação. Além disso, o conhecimento também pode ser adquirido fora da escola (GUARÁ, 2009). O processo de aprendizagem inicia-se desde quando nascemos e segue ao longo da vida. A aprendizagem ocorre tanto em ambientes informais como formais, em meios aos relacionamentos familiares e outros. Olhando desta forma, a Educação Integral deve levar em conta as vivências e experiências do sujeito que são adquiridas e trazidas fora do âmbito escolar. Essa concepção de ampliação da jornada escolar deve ter a função de fazer com que os aprendizados adquiridos sejam significativos e ampliadores, logo havendo um enriquecimento curricular e ampliação na aprendizagem (GONÇALVES, 2006).

A lei 13.005/2014, cita que uma das estratégias em relação à proposta de direitos e objetivos de aprendizagem e desenvolvimento para os (as) alunos (as) do ensino fundamental é “[...] promover atividades de desenvolvimento e estímulo a habilidades esportivas nas escolas, interligadas a um plano de disseminação do desporto educacional e de desenvolvimento esportivo nacional”. Apesar de haver uma lei que norteia as práticas corporais esportivas no ambiente escolar, o presente estudo não investigou as propostas esportivas que poderiam estar sendo oferecidas na Escola de Tempo Integral investigada. Assim, sugere-se que outras pesquisas sejam realizadas a fim de identificar as habilidades esportivas que são estimuladas entre os estudantes da Educação Integral.

Considerações finais

Os estudantes da Escola de Tempo Integral investigada mostraram ser fisicamente ativos diariamente durante o tempo livre, tanto durante a semana como nos finais de semana. Todavia, não é possível afirmar se os jovens atendem ou não a recomendação para prática de AF preconizada para os adolescentes, uma vez que essa variável não foi investigada nesta pesquisa.

As modalidades esportivas mais praticadas entre os estudantes investigados foram aquelas de menor custo, tais como a dança, caminhada e o futebol. Essas modalidades, talvez, sejam aquelas mais vivenciadas nas aulas de Educação Física por estes estudantes. Somado a estes fatores econômicos e as experiências vividas na escola, as modalidades esportivas de lazer podem também estar atreladas ao aspecto cultural destes jovens.

A Educação Integral e a prática de atividade física são temas que merecem pesquisas e análises robustas. As evidências poderão contribuir para a redução do tempo que alunos ficam sentados nas salas de aulas, bem como a implementação de ações para um ambiente mais ativo nas escolas de Tempo Integral, contribuindo para a formação, o bem-estar e o desenvolvimento de habilidade esportivas entre os estudantes da Educação Integral.

Referências

ALVES, C. F. A.; SILVA, R. C. R.; ASSIS, A. M. O.; SOUZA, C. O.; PINTO, E. J.; FRAINER, D. E. S. Fatores associados à inatividade física em adolescentes de 10-14 anos de idade, matriculados na rede pública de ensino do município de Salvador, BA. *Revista Brasileira Epidemiologia*, São Paulo, v. 15, n. 4, p. 858-870, 2012.

BRASIL. Lei 13.005 de 25 de junho de 2014. *Plano Nacional de Educação*. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/l13005.htm. Acesso em: 24 ago. 2020.

- CAVALIERE, A. M. Escolas de tempo integral versus alunos em tempo integral. *Em Aberto*, Brasília, v. 21, n. 80, 2009.
- DARIDO, S. C. A educação física na escola e o processo de formação dos, não praticantes de atividade física. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, São Paulo, v. 18, n. 1, p. 61-80, jan./mar. 2004.
- DOWDA, M.; AINSWORTH, B. E.; ADDY, C. L.; SAUNDERS, R.; RINER, W. Environmental influences, physical activity, and weight status in 8-to 16-year-olds. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, Chicago, v. 155, n. 6, p. 711-717, 2001.
- EKELUND, U.; LUAN, J.; SHERAR, L. B.; ESLIGER, D. W.; GRIEW, P.; COOPER, A.; International Children's Accelerometry Database (ICAD) Collaborators. Moderate to vigorous physical activity and sedentary time and cardiometabolic risk factors in children and adolescents. *Jama*, Chicago, v. 307, n. 7, p. 704-712, 2012.
- FARIAS JUNIOR, J. C.; LOPES, A. S. Comportamentos de risco relacionados à saúde em adolescentes. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*, Taguatinga, v. 12, n. 1, p. 7-12, 2004.
- GUARÁ, I. M. F. R. Educação e desenvolvimento integral: articulando saberes na escola e além da escola. Educação integral e tempo integral. *Em Aberto*, Brasília, v. 22, n. 80, 2009.
- GONÇALVES, A. S. Reflexões sobre educação integral e escola de tempo integral. *Cadernos Cenpec | Nova série*, São Paulo, v. 1, n. 2, p. 129-135, 2006.
- GONÇALVES, H.; HALLAL, P. C.; AMORIM, T.; ARAÚJO, C. L. P.; MENEZES, A. M. B. Fatores socioculturais e nível de atividade física no início da adolescência. *Revista Panamericana de Salud Pública*, Washington, v. 22, n. 4, p. 246-253, 2007.
- GUEDES, D. P.; GUEDES, J. E. R. P. Medida da Atividade Física em Jovens Brasileiros: Reprodutibilidade e Validade do PAQ-C e do PAQ-A. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 21, n. 6, p. 425-432, 2015.
- LAZZOLI, J. K.; NÓBREGA, A. C. L.; CARVALHO, T.; OLIVEIRA, M. A. B.; TEIXEIRA, J. A. C.; LEITÃO, M. B.; LEITE, N.; MEYER, F.; DRUMMOND, F. A.; PESSOA, M. S. V.; REZENDE, L.; DE ROSE, E. H.; BARBOSA, S. T.; MAGNI, J. R. T.; NAHAS, R. M.; MICHELS, G.; MATSUDO, V. Atividade física e saúde na infância e adolescência. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, São Paulo, v. 4, n. 4, p. 107-109, 1998.
- MATIAS, T. S.; ROLIM, M. K. S. B.; SCHMOELZ, C. P.; ANDRADE, A. Hábitos de atividade física e lazer de adolescentes. *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 15, n. 3, 2012.
- MOLINER-URDIALES, D.; RUIZ, J. R.; ORTEGA, F. B.; REY-LOPEZ, J. P.; VICENTE-RODRIGUEZ, G.; ESPAÑA-ROMERO, V.; MUNGUÍA-IZQUIERDO, D.; CASTILLO, M. J.; SJÖSTRÖM, M.; MORENO, L. A.; HELENA Study Group. Association of objectively assessed physical activity with total and central body fat in Spanish adolescents; the HELENA Study. *International Journal of Obesity*, London, v. 33, n. 10, p. 1126-1135, 2009.
- NOBRE, F. S. S. *Habits of leisure, level of physical activity and characteristic somatomotora of adolescents*. 2006. 145 f. Dissertação (Mestrado em Ciência do Movimento Humano) - Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, 2006.
- OEHLSCHLAEGER, M. H. K.; PINHEIRO, R. T.; HORTA, B.; GELATTI, C.; SAN'TANA, P. Prevalência e fatores associados ao sedentarismo em adolescentes de área urbana. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 38, n. 2, p. 157-163, 2004.
- SILVA, R. C. R.; MALINA, R. M. Nível de atividade física em adolescentes do Município de Niterói, Rio de Janeiro. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 1091-1097, 2000.