



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

# EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE: OS CUIDADOS ESPECÍFICOS COM ALUNOS DIABÉTICOS DURANTE AS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Autor 1: Vanessa Benitez Cantaluppi<sup>1</sup>;  
Autor 2: Raphael Oliveira Ramos Franco Netto<sup>2</sup>.

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### RESUMO

O objetivo do estudo foi analisar os conhecimentos dos professores de Educação Física sobre a patologia denominada diabetes, buscando identificar se os professores possuem certos cuidados com seus alunos com a patologia. Serão realizadas observações *in loco* e em seguida serão aplicados questionários para os professores e alunos que estarão matriculados nas escolas e que possuam essa patologia. O estudo procura identificar o grau de conhecimento dos professores acerca da patologia e de como programa as aulas de Educação Física sem excluir o seu aluno.

**PALAVRAS-CHAVE:** Diabetes; Educação Física; Qualidade de vida.

### 1. DIABETES

Segundo a SBD (2015), há cerca de 13 milhões de indivíduos com diabetes que representa 6,9% da população brasileira, onde a cada dia essa porcentagem de indivíduos com diabetes esta aumentando ainda mais, muitos indivíduos desconhecem que possuem essa patologia, só sabem após terem complicações graves devido a diabetes. É uma patologia onde o próprio corpo já não produz insulina ou muitas vezes não consegue distribuir adequadamente devido ao dano nos receptores de insulina.

Diabetes do tipo 1 ou infanto-juvenil (insulinodependente), se caracteriza pela absoluta deficiência de insulina, causada por um processo auto-imune que é causado por fatores genéticos, já a diabetes do tipo 2 ou diabetes da maturidade (não insulinodependente), se manifesta a partir dos 40 anos e apresentam alguns sintomas característicos como fraqueza, peso nas pernas, dores vagas nos membros, irritabilidade, sonolência, formigamento e dormência nos membros, câimbras entre outros (SBD, 2015).

As diabetes, tanto do tipo 1 quanto do tipo 2 possuem uma característica em comum, as complicações que ocorrem durante um tempo se não for bem tratado, podem ocasionar

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul.

<sup>2</sup> Docente do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul.



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

patologias como cataratas, lesões vasculares e nervosas, nefropatia, retinopatia, doenças cardiovasculares, gangrenas e neuropatia periférica. (SBD, 2015).

Cerca de 5 a 10% dos casos de diabetes manifestam-se em crianças (fator genético) e 90% em adultos (fator ambiental), no entanto, esta porcentagem tem aumentando em crianças devido a má alimentação e obesidade. Atualmente a diabetes tem aumentando no mundo todo devido a má alimentação dos indivíduos, que optam por comidas não saudáveis e gordurosas, onde pode ser controlado através de alimentação e atividade física adequada (OMS, 2015).

De acordo com a SBD (2015), estudos indicam que indivíduos com diabetes do tipo 2 estão desenvolvendo uma autoimunidade sobre as células betas, fazendo com que desenvolvam a diabetes do tipo 1, esse tipo de diabetes é conhecida como LADA (Diabetes Latente Autoimune do Adulto).

De acordo com a SBD (2015), com o decorrer do tempo, os fatores de risco em diabetes tipo 1, é caracterizado pela herança genética, por exemplo, ao ter parentes com essa patologia aumentam as chances de se manifestar, porém não há estudos científicos que comprovem essa afirmativa. No diabetes tipo 2, os indivíduos devem procurar ajuda médica periodicamente, pois foi adquirida através de má alimentação, obesidade e sedentarismo.

Segundo a Revista da Associação Médica Brasileira (1999), as complicações da diabetes que em grande parte leva a óbito são: nefropatia diabética (ND), retinopatia diabética (RD) e pé diabético cada um contendo suas características e sintomas.

**Nefropatia diabética (ND)**, segundo a SBN (Sociedade Brasileira de Nefrologia) é manifestada com passar do tempo em indivíduos portadores da diabetes, que não possui sintomas para contraí-los, esta danificação nos rins são irregressíveis que podem se agravar fazendo com que esse indivíduo entre em insuficiência renal crônica terminal, ou seja, ser encaminhado para hemodiálise. (SBN, 2015).

**Retinopatia diabética (RD)**, segundo o CBO (Conselho Brasileiro de Oftalmologia, 2014), a diabetes é uma patologia no qual afeta os vasos sanguíneos dos olhos, onde ocorre vazamento de sangue que é depositado nas paredes da retina que bloqueia o vaso sanguíneo no qual deforma as paredes causando micro-aneurisma e é causada de duas maneiras: Retinopatia diabética Exsudativa e Proliferativa RDE e RDP.

**Retinopatia diabética exsudativa** é causada quando ocorre hemorragia e as gorduras presentes no sangue afeta a mácula responsável pela visão central (CBO, 2014).

**Retinopatia diabética proliferativa** é causada pelos vasos sanguíneos da retina, onde ocorre a proliferação de novos vasos afetados geneticamente conhecidos como neovasos que são frágeis e podem sangrar. Também ocorrem com deslocamento da retina podendo se proliferar dentro dos olhos destruindo as retinas, ocorrendo a dificuldade na visão do indivíduo (CBO, 2014).

**Neuropatia diabética:** na linguagem popular seria “dano nos nervos”, isso ocorre devido a taxa elevada da glicose no sangue, que vai danificando os vasos sanguíneos que alimentam os nervos.

A neuropatia diabética afeta principalmente os membros inferiores, por isso é recomendado que os cuidados sejam redobrados no pés, para que seja verificada a circulação sanguínea nos membros (SBD, 2017).

**Pé diabético**, segundo a Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (2016) (SBEM) são feridas causadas por infecções ou problemas de circulação nos membros inferiores, ocorrem geralmente devido a taxa elevada da glicose, podendo levar a amputações nos membros inferiores. Segundo o Ministério da Saúde (MEC), 70% das cirurgias no Brasil ocorrem para amputação devido ao controle inadequado da diabetes, no qual chegam a 55 mil amputações ao ano.

## 2. TIPOS DE INSULINAS

As insulinas apresentam aproximadamente 5 tipos, a ação rápida, ação ultrarrápida, ação intermediária e ação longa e ultra longa, cada uma com sua função. Onde cada uma apresenta um perfil diferenciado para cada tipo de tratamento insulínico (PPIMAZONI NETTO, 2017).

**Insulina de ação rápida** também conhecida como insulina regular, que leva cerca de 30 a 60 minutos para fazer efeito após sua aplicação, o pico ocorre de 2 a 4 horas e dura na corrente sanguínea de até 5 a 8 horas (SBD, 2017).

**Insulina de ação ultrarrápida** seu efeito na corrente sanguínea começa a fazer efeito após 15 minutos da aplicação, seu pico ocorre de 30 a 60 minutos e dura na corrente sanguínea de até 3 a 5 horas (SBD, 2017).

**Insulina de ação intermediária** começa a fazer efeito após 1 a 3 horas na corrente sanguínea, seu pico é de até 8 horas e sua duração na corrente sanguínea é de até 12 a 16 horas (SBD, 2017).

**Insulina de ação longa e/ou ultra-longa** são conhecidas também como insulina basal, mantêm o nível de glicose no sangue o dia todo e leva de até 4 horas para entrar na corrente sanguínea (SBD, 2017).

**Insulina pré-mistura** é combinação de dois tipos de insulinas, fazendo com que uma controle a glicose no sangue durante as refeições (insulina de ação rápida ou regular) e a outra controla durante um certo período (SBD, 2017).

### 3. HIPERGLICEMIA E HIPOGLICEMIA

Hiperglicemia, hipoglicemia e complicações podem ser evitados obtendo uma vida ativa e saudável, tendo uma alimentação equilibrada e praticando exercícios físicos, além de controlar as aplicações adequadas de insulina (SBD, 2015).

**Hiperglicemia** ocorre quando há pouca produção de insulina dentro do organismo, no qual não consegue manter em equilíbrio as taxas de glicemia no sangue (SBD, 2015).

**Sintomas**, segundo a SBD (2015) são:

- Dose incorreta de insulina
- Falha na distribuição de insulina no organismo
- Ingestão excessiva de carboidratos
- Cansaço (fadiga)

**Hipoglicemia** ocorre devido ao baixo índice glicêmico, abaixo de 70 mg/dl, que podem variar de um indivíduo a outro (SBD, 2015).

**Sintomas**, segundo a SBD (2015) são:

- Tremedeira
- Inconsciência
- Nervosismo e ansiedade
- Convulsões
- Suores e calafrios
- Falta de coordenação motora
- Irritabilidade e impaciência
- Fraqueza e fadiga
- Confusão mental/delírio
- Dor de cabeça
- Taquicardia

- Sensação de formigamento e dormência nos lábios e na língua
- Tontura ou vertigem
- Visão embaçada
- Fome e náusea
- Sonolência

Quando a hiperglicemia não é tratada, a glicose no sangue fica elevada e pode até haver alta concentração de glicose na urina, causando a esse indivíduo muita sede e consequentemente ter vontade de ir ao banheiro várias vezes. Ressaltando que indivíduos com hiperglicemia não pode realizar exercícios físicos se estiver acima de 240 mg/dl, fazendo com que ocorra a descompensação metabólica e aumentar ainda mais a glicose no sangue (SBD, 2015).

A hipoglicemia ocorre muitas vezes pelo aumento da carga de exercícios físicos sem orientações adequadas, falta de ingestão adequada de alimentos e dose inadequada de insulina aplicada pelo indivíduo, muitos não percebem quando a taxa de glicose está a baixa de 70 mg/dl, a chamada não percepção de hipoglicemia, onde o indivíduo apresenta vários episódios de hipoglicemia, que seu corpo recebe informações de que está com a taxa de glicemia normal (SBD, 2015).

#### 4. HEMOGLOBINA GLICADA (HbA1c)

É um componente presente no sangue tem a função de transportar oxigênio ao corpo inteiro, que entra em contato com a glicose que está presente na corrente sanguínea, onde a hemoglobina e a glicose unem, no qual origina o nome de hemoglobina glicada. Permanece durante o período de vida da hemoglobina, de 2 a 3 meses (DIABETICOOL, 2017).

Os níveis da HbA1c, tanto para indivíduos ditos normais e portador da diabetes, onde é considerado normal para o portador da DM é de maior ou igual a 6, 5 % é importante que estes níveis não ultrapassem 8%, no que indica que a diabetes está sendo bem controlada. Para indivíduos normais ou até mesmo diabéticos, o valor ótimo equivale a 4 até 6, 4 % (DIABETICOOL, 2017).

#### 5. A ESCOLA, O PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ALUNOS COM DIABETES



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

Segundo Turratti (2012), a escola ultrapassa o jogo da aprendizagem das disciplinas a absorver conteúdos, é um local planejado para abrigar professores, diretores, funcionários e alunos no aspecto ensinar e aprender.

A escola recebe vários tipos de alunos com suas diferenças individuais, o mesmo ocorre quando o aluno chega com uma patologia crônica, a diabetes tipo 1, que na maioria das vezes se manifesta durante a idade escolar, e que para isso a escola deve estar adequada para atender os cuidados específicos para este tipo de aluno, principalmente a sua dieta, montando um cardápio específico para esse aluno com menos índice de carboidratos (TURRATI, 2012).

Segundo Simões (2010) conhecer a diabetes tipo 1 e saber identificar seus sintomas é importante para o diagnóstico adequado e obter uma boa intervenção.

No ambiente escolar, todos os que fazem parte da família escolar deve acolher o aluno com diabetes, porém todos devem possuir um conhecimento específico para que possa atender a esse aluno, como por exemplo, a escola possuir contatos com os pais, e eventualmente se a situação se agravar, comunicar ao médico endocrinologista do aluno (SANTANA E SILVA *et al.*, 2009).

De acordo com Torres *et al.* (2017), não foi comprovado até os dias de hoje de que alunos com DM não consigam acompanhar a linha de raciocínio dos colegas em sala de aula, o índice da taxa de glicemia estando dentro do padrão, poderá normalmente participar de todas as aulas propostas, deve ser tratado igualmente como todos os alunos, porém se atentar mais às manifestações anormais que o aluno esteja apresentando durante as aulas.

Para que o aluno portador da diabetes não se sinta diferenciado, deve contar com a ajuda dos colegas, mas para que isso ocorra, professores, principalmente a escola no geral deve informar a todos sobre essa patologia. Assim os colegas poderão até auxiliar esse colega em sua autoestima (SPARAPANI, 2012).

Muitas crianças e adolescentes conseguem se adaptar bem ao tratamento após serem diagnosticados com a diabetes, porém nem todos conseguem devido a maneira de como corresponde, o metabolismo fraco que o indivíduo apresenta devido à nova vida adotando sua dieta de maneira adequada ou até mesmo na sua convivência psicossocial dentro da escola e na sua comunidade (DELAMATER, 2001).

Os professores auxiliam de maneira simples o processo de aprendizagem podendo alcançar a meta de entendimento do seu aluno, principalmente quando o professor tem um aluno portador de diabetes em sala de aula, que por sua vez será um grande desafio, que



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

professor deverá vencer com auxílio de seu aluno informando-o sobre a patologia para que possa ser socorrido se algo ocorrer durante as aulas (MANUAL COM DIRETRIZES PARA PROFESSORES DE CRIANÇAS COM DIABETES, 2012).

A diabetes está em segundo lugar, e é o que mais afeta as crianças, no qual necessitam de mais cuidados diariamente, como realizar o controle glicêmico e se necessário aplicação de insulina. Mas para isso ocorrer dentro das escolas, os pais dos alunos portadores da diabetes precisam da colaboração dos professores, do/a diretor/a para que possam cuidar desse aluno, porém há algumas situações onde complica o atendimento adequado para esse aluno devido que funcionários da escola desconhecem os cuidados diante à patologia (DAMACENO *et al.*, 2012).

Para os alunos, principalmente na adolescência, a diabetes se torna complicado conviver, pois é muita responsabilidade, e é nessa faixa que eles começam a explorar novos sentimentos, somente na fase adulta é que começam a perceber de que se cuidar, mantendo os níveis de glicemia no padrão normal é que percebem de que estão melhorando (CARVALHO, 2005).

Para isso, a escola deve adotar um processo para resgatar a experiência e o conhecimento do aluno portador da diabetes para que possa descrever o que sente para que a escola e seu membro no geral possam ter conhecimento do que está ocorrendo com esse aluno, podendo assim facilitar o convívio entre ambos. Mas é nos familiares que os portadores da diabetes buscam um forte apoio para levar a nova vida em diante, com tratamentos e reeducação alimentar e principalmente convívio social (PASE, 2001).

Para que este processo seja positivo, a escola e os membros devem conhecer o corpo desse aluno com auxílio do próprio, fazendo com que o indivíduo se acostume com o que está acontecendo de diferente com ele, no instante em que ele vai melhorando o seu condicionamento em relação à patologia, passa a perceber que seu corpo está incompleto (MERLEAU-PONTY, 1971).

Merleau-Ponty (1971) afirma que o sentido e o significado do corpo não são frutos da mente e sim frutos da percepção, quando percebe, o corpo auxilia a decodificar, a compreender que a mente e corpo trabalhando em conjunto, ressalta que o corpo diabético nada mais é do que sentir o que está nele do que ser percebido, seja na cultura, na percepção e na linguagem, que se comunica por gestos, transmitindo sua linguagem de acordo com o que está sentindo no momento.



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

Ao corpo diabético deve-se permitir que seja ele mesmo e é preciso que seja olhado com o mesmo olhar que pretende passar com os gestos do corpo diabético, deve ser levado em conta como o profissional comunica ao indivíduo de que é um portador da diabetes, deve utilizar palavras onde ele possa compreender para que ele não passe a ter uma imagem negativa dessa patologia (MERLEAU-PONTY, 1971).

Ao receber o diagnóstico do médico, o indivíduo espera que tudo seja esclarecido, principalmente quando ocorrem mudanças em seu corpo podendo compreender essa nova fase de sua vida em diante. Quando o indivíduo percebe que está dominando a patologia, ele acarreta uma positividade em si tendo a convivência com a diabetes, convivendo de maneira leve e positiva com a patologia, convivendo em ambientes e a sociedade normalmente sem ser visto de maneira negativa por ser um portador da diabetes (MERLEAU-PONTY, 1971).

GEED (2000) salienta que quando o indivíduo com a patologia está em desequilíbrio fisiológico, tende a afetar diretamente o emocional, no qual são sentimentos que atingem internamente e inconscientemente, impedindo um bom controle da diabetes.

O indivíduo diabético, passando por uma tensão emocional, há uma elevação da taxa de glicose no sangue, quando está tenso bloqueia a entrada de glicose nas células, provocando a hiperglicemia (GEED, 2000).

Os indivíduos portadores da diabetes projetam vários sentimentos, que provavelmente são diretamente ligadas à diabetes, não se ajustam à sociedade, vivem reprimidos, isso ocorre por se sentirem diferentes a ponto de não poderem realizar certas atividades, onde são atividades do dia-a-dia para indivíduos considerados normais (GEED, 2000).

Segundo Galliari (2017) a escola deve estar estruturada para atender às necessidades do seu aluno portador de diabetes. Os alunos ao iniciarem uma vida escolar, muitos não querem dividir essa etapa da vida com os professores e com os próprios colegas de sala, já outros gostam de dividir o que está se passando com ele, explicando a maneira de como se cuida, de como aplicar insulinas, de como realizar a automonitorização de glicemias, explicar as diferenças entre hiperglicemia e hipoglicemia, entre outras.

Nesse sentido, muitos pais se apavoram ao saberem de que seu filho estará na escola, se preocupam com sua dieta, mas para isso, a escola deve ter ajuda de uma nutricionista para que possa preparar seu lanche adequado respeitando sua dieta.



## 6. A EDUCAÇÃO FÍSICA NA MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DO ALUNO PORTADOR DA DIABETES

A palavra qualidade de vida foi utilizada cientificamente no ano de 1970, e a partir do ano de 1980, qualidade de vida começa a ser abordado considerando diferentes dimensões (MACHADO, 2000).

A qualidade de vida é influenciada através da percepção dos indivíduos, no qual possuem uma visão sobre o que é o seu estado de saúde, onde o “estar saudável” é o que mais importa, indivíduos com patologias crônicas deve adaptar-se a um novo estilo de vida, seja ele no social, familiar, pois suas capacidades físicas já não as mesmas, isso faz com que todos que convivem com ele o auxiliem em uma qualidade de vida (TRENTINI *et al.*, 1990).

Minayo (2000) aborda o tema qualidade de vida por experiências, no qual lhe dá significado por inteiro em relação aos indivíduos para que possam descobrir o propósito das dimensões e padrões em relação à patologia.

De acordo com a SBD (2017), a atividade física é muito importante para a saúde do indivíduo, porém estas atividades dão respostas agudas no qual requer adaptações funcionais e morfológicas no organismo. Ao realizar as atividades físicas, há um grande aumento de consumo de oxigênio e glicose no músculo esquelético principalmente.

A atividade física em indivíduos portadores da diabetes tem aumentando a sensibilidade à insulina em uma única sessão de exercícios, aumentando 22% a entrada de glicose nas células. Esses indivíduos são beneficiados através de tratamentos multidisciplinares, onde o profissional de Educação Física pode ser incluído na equipe podendo melhorar a qualidade de vida do portador da diabetes (CIOLAC; GUIMARÃES, 2004).

Angelis *et al.* (2006) afirmam que o consumo de oxigênio em todo o organismo humano aumenta cerca de 20 vezes e aumenta ainda mais em músculos quando estimulados (exercício físico) isso faz com que consumo de glicose aumente e provavelmente em indivíduos com DM poderá ocorrer uma queda brusca de glicose, denominada de hipoglicemia.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se através dos textos de que as escolas deve possuir um atendimento adequado para o aluno portador da DM, e que os professores devem estar capacitados para



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

auxiliar em caso de hipoglicemia, de adaptar suas aulas sem excluir ou tratá-lo de forma diferenciada dos demais alunos, pois o aluno poderá questionar o porquê de ser tratado diferente.

Deve-se trabalhar de maneira multidisciplinar se tratando de alunos com DM, a escola, os professores e a equipe médica que acompanha esse aluno fora da escola e principalmente, em questão de campo escolar manter os pais sempre em contato com mudanças de comportamento do aluno com DM durante as aulas.

### REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DIABETES. **Fatores de risco**, 2015. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/para-o-publico/diabetes/fatores-de-risco-1>. Acesso em: 06 Fev. 2017.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DIABETES. **Hiperglicemia**, 2015. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/para-o-publico/hiperglicemia>. Acesso em: 16 Fev. 2017.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DIABETES. **Hipoglicemia**, 2015. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/para-o-publico/hipoglicemia>. Acesso em: 16 Fev. 2017.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DIABETES. **O que é diabetes**, 2015. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/para-o-publico/diabetes/o-que-e-diabetes>. Acesso em: 06 Fev. 2017.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE DIABETES. **Tipos de diabetes**, 2015. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/para-o-publico/diabetes/tipos-de-diabetes>. Acesso em 07 Fev. 2017.

CALLIARI, Luis Eduardo P. **Abordagem do diabetes melito na primeira infância**, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/abem/v52n2/11.pdf>. Acesso em: 21 Mar. 2017.

CIOLAC, E. G., GUIMARÃES, G. V. **Exercício Físico e Síndrome Metabólica**, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v10n4/22048>. Acesso em: 07 Mar. 2017.

CONSELHO BRASILEIRO DE OFTALMOLOGIA. **Retinopatia Diabética**, 2014. Disponível em: [http://www.cbo.com.br/pacientes/doencas/doencas\\_retinopatia\\_diabetica.html](http://www.cbo.com.br/pacientes/doencas/doencas_retinopatia_diabetica.html). Acesso em: 08 Fev. 2017.

ANGELIS, Kátia *et al.* **Efeitos fisiológicos do treinamento físico em pacientes portadores da diabetes tipo 1**, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/abem/v50n6/a05v50n6.pdf>. Acesso em: 07 Mar. 2017.



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

DELAMATER, A. M., JACOBSON, A. M., ANDERSON, R. B., COX, D., FISHER, L., LUSTMAN, P., RUBIN, R., WISOKI, T. Psychosocial therapies in diabetes. **Diabetes Care**, 2001. Disponível em: <https://translate.google.com.br/translate?hl=pt-BR&sl=en&u=https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4336408/&prev=search>. Acesso em: 20 Fev. 2017.

DIABETICOOL. **Hemoglobina glicada (glicosilada)**, 2017. Disponível em: <http://www.diabeticool.com/o-que-e/hemoglobina-glicada-glicosilada/>. Acesso em: 13 Mar. 2017.

FRANCO, Denise, INDIANI, Lidiani, DAMACENO, Laerte. **Crianças diabéticas nas escolas precisam de cuidados**, 2012. Disponível em: <https://anpedsudeste2014.files.wordpress.com/2015/07/priscila-cristina-vaz-bortolozzo-sueli-maria-pessagno-carro.pdf>. Acesso em: 17 Fev. 2017.

FUNDACIÓN DE DIABETES. **Escuela y niño con diabetes**, 2011. Disponível em: [http://www.fundaciondiabetes.org/diabetesinfantil/diabetes\\_escuela/nino\\_tiene\\_diabetes.htm](http://www.fundaciondiabetes.org/diabetesinfantil/diabetes_escuela/nino_tiene_diabetes.htm). Acesso em: 20 Fev. 2017.

GEED – GRUPO DE ESTUDOS EM ENDOCRINOLOGIA & DIABETES. Proposta de um estudo multicêntrico com diabéticos em uso de insulina. **Endocrinologia & Diabetes Clínica e Experimental**, 2001. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_nlinks&ref=000082&pid=S1413-7372200800020001700006&lng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000082&pid=S1413-7372200800020001700006&lng=en). Acesso em: 23 Fev. 2017.

KIMURA, Miako; SILVA, José Vitor da. Índice de Qualidade de Vida de Ferrans e Powers. **Revista Esc. Enfermagem**, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v43nspe/a14v43ns.pdf>. Acesso em: 23 Mar. 2017.

MARCELINO, D. B., CARVALHO, M. D. B. Reflexões sobre a diabetes tipo 1 e sua relação com o emocional. **Psicologia: Reflexão e crítica**, 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/prc/v18n1/24819.pdf>. Acesso em: 10 Fev. 2017.

MERLEAU-PONTY, Maurice. 1971. **Fenomenologia da percepção**. Disponível em: [http://faef.revista.inf.br/imagens\\_arquivos/arquivos\\_destaque/zKAYNwEuwTEPFYK\\_2015-3-3-14-12-55.pdf](http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/zKAYNwEuwTEPFYK_2015-3-3-14-12-55.pdf). Acesso em: 23 Fev. 2017.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**, 2000. Disponível em: [http://www.faed.udesc.br/arquivos/id\\_submenu/1428/minayo\\_\\_2001.pdf](http://www.faed.udesc.br/arquivos/id_submenu/1428/minayo__2001.pdf). Acesso em: 06 Mar. 2017.

ONETOUCH. **Criança na escola: o diabetes em prova**, 2017. Disponível em: <https://www.onetouchla.com/br/vida-diabetes/criancas-familia/criancas-jovens/crianca-na-escola-o-diabetes-em-prova>. Acesso em: 21 Mar. 2017.

PASE, A. E., OCHOA, K. V., NUNES, P. D., 2003. O conhecimento dos familiares acerca da problemática do portador de diabetes mellitus. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**,



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

2003. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/0179.pdf>. Acesso em: 22 Fev. 2017.

PIMAZONI NETTO, Augusto. **Visão /geral de Insulina Prolongada**. Sociedade Brasileira de Diabetes, 2017. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/publico/ultimas/1501-visao-geral-das-insulinas-de-acao-ultralonga>. Acesso em: 20 Mar. 2017.

REVISTA DA ASSOCIAÇÃO MÉDICA BRASILEIRA. **Deteccão e tratamento das complicações crônicas do diabetes melitos**: Consenso da Sociedade Brasileira de Diabetes e Conselho Brasileiro de Oftalmologia, 1999. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-42301999000300014&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-42301999000300014&script=sci_arttext) Acesso em: 07 Fev. 2017.

REVISTA ROCHE ACCU-CHEK. **Manual com Diretrizes para professores de crianças com diabetes**, 2012. Disponível em: [https://www.debemcomavida.com.br/media/14152/guia\\_dbcv\\_professores\\_a4.pdf](https://www.debemcomavida.com.br/media/14152/guia_dbcv_professores_a4.pdf). Acesso em: 22 Fev. 2017.

SANTANA, E. A.; SILVA, S. A. P. S. Educação Física escolar para alunos com Diabetes Mellitus Tipo 1. Motriz, Rio Claro, 2009.

SANTOS, Ana Lúcia Padrão dos, SIMÕES, Antonio Carlos. **Educação Física e Qualidade de Vida**: reflexões e perspectivas, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v21n1/18.pdf>. Acesso em: 23 Mar. 2017.

SIMÕES, A. L. A.; STACCIARIN, T. S. G.; POGGETTO, M. T. D; MARUXO, H. B.; SOARES, H. M.; SIMÕES, A. C. Conhecimento dos professores sobre o manejo da criança com diabetes mellitus. **Texto Contexto Enferm**, Florianópolis, 2010.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Atividade Física no Diabetes tipo 1 e 2: bases fisiopatológicas - importância e orientação**, 2017. Diabetes na prática clínica, 2017. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/ebook/component/k2/item/75-capitulo-8-atividade-fisica-no-diabetes-tipo-1-e-2-bases-fisiopatologicas-importancia-e-orientacao>. Acesso em: 06 Mar. 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Complicações, neuropatia diabética**, 2017. Disponível em: <http://www.diabetes.org.br/publico/complicacoes/neuropatia-diabetica>. Acesso em: 13 Mar. 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Manual de nutrição para o profissional da saúde**, 2011. Disponível em: [http://www.diabetes.org.br/attachments/550\\_Manual\\_Nutricao\\_profissional7.pdf](http://www.diabetes.org.br/attachments/550_Manual_Nutricao_profissional7.pdf). Acesso em 20 Fev. 2017.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA. **10 coisas que você precisa saber sobre o pé diabético**, 2016. Disponível em: <http://www.endocrino.org.br/10-coisas-que-voce-precisa-saber-sobre-pe-diabetico/>. Acesso em: 08 Fev 2017.



## XII Semana Acadêmica de Educação Física XI Encontro Técnico-Científico

SOCIEDADE BRASILEIRA DE NEFROLOGIA. **Nefropatia Diabética**, 2015. Disponível em: <http://sbn.org.br/?s=nefropatia+diab%C3%A9tica&publico=>. Acesso em: 08 Fev. 2017

SOUZA, Tania Theodoro de, SANTINI, Luciana, WADA, Silvia Ayumi, VASCO, Carolina Ferreira, KIMURA, Miako. Qualidade de vida da pessoa diabética, 1997. **Rev. Esc. Enf. USP**. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v31n1/v31n1a12>. Acesso em: 24 Mar. 2017.

SPARAPANI, V. C.; BORGES, A. L. V.; DANTAS, I. R. O.; PAN, R.; Lucila Castanheira Nascimento. **A criança com diabetes mellitus tipo 1 e seus amigos**: a influencia dessa interação no manejo da doença, 2012. Revista Latino-Americano de enfermagem. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692012000100016&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692012000100016&script=sci_arttext&tlng=pt) . Acesso em: 21 Fev. 2017.

TORRES, Veridiana Ferreira; TAPIA, Leticia Spina. **Escola inclusiva** – o aluno com diabetes, o que o professor precisa saber? Projeto creche segura, 2017. Disponível em: <http://www.crecheseadura.com.br/escola-inclusiva-o-aluno-com-diabetes-o-que-o-professor-precisa-saber/>. Acesso em: 21 Fev. 2017.

TRENTINI, Mercedes, SILVA, Denise Guerreiro V. da, LEIMANN, Artur Henrique. **Mudanças no estilo de vida enfrentadas por pacientes em condições crônicas de saúde**, 1990. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/RevistaGauchadeEnfermagem/article/view/3943>. Acesso em: 24 Mar. 2017.

TURRATTI, Cristini da Rosa. A escola e o aluno com diabetes mellitus tipo 1 : o que se tem para conhecer? **IX AMPED Sul**. Seminário de Pesquisa em Educação da região Sul, 2012. Disponível em: [http://www.portalanpedsul.com.br/admin/uploads/2012/Educacao\\_Fundamental/Trabalho/12\\_11\\_11\\_2033-6738-1-PB.pdf](http://www.portalanpedsul.com.br/admin/uploads/2012/Educacao_Fundamental/Trabalho/12_11_11_2033-6738-1-PB.pdf). Acesso em: 17 Fev. 2017.

WHATSON, S. **Long-Acting Insulin**: How It Works. Revisão médica por Bliss, S. J. 2016. Disponível em: [http://www.healthline.com/health/diabetes/long-acting-insulin?utm\\_source=Sailthru%20Email&utm\\_medium=Email&utm\\_campaign=diabetes#Side-effects5](http://www.healthline.com/health/diabetes/long-acting-insulin?utm_source=Sailthru%20Email&utm_medium=Email&utm_campaign=diabetes#Side-effects5). Acesso em: 21 Mar. 2017.

## **O POLE DANCE COMO PRÁTICA ESPORTIVA NA ESCOLA**

Autor 1: José Carlos do Nascimento<sup>1</sup>

Autor 2: Deyvid Tenner de Souza Rizzo<sup>2</sup>

Autor 3: Ana Paula Moreira de Sousa<sup>3</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

O estudo objetiva demonstrar a importância de ensinar o esporte na escola e justificar a presença do Pole Dance enquanto uma prática esportiva escolar. Percebe-se que a sociedade possui uma visão rotulada sobre este esporte, e o mesmo não é incentivado no âmbito escolar. Será que faz sentido essa recusa? O que o Pole Dance pode propor para os seus praticantes? É possível ser praticado na escola? Foram realizados estudos bibliográficos acerca do esporte Pole Dance e Pedagogia do Esporte, e ficou evidenciado que a sua prática é possível no contexto escolar e pode trazer inúmeros benefícios corporais, mentais e sociais, aumentando a perspectiva de saúde e desempenho motor em que o pratica.

**PALAVRAS-CHAVE:** escola; esporte; Pole Dance.

### **1. INTRODUÇÃO**

O estudo objetiva defender a prática do esporte Pole Dance na escola, cujo no ano de 2016 tornou-se um esporte confederado, em que possivelmente estará nos próximos Jogos Olímpicos de 2020, em Tóquio no Japão.

O Pole Dance é um esporte praticado em uma barra vertical, cuja finalidade é o praticante manter-se equilibrado nela, em que seu tamanho varia entre 2 e 3 metros de altura e 25 mm de circunferência. O objetivo é executar movimentos acrobáticos, acompanhados de ritmo e música, transparecendo que a barra e o praticante são um único corpo, que trabalham de forma harmoniosa. Além da barra, a prática é acompanhada de músicas e roupas específicas. (MUNDOPOLE, 2011).

Embora pareça fácil, esse esporte requer muita força, equilíbrio e concentração. E tudo isso deve-se agregar a leveza de movimentos, para que se tenha a alusão de que o indivíduo passeia sobre a barra. Em muitos países o Pole Dance é considerado um elemento da ginástica rítmica, pois comparam sua prática com barras simétricas, que são realizadas por ginastas. (MOURA; GONÇALVES; URBINATI, 2017).

---

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul.

<sup>2</sup> Doutor em Ciências do Desporto pela Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, Portugal, docente do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul e orientador da pesquisa.

<sup>3</sup> Mestre em Educação, docente do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul e coorientadora da pesquisa.

De certa forma é possível afirmar que há semelhança entre ambos, contudo o que difere eles é: o Pole Dance trabalha acrobacias e danças com sensualidade e as barras simétricas devem demonstrar a perfeição de execução dos movimentos pré-estabelecidos (MOURA; GONÇALVES; URBINATI, 2017).

Conforme pesquisas bibliográficas feitas acerca deste esporte, verificou-se que o mesmo é praticado por crianças no Brasil, afim de buscar resultados no desenvolvimento corporal, porém o que muitos não sabem é que o Pole Dance traz consigo outros benefícios, além do desenvolvimento estrutural, quais sejam: ritmo, em que os praticantes fazem transições de movimentos acompanhados de pensamentos mais acelerados; equilíbrio, em que conseguem ter um domínio maior sobre o seu corpo; força e resistência, fortalecendo seus músculos em exercícios que requer manutenção de certo tempo em uma determinada posição na barra (Whitehead e Kurz, 2009).

Deste modo, o esporte Pole Dance pode ser considerado como uma prática esportiva, que engloba as competências necessárias para o desenvolvimento da criança, e se trabalhado de uma forma lúdica, pode satisfazer as necessidades básicas deste sujeito, que é aprender brincando.

## 2. METODOLOGIA

A metodologia caracterizou-se como um estudo bibliográfico, em que se busca dar resposta ao problema formulado a partir da análise de produções do referencial teórico sobre a temática investigada. Tem um caráter inventariante e descritivo.

A coleta de informações foi realizada através de artigos científicos que abordam sobre o tema Pole Dance e Pedagogia do Esporte. Para adquirir as respostas, foram levantadas hipóteses acerca desta prática no âmbito escolar, tais como: O que o Pole Dance pode significar para os alunos? Há a possibilidade de desenvolvê-lo no âmbito escolar?

A pesquisa foi motivada pelo fato de não haver publicações acerca do assunto na escola, a fim de construir um parâmetro aceitável a respeito do esporte não tradicional e os seus benefícios nesta instituição de ensino. Logo, trata-se de uma pesquisa original.

### 3. POLE DANCE: HISTÓRIA E PEDAGOGIZAÇÃO

Para compreendermos o Pole Dance é necessário conhecermos sua história, que dá-se a partir do século XII, em que originou-se o *Mallakhamb* (homem de força), uma espécie de ioga praticado num poste de madeira e com cordas, ginástica tradicional indiana (MALLKHAMB INDIA, 2006).

O mesmo também é relacionado ao Pole Dance *Mallastambha* (que significa “ginástica do pilar”), em que praticantes de luta livre ganhavam massa muscular. O *Mallastambha* não é mais praticado atualmente. O *Mallakhamb* do poste (pole) ainda é praticado por homens e meninos e o *Mallakhamba* da corda é praticado por mulheres e meninas (MALLKHAMB INDIA, 2006).

O Pole Dance teve sua origem em 1920, no ápice da Grande Depressão Americana. *Tour Fair Shows* (que se originaram do negócio dos tours de circo) viajavam de cidade em cidade divertindo as multidões. Como parte do espetáculo principal, também existiam outros *shows* paralelos em tendas pequenas ao redor do circo principal (Holland, 2010; Parizzi, 2008).

Uma das tendas mais famosas era conhecida como o *show* erótico das dançarinas *Hoochi Coochi*. A palavra “Hoochi Coochi” se originou do movimento que as dançarinas faziam com o quadril. As garotas dançavam sugestivamente em um palco pequeno em frente às multidões de assobios. Por causa do tamanho das tendas, o poste que segurava a tenda ficava próximo dos pequenos palcos e as dançarinas começaram a se aproximar dos postes e a dançar com eles (Holland, 2010; Parizzi, 2008).

O poste das pequenas tendas tornou-se conhecido como o poste de dança que ainda existe hoje (no entanto, de uma forma mais tecnicamente e socialmente aceitável). O estilo burlesque se originou no início da Era Vitoriana (1840) e é um estilo que está relativamente ligado à Comédia *Dell'arte* (em que os personagens principais carregavam um burle - um bastão com a ponta almofadada – que era usado para bater nos outros personagens com uma finalidade cômica (origem da comédia *slapstick*), (Parizzi, 2008).

A *Comédia Dell'arte* foi a fonte para quase tudo que se vê hoje em entretenimento (como balé, marionetes, ópera, teatro, tableau erótico, mímica, entre outros). O famoso *Moulin Rouge* em Paris (desde 1889) teve uma função essencial na disseminação do estilo buslesque sensual e no desenvolvimento da indústria erótica, que contava com *performances* de artistas que vinham de todos os cantos do mundo para dançar no *Moulin Rouge* e ganhar a vida (Parizzi, 2008).

O Pole Dance se desenvolveu gradualmente, desde as tendas de circo até os bares, como o estilo burlesque, dos anos de 1950. O primeiro registro do Pole Dance como conhecemos atualmente foi em 1968 com a *performance* de *Belle Jangles* no Clube de *Striptease Mugwump*, em Oregon (POLE DANCE BRASIL, 2015).

O Pole Dance Moderno começou a ser documentado somente a partir dos anos 1980 no Canadá. Entre os anos de 1960 e 1970 muito pouco aconteceu em relação a ele e pouco se documentou, e foi quando o *striptease* e *poledancing* se tornaram populares no Canadá e nos Estados Unidos (Parizzi, 2008).

No decorrer do tempo, outros estilos de dança passaram por dificuldades para obter o reconhecimento e respeito que mereciam. Antes de serem abertamente reconhecidos, estilos de dança como o *Ballet*, a Salsa, o Tango e a Dança do Ventre, eram consideradas fundamentos na sexualidade e na luxúria, e sofreram criticismo durante anos (MUNDOPOLE, 2011).

A história do *Ballet* revela que, a princípio, mulheres não eram permitidas de dançar, mesmo que muitas escrituras mais recentes negam este fato. O Tango nasceu na França e se desenvolveu na Argentina, através de uma maneira de autoexpressão de rebeldia e se originou nos bordéis de Buenos Aires. Nos anos de 1990 testemunharam *Fawnia* (canadense), praticando o Pole Dance, trazendo a realidade para as mulheres comuns, que começaram a aprender a modalidade como uma maneira de manter a forma. *Fawnia* produziu o primeiro DVD com instruções de Pole *Fitness* e dança (MUNDOPOLE, 2011).

A partir do ano 2000, o Pole Dance se desenvolveu em gêneros diversos, do exótico ao Pole *Fitness* evoluído em 2006, que permitiu as mulheres comuns utilizarem-se da técnica dentro das suas rotinas diárias *fitness* (MUNDOPOLE, 2011).

Mais recentemente, o *Cirque du Soleil* passou a utilizar *performances* baseadas nos poles chineses. Inspirado no *Cirque du Soleil*, homens também começaram a utilizar a técnica dos poles chineses e possuem números acrobáticos em *shows* pelo mundo. Assim como o *Mallakhamb* e o *Pole Dance*, os poles chineses também se utilizam do atrito entre pele e equipamento (CIRQUE DU SOLEIL, 2014).

A diferença do pole chinês é que a pele deve estar coberta, pois o pole é composto por uma camada de borracha áspera que permite fixação. Muitas técnicas suas são parecidas, no entanto as coreografias não possuem tanta fluência como as do Pole Dance. (CIRQUE DU SOLEIL, 2014).

Na área circense é possível possuir muitos pontos em comum com as técnicas de Pole Dance. Entre elas, as técnicas da corda bamba (que possui origens no *Mallakhamb*) e as técnicas de acrobacia em tecido. (MUNDOPOLE, 2011).

Levando em consideração que a mentalidade e atitude das pessoas em relação ao Pole Dance tem mudado aos poucos, contudo, mesmo quando se referem ao Pole Dance como Pole *Fitness*, ainda existe uma relutância em relação ao público em geral em aceitar o Pole Dance como uma atividade física ou esportiva. (OLIVEIRA, 2016).

O Pole Dance atualmente constitui uma modalidade de exercício físico e dança que envolve movimentos com e ao redor de uma barra vertical de metal polido. Essa modalidade incorpora movimentos de ginástica olímpica, movimentos livres, *ballet* e dança contemporânea, em dimensões diferentes, que incluem posições estáticas e em movimento, usando a barra e fora da barra. A atividade do Pole Dance desenvolve a força dos membros superiores e inferiores, das costas e área abdominal e firma todos os músculos, utilizando o próprio corpo como resistência.

Para contextualizarmos o Pole Dance na escola é necessário que tenhamos uma visão pedagógica dele, visto que:

A pedagogia é o campo do conhecimento que se interessa pelo estudo da teoria e da prática da educação; da prática educativa concreta que se realiza. Podemos analogicamente compreender pedagogia como o homem descrito por Freire, que vive simultaneamente três vidas: “o homem cria o passado e o futuro. Vive três vidas ao mesmo tempo. Transforma o passado em presente, projetando-o no futuro”. A pedagogia se ocupa daquilo que foi produzido pela humanidade ao longo de sua historicidade. E vivendo o homem que criou o passado no presente, a pedagogia analisa, interpreta e compreende a problemática educativa, para selecionar diretrizes no presente, que sejam orientadoras da ação educativa, projetando no futuro ingredientes para a configuração da atividade humana por meio da prática educativa concreta, em busca de um ideal pedagógico capaz de realizar nos sujeitos humanos a formação humana, por meio de saberes e modos de ações sistematizadas e organizadas culturalmente. Um processo de reflexão capaz de levá-los ao conhecimento. (SCAGLIA, 1999; REVERDITO; SCAGLIA, 2009).

Na ótica da Pedagogia do Esporte, o tratamento educacional da prática esportiva tem sido marcado por transformações significativas nos dias atuais, as quais começam pela análise da natureza do jogo, gestão das informações e procedimentos aplicados no âmbito da intervenção, da iniciação, especialização, evolução da *performance*, vivência, recursos, instrumentos e principalmente o processo de ensino dos esportes em geral (BETTEGA *et al*,

2015; GALATTI *et al.*, 2014; MESQUITA, PEREIRA, GRAÇA, 2009; REVERDITO, SCAGLIA, MONTAGNER, 2013; SADI, 2010; SOARES, MILLEN NETO, FERREIRA, 2013).

A pedagogia se interessa pelo conhecimento historicamente produzido pelo sujeito, ao longo de sua existência. E, logo, se interessa pelas práticas esportivas corporais, pois o esporte é um fenômeno social; é uma criação do homem, que surgiu e se desenvolveu simultaneamente com a civilização. Logo, “feito pelos homens, o desporto está aí para nos fazer” (BENTO, 2006, p. 14).

Para compreendermos o Pole Dance como uma prática esportiva é necessário que conheçamos sua história, entendamos o que ele é no presente e o que ele pode nos proporcionar no futuro. Sendo assim, analisamos o Pole Dance como uma prática que no passado seria somente um tipo de dança que direcionava a sedução e o lazer para quem o assistia.

Entretanto, recentemente trata-se de uma prática esportiva, em que sua finalidade traz a satisfação do próprio ego e no futuro uma prática que pode auxiliar no desenvolvimento corporal e social e que se aplicada na escola com a pretensão de desenvolver a prática esportiva, pode ser um elemento ou um recurso inovador e criativo.

A caracterização da abordagem em Pedagogia do Esporte se faz por meio da pedagogia, com o objetivo de transcender a simples repetição de movimentos, permitindo uma iniciação e formação esportiva consciente, crítica e reflexiva, fundamentada sobre os pilares da diversidade, inclusão, cooperação e autonomia, sustentando sua prática pedagógica sobre o movimento humano, as inteligências múltiplas, aspectos psicológicos, princípios filosóficos e aprendizagem social. A estratégia-metodologia está condicionada à essencialidade complexa do jogo, em que o jogar somente se aprende jogando. Desse modo, a aprendizagem dos jogos se faz por meio do Jogo Possível – atividades lúdicas, jogos pré-desportivos e brincadeiras populares, tornando-se jogos reduzidos, jogos condicionados e situacionais, envolvidos por um ambiente fascinante e estimulador. Sua fundamentação faz-se sobre o pensamento sistêmico, no seio do construtivismo e da teoria das inteligências múltiplas, na perspectiva de compreender o sujeito a partir de suas capacidades potenciais na dimensão de sua totalidade (PAES; BALBINO, 2005).

Compreendemos que a prática esportiva carrega consigo uma importância além das competências motoras que ela traz, ela possui uma importante função social no desenvolvimento do ser, ela nos demonstra o que o aluno ao praticar o esporte agrega conhecimentos críticos e reflexivos, que o auxiliam a compreender a sociedade como uma

sendo inclusiva e cooperativa, ou seja, auxilia ele a tornar-se um cidadão o qual a sociedade busca ter como componente.

O processo ensino-aprendizagem pode ser visto como um sistema constituído pela interação de três componentes - professor, aluno e matéria - que tem por meta promover mudanças efetivas nos comportamentos, capacidades e competências do aluno, ou seja, aquisição de novos conhecimentos, habilidades, atitudes e valores. Como é amplamente conhecido, o sistema pode ser definido como um conjunto de elementos em interação, ou ainda como uma unidade complexa constituída de subunidades que cooperam e preservam sua configuração de estrutura. Para que a meta de um sistema possa ser alcançada, os seus componentes desempenham diferentes papéis. No processo ensino-aprendizagem, o papel do professor implica, num primeiro plano, estabelecer relação entre o aluno e a matéria de ensino. Isto é, selecionar e propor um conteúdo adequado às características, necessidades, expectativas e interesses dos alunos; adequado no sentido de estar um pouco além das capacidades e competências já adquiridas e ser suficientemente desafiador para despertar a motivação e o entusiasmo para a aprendizagem (TANI *et al.*, 2012).

Observamos que no ensino do esporte o professor deve propor aos seus alunos novidades constantemente, para que possam desenvolver de forma ampla suas capacidades e competências, ou seja, propor ao aluno a máximo possível de experiências e vivências novas, para que ele tenha um amplo conhecimento acerca de muitos esportes, o que possibilita sua inserção em diversos grupos sociais.

Visto tudo isso, é mais que possível aplicar o Pole Dance na escola, pois o mesmo abrange as qualidades pedagógicas esportivas citadas acima. O único desafio é caracterizá-lo como um conteúdo pedagógico, com uma programação de iniciação, mediação e finalidade, também deixar claro seus objetivos (MOURA *et al.*, 2015). Esses autores elaboraram uma proposta metodológica para o ensino do Pole Dance *Fitness* na infância e adolescência (ver quadro abaixo).

**Quadro 1** - Proposta metodológica para o ensino do Pole Dance

Nível	Competências
<b>Básico</b>	Base de força, flexibilidade e coordenação motora, posição de mãos, tronco e membros, preparação para o próximo nível.
<b>Intermediário</b>	Inversões (acrobacias)
<b>Avançado</b>	Movimentos conjugados, combinação de acrobacias
<b>Profissional</b>	Trabalho máximo de todas as competências, exige o grau máximo de habilidade.

Fonte: (MOURA *et al.*, 2015).

No nível de ensino básico são trabalhados exercícios de fortalecimento corporal e a aproximação do aluno com a barra, propondo a primeira interação entre o aluno e o esporte. Neste nível é ensinado ao aluno como segurar na barra e como girar em volta dela, também são realizadas atividades para agregar mais resistência física ao aluno após realizada essas tarefas e o professor pode identificar o desempenho dos seus alunos e passar para o nível que é o intermediário (MOURA; GONÇALVES; URBINATI, 2017).

No intermediário, o aluno que já estará íntimo da barra, começará a realizar manobras, e acrobacias, é fundamental que nesta parte do ensino o professor tenha o maior cuidado com o seu aluno, para que não ocorra possíveis acidentes, é de extrema importância que o aluno tenha confiança no professor e em si, para realizar as tarefas deste nível (MOURA; GONÇALVES; URBINATI, 2017).

No nível avançado, o aluno realiza giros e inversões na barra, tendo ritmo, onde haja o entendimento de que o aluno passeia por ela. No nível profissional são trabalhadas todas as competências. Neste nível o aluno demonstra toda sua habilidade e altruísmo no esporte, tornando a interferência do professor rara. É neste nível que damos conta de que o aluno domina o esporte por completo (MOURA; GONÇALVES; URBINATI, 2017).

É possível trabalhar o Pole Dance de modo construtivo e incentivador, pois quando expomos aos alunos que a prática possui níveis de execução, os mesmos se motivarão a alcançar o nível máximo, pois é natural do homem almejar o ponto mais significativo possível dentro da sociedade e no caso dos alunos, dentro da escola.

Para realizar este esporte, o professor necessita do apoio da escola e da comunidade, sendo assim também é válido a busca pelo conhecimento deste, pois para ensinar é necessário ter noções sobre o esporte, pois da mesma forma que o professor ensina o futebol, voleibol e basquetebol, ele pode ensinar o Pole Dance, o que é necessário é ter apoio, espaço e vontade de querer inovar as práticas esportivas na escola.

Vale lembrarmos que a motivação deve partir dos alunos ao esporte e influências de outros, que no caso do professor. Contudo, é necessário apresentá-lo de uma maneira lúdica, em que primeiramente ressalta-se a diversão e o lazer, pois a criança ou adolescente aprende brincando.

Portanto, se expormos o Pole Dance como um esporte tecnicista, aqueles alunos que possuem um grau menos elevado de coordenação motora não vão se interessar em fazê-lo, correndo o risco do Pole Dance se reduza nos conceitos de outros esportes tradicionais.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Notamos que o grande desmotivador da prática do Pole Dance é o pré-conceito social por parte de pessoas que conhecem somente uma face estereotipada, a face da sedução e da erotização. Esse pré-conceito impede a sua inclusão na escola, pois os administradores e até mesmo os professores temem por possíveis represálias da comunidade. É difícil a aceitação do novo, pois o mesmo aos olhos dos leigos é tratado como um possível risco a Educação dos alunos na escola. Por isso apregoamos a necessidade da pedagogização desse esporte.

Tudo começa a partir da reeducação da sociedade, porém é difícil ensinar, reeducar aqueles que estão fora do âmbito escolar, por isso devemos começar a fazer um trabalho a longo prazo, com os alunos dentro da escola, formando cidadãos autônomos, com opiniões críticas e reflexivas sobre as novas práticas esportivas, como por exemplo o Pole Dance inserido na comunidade escolar.

## REFERÊNCIAS

BETTEGA, O. B. Pedagogia do esporte: o jogo como balizador na iniciação ao futsal. **Pensar Prát. (Impr.)**, p. 487 - 501, 2015. [www.revistas.ufg.br](http://www.revistas.ufg.br), 2015

GALATTI, L. R. *et al.* Sport pedagogy: tension in science and teaching of collective sports games. **Revista da Educação Física / UEM**, v. 25, n. 1, p. 153 - 162, mar. 2014. <http://www.scielo.br>

MEDEIROS, M. **Metodologia da pesquisa na iniciação científica**. Goiânia: E.V. Goiânia: E.V., 2006. [portalrevistas.ucb.br](http://portalrevistas.ucb.br)

MESQUITA, I. M. R.; PEREIRA, F. R. M.; GRAÇA, A. B. S. Modelos de ensino dos jogos desportivos: investigação e ilações paraa prática. **Motriz Rev. Educ. Fís. (Impr.)**, v. 15, n. 4, p. 944–954, dez. 2009. [/www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br](http://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br)

MOURA, G; GONÇALVES, V.C; URBINATI, K.S: Proposta metodológica para o ensino do pole dance fitness na infância e adolescência. **Revista Digital EFDeportes.com**. Buenos Aires, ano 20, n. 207, ago. 2015. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>.

OLIVEIRA, A.K.S. **Pole Dance: Conceitos e aproximações com os estudos de Rudolf Laban**. Universidade Federal do Rio Grande do Norte/Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Curso de Licenciatura em Dança, 2016. [monografias.ufrn.br](http://monografias.ufrn.br)

REVERDITO, R. S.; SCAGLIA, A. J.; MONTAGNER, P. C. **Pedagogia do esporte: aspectos conceituais da competição e estudos aplicados**. São Paulo: Phorte, 2013. [www.saraiva.com.br](http://www.saraiva.com.br)



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

REVERDITO, R.S; SCAGLIA, A.J; PAES, R.R: Pedagogia do esporte: panorama e análise conceitual das principais abordagens. **Revista Motriz**, Rio Claro, v.15 n.3 p.600-610, jul./set. 2009. Disponível em: [universidadedofutebol.com.br](http://universidadedofutebol.com.br)

RIZZO, D. T. de S. *et al.* Educação Física escolar e esporte: significações de alunos e atletas. **Pensar a Prática**, v. 19, n. 2, jun. 2016. Disponível em: [www.revistas.ufg.br](http://www.revistas.ufg.br)

SADI, R. S. **Pedagogia do esporte: descobrindo novos caminhos**. São Paulo: Ícone, 2010.

SOARES, A. J. G.; MILLEN NETO, A. R.; FERREIRA, A. DA C. A pedagogia do esporte na educação física no contexto de uma escola eficaz. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, n. 2, p. 297–310, jun. 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br>

TANI, G; BASSO, L; CORREA, U.C. O ensino do esporte para crianças e jovens: considerações de uma fase do processo de desenvolvimento motor esquecida. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esporte**, São Paulo, v. 26, n. 2, p. 339 -350, abr./jun. 2012. Disponível em: [www.revistas.usp.br](http://www.revistas.usp.br)



## **AVALIAÇÃO NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE CRIANÇAS PRATICANTES DE HANDEBOL**

Autor 1: Alexsandro Anunciação Santos<sup>1</sup>;

Autor 2 : Raphael Oliveira Ramos Franco Netto<sup>2</sup>

Autor 3: João Antônio da Silva Barbosa.<sup>3</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

O objetivo deste artigo é analisar o desenvolvimento motor na modalidade esportiva handebol. Nos fundamentaremos a partir dos autores Gallahue, Ozmun e Goodway, Magill, Schmidt, Wrisberg, que abordam sobre esta temática. Trata-se de uma revisão bibliográfica acerca do tema, baseada em literaturas de bancos de dados e revistas. Deste modo, o foco principal é analisar juntamente com os autores, se o treinamento de handebol pode ou não influenciar nas habilidades especializadas e fundamentais dos alunos, ou até mesmo aperfeiçoar as habilidades que os mesmos já possuem. Para isso, utilizaremos a escala de Rosa Neto, com as seguintes habilidades: coordenação viso-manual, coordenação motora global, equilíbrio, esquema corporal, organização espacial, organização temporal e lateralidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aluno; Desenvolvimento motor; Handebol.

### **1. INTRODUÇÃO**

O desenvolvimento motor é uma área ampla, com varias definições. Neste artigo colocaremos as concepções de vários autores/pesquisadores como, Gallahue, Ozmun e Goodway, Magill, Schmidt, Wrisberg que abordam sobre esta temática para que se chegue a um consenso, desenvolvimento motor não esta voltado somente na maturação do desenvolvimento ao longo da vida, outros fatores são inclusos aspectos motores, psicológico, genético e ambiente. Certo que tudo isso é avaliado de forma a seguir idades, onde é separado por faixa etária e estágios, para maior entendimento.

Contudo, o desenvolvimento motor tem grandes valores na vida de todos, nesta fase que se inicia desde o primeiro reflexo na barriga da mãe até ao longo da vida, percebemos como um bom trabalho na fase inicial da criança faz toda a diferente com o passar dos anos. Este estímulo do ambiente influencia no desenvolvimento de cada um, devido que esta

---

<sup>1</sup> Acadêmico do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul.

<sup>2</sup> Docente do Curso Educação Física, das Faculdade Magsul.

recebendo um estímulo diferente, já uma criança que não receber nenhum estímulo durante sua fase inicial não terá a aquisição nas habilidades de movimento.

Contudo partindo deste princípio surgiu uma inquietação, esta aconteceu ao ter um olhar mais centrado a respeito deste tema, percebemos que muitas crianças têm dificuldades em relação ao desenvolvimento motor de acordo com sua idade. Sendo assim o intuito desta pesquisa é investigar se a modalidade esportiva handebol pode ou não influenciar no desenvolvimento motor dos praticantes de handebol com o auxílio de uma escala de desenvolvimento motor de Rosa Neto.

## 2. METODOLOGIA

Esta pesquisa foi baseada na análise da literatura disponível em capítulos de livros e bases de dados para visualização on-line, tais como: BIREME, PubMed, SciELO e LILACS.

Foi realizada uma revisão da literatura, com o qualitativo e preliminar seleção dos artigos na sua totalidade, concentrando diretamente ao tema e todos reconhecidos pelo portal QUALIS/CAPES e classificados com estrato entre A2 e B5 (o ano-base de referência no portal corresponde ao ano de 2016).

As palavras-chave utilizadas foram: desenvolvimento motor, habilidades motoras, handebol, atividade física. O período utilizado para a pesquisa foi 1990-2016. Todos os trabalhos que realçavam tal relação foram considerados para análise e discussão neste artigo.

## 3. UM BREVE HISTÓRICO DO DESENVOLVIMENTO MOTOR

As habilidades motoras estão presentes em totalidade em nossas vidas como, por exemplo, (arremessar, correr, saltar, etc.), coisas que necessitamos e utilizamos corriqueiramente, fazemos tudo de maneira automatizada, sem se quer saber como funciona ou de que maneira foi que adquirimos. O meio ambiente e os estímulos podem vir a interferir no desenvolvimento motor de cada um.

E, contudo ao falarmos sobre o histórico do desenvolvimento motor, as pesquisas feitas anteriormente eram muito mais restritas a ele ignorando o desenvolvimento cognitivo e afetivo, sendo assim os primeiros estudos sobre o tema foi dado por psicólogos e segundo Gallahue (2013, p. 21) “é natural que esse tema tenha sido observado e tenha influência de outras áreas”.

Todavia Gallahue em seus estudos afirma que as pesquisas mais relevantes foram realizadas pelos maturacionistas Arnold Gesell (1928) e Myrtle McGRsw (1935), em que eles

defendiam que o desenvolvimento é processos biológicos inatos, que resultam em uma sequência universal de aquisição das habilidades de movimento para bebês (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013, p.23). Assim sendo, mesmo que o ambiente influencie, as características do genótipo prevaleceriam, na pesquisa de Gallahue ele cita dois autores (GESELL; THOMPSON, 1929,1934; MCGRAW, 1935,1940, 2013, p. 24) que confirmam:

[...] Se para dois bebês com conjunto de gene idênticos fossem dadas experiências diferentes, seria possível demonstrar a influência relativa tanto da hereditariedade como do ambiente sobre aprendizado de habilidades específicas, incorporadas no design do estudo. Os resultados de seus estudos mostraram que, embora a taxa de aquisição das habilidades de movimento selecionadas pelo gêmeo treinado tenha sido mais rápida do que do gêmeo não treinado, a sequência não variou e a vantagem de um sobre o outro durou pouco.

Ainda nos estudos de Gallahue; Ozmun e Goodway (2013), a primeira pesquisa sobre o desenvolvimento padrão foi feita por Monica Wild em 1938, onde observou o arremessar em crianças de idade escolares. Posteriormente a este estudo houve pouco descaso no interesse de pesquisa a respeito do desenvolvimento motor. Logo após a Segunda Guerra Mundial surgiu três pesquisadores do desenvolvimento motor, formados em Educação física onde estavam interessados na compreensão do desenvolvimento motor em suas atividades.

A partir dos estudos desses pesquisadores permitiu se compreender que os indivíduos possuem estágios de desenvolvimento de suas funções psicomotoras, essas que estão relacionadas as suas faixas etárias, além do que, foi considerado que cada pessoa possui habilidades motoras diferentes, que se evoluem de acordo com as necessidade de cada um, em decorrentes períodos de tempo. E que existem processos causadores de alteração no comportamento motor ao longo da vida dos seres humanos (ROSSI, 2012, p. 5).

Inclusive, se os professores tiverem um breve conhecimento sobre o desenvolvimento motor será bem mais fácil montar atividades para cada faixa etária, assim trabalhando as habilidades exigidas em cada atividade. “Ao entender o desenvolvimento motor, o ser humano está aprimorando o autoconhecimento” (GABBARD, 2000, *apud* UNESCO).

Seguindo ainda a linha de pesquisa de Gallahue, Ozmun e Goodway (2013), a partir de 1960, que os estudos do desenvolvimento motor cresceu com regularidade, através de

Lolas Halverson e seus estudantes reavivou o interesse pela investigação de crianças, e em 1980 e 1990, a ênfase do estudo mudou de forma drástica. Em vez de continuar na mesma linha de pesquisa normativa/descritiva, os pesquisadores passaram a enfatizar outra vez a compreensão dos processos subjacentes. Entretanto, eles não se propuseram a focar ao produto do desenvolvimento, que vinha sendo seguidos há três décadas anteriores.

Para Clark e Whitall ( 1989, *apud* GALLAHUE; OZMUN E GOODWAY, 2013, p. 25):

O período que vai desde a década de 1930 até a Segunda Guerra Mundial pode ser caracterizado como “maturacional”, enquanto os anos de 1946 até a década de 1970 seriam o “período normativo/descritivo” no estudo do desenvolvimento motor. A partir da década de 1980 até os dias de hoje temos o “período orientado para o processo”.

Percebemos que ocorreram grandes mudanças na pesquisa a respeito do desenvolvimento motor, só que ao passar dos anos o estudo que mais se sobressaiu foi o período orientado para o processo, onde há “a explicação dos processos que causam mudanças no comportamento motor ao longo do tempo” (GALLAHUE; OZMUN e GOODWAY, 2013, p. 25).

### 3.1 DEFINIÇÕES DESENVOLVIMENTO MOTOR

Ao falarmos de definições de desenvolvimento motor, pensamos em evolução, certo que evolução é sinônimo de desenvolvimento, contudo é algo que adquirimos com o passar dos anos. Nos estudos de Isayama; Gallardo (1998, p. 76) é pontuado:

O desenvolvimento motor tem sido, ao longo do tempo, utilizado para tentar entender aspectos relacionados ao desenvolvimento humano. A origem dos estudos, em desenvolvimento motor, deu-se com o intuito de entender o desenvolvimento cognitivo a partir do movimento e não com o interesse de entender as mudanças no comportamento motor. Gradualmente, o desenvolvimento motor tornou-se uma área de interesse dos profissionais da educação física, que buscavam, e ainda buscam contribuir para o entendimento do desenvolvimento humano como um todo.

Já no ano de 2013 Gallahue; Ozmun e Goodway definiram desenvolvimento motor como “[...] um processo contínuo que começa na concepção e cessa com a morte. Ele envolve todos os aspectos do comportamento humano e, em consequência, só pode ser separado em domínios, estágios ou faixa de forma artificial” (p.22).

Marques *et al.*, (2013) afirmam que “o desenvolvimento motor dá-se por um processo contínuo de alterações no nível de funcionamento do indivíduo, adquirindo, ao longo do tempo, uma maior capacidade de controlar movimentos.”

Com isso entendemos que o desenvolvimento motor não para, sempre será contínuo de maneira progressiva, não sendo subdividido, ele é caracterizado como um todo, só para estudos que se separam com o intuito de facilitar a compreensão. Dessa forma, Gallahue; Ozmun e Goodmay (2013, p. 30) salientam que “o desenvolvimento embora seja visto como o surgimento e ampliação da capacidade em um nível elevado têm de reconhecer que o conceito de desenvolvimento é muito mais amplo e que ele é um processo que se estende pela vida toda”.

O desenvolvimento motor pode ser estudado de três formas, com três métodos diferentes sendo método longitudinal, método transversal e método longitudinal misto. Método longitudinal procura explicar as mudanças de comportamento ao longo do tempo e envolve a demonstração gráfica dos vários aspectos do comportamento motor de um indivíduo ao longo de vários anos; Método transversal possibilita ao pesquisador coletar dados de diferentes grupos de pessoas e faixas etárias, em um mesmo momento no tempo, apresentando diferenças médias em grupos; Método longitudinal misto combina com os estudos transversal e longitudinal ele engloba todos os possíveis pontos de dados necessários a descrição das diferentes mudanças e das funções do desenvolvimento ao longo do tempo. E ainda Gallahue afirma que o ideal para pesquisas de comportamento motor ao longo do tempo é método longitudinal (GALLAHUE; OZMUN; GOODMAY, 2013).

Piaget (1996) ao falar de desenvolvimento, conceitua-o em 4 estágios. Os estágios da inteligência sensório-motora, que vai de 0 a 2 anos. Neste período a criança passa de ações de reflexos para ações sensório-motoras. Estágios de pré-operação, que vai deste os 2 aos 7 anos. Neste período a criança realiza suas primeiras tentativas desorganizadas. Estágios de operações concretas, que vai dos 7 aos 11 anos. Neste período a criança começa a parecer mais racional e bem organizadas em suas adaptações. E em último, o estágio das operações formais, que vai dos 11 a 15 anos. Durante este período ocorre uma reorganização nova e definitiva.

Percebemos que os autores mesmo com diferentes conceitos e nomenclaturas, por algum momento ou outro entram em acordo, devido que o tema desenvolvimento motor é algo muito amplo, então necessita de muitos outros estudos para se chegar a um consenso.

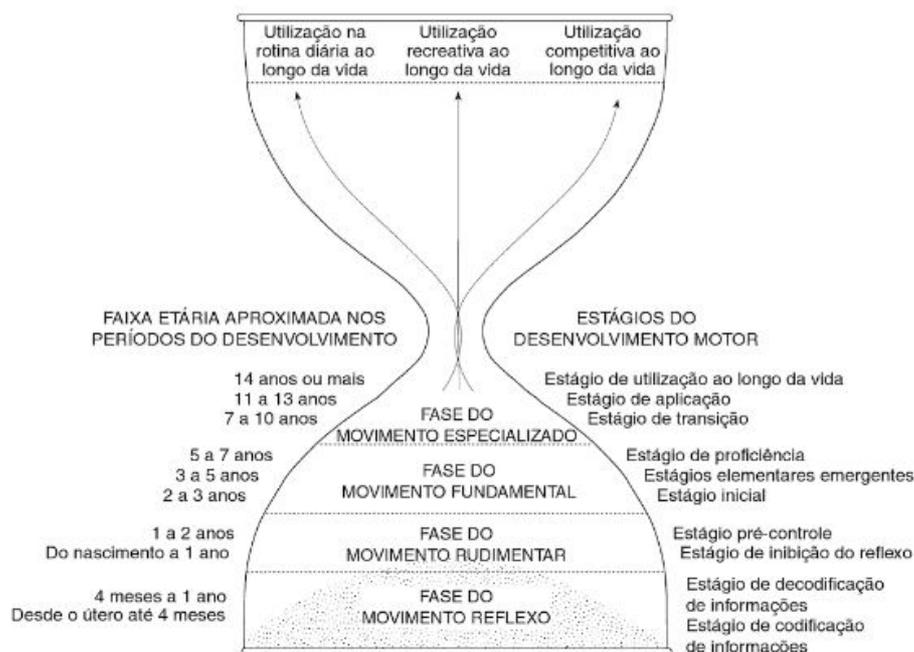
### 3.2 FASES E ESTÁGIOS DO DESENVOLVIMENTO MOTOR

Como dito acima, o desenvolvimento motor não depende apenas da maturação, mas da biologia, do comportamento e do ambiente. “O processo do desenvolvimento motor revela-se principalmente por mudanças dos movimentos ao longo do tempo” (GALLAHUE; OZMUN e GOODWAY, 2013, p. 67).

E segundo os mesmos autores, um dos modos básicos de observação é através do comportamento do movimento, pois através dele percebe-se as mudanças que estão ocorrendo no corpo humano e com isso facilita na observação do desenvolvimento motor.

Para maior entendimento, Gallahue; Ozmun e Goodway (2013) apresenta em sua obra em forma de ampulheta (figura 1), que se refere a uma representação das quatro fases e dos estágios correspondentes.

**Figura 1 - Fases do desenvolvimento motor**



**Fonte:** Gallahue (2013)

Fases do movimento reflexo: são os primeiros movimentos que o feto realiza. Movimentos reflexos são aqueles involuntários, controlados subcorticalmente e que formam a base das fases do desenvolvimento motor. Dentro desta fase esta está subdivida em Estágio de codificação e decodificação.

Estágio de codificação de informações (desde o útero até 4 meses): é a coleta de

informações da fase do movimento reflexo. Caracteriza-se pela atividade de movimento involuntário.

Estágio de decodificação de informação (4 meses a 1 ano) - é o processamento de informações da fase anterior que foram agrupados, a transição estado do reflexo para o compreensivo. Neste estágio a criança começa a interpretar e a compreender.

Fase do movimento rudimentar: os movimentos rudimentares são determinados pela maturação e são caracterizados por uma sequência de surgimento bastante previsível. São as primeiras formas de movimento voluntário, são movimentos rústicos, incompleto. A fase do movimento rudimentar esta subdivida em dois estágios.

Estágio de inibição do reflexo (do nascimento a 1 ano): considera-se que o estágio de inibição do reflexo da fase do movimento rudimentar começa ao nascimento, quando os reflexos dominam o repertório dos movimento do bebê, a partir daí que os movimentos começam a ser influenciados cada vez mais pelo córtex em desenvolvimento. É onde há eliminação dos reflexos, uma transição do estagio involuntário pra o voluntário.

Estágio pré – controle (1 ano a 2 anos): onde o bebê começa a ter maior precisão e controle desses movimentos. Neste estágio a criança aprende a adquirir e a manter equilíbrio, a manipular objetos e se locomover-se no ambiente.

Fase do movimento fundamental: essa fase onde as crianças estão ativamente em descobertas, exploração e experimentação. As habilidades locomotoras, como correr pular, as manipulativas, como arremessar e pegar, e as estabilizadoras, como caminhar sobre a barra e equilibrar-se em apenas um pé, são exemplos de movimentos fundamentais. Esta fase também esta subdivididas em estágio inicial, elementar e proficiente.

Estágio inicial (2 a 3 anos): este estágio representa as primeiras tentativas infantis orientadas para o objeto de executar uma habilidade fundamental. Começos dos movimentos com controle, coordenados.

Estágio elementares emergentes (3 a 5 anos): neste estágio envolvem a aquisição de maior controle e coordenação rítmica das habilidades do movimento fundamental.

Estágio de proficiente (5 a 7 anos): esta fase é caracteriza-se por performance mecanicamente eficientes, coordenadas e controladas.

E por último, a fase do movimento especializado (14 anos ou mais): é um produto da fase do movimento fundamental. Ao longo desta fase especializada, o movimento torna-se uma ferramenta aplicada a uma serie de atividades de movimento complexas para a vida diária, recreação e resultados esportivos. Neste período em que as habilidades de

estabilidade, locomoção e manipulação são progressivamente refinadas, combinadas e reelaboradas. Está subdividida em 3 estágio, sendo eles de transição, aplicação e utilização ao longo da vida.

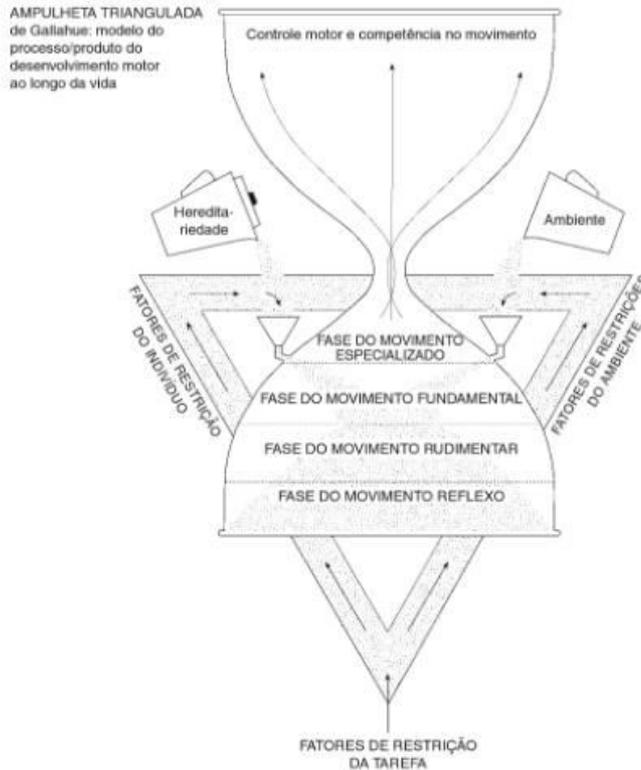
Estágio de transição (7 a 10 anos): neste estágio o indivíduo começa a combinar movimentos e habilidades motoras para executar em habilidades especiais em ambientes jogos e brincadeiras.

Estágio de aplicação (11 a 13 anos): diante deste estágio a um aumento na sofisticação cognitiva e da tomada de decisão.

Estágio de utilização ao longo da vida (14 anos ou mais): este estágio é considerado como ápice do processo do desenvolvimento motor e é caracterizado pelo uso do repertório adquirido ao longo da vida.

No desenvolvimento motor dizem ainda sobre os fatores que podem vir a influenciar que neste caso seriam fatores de hereditariedade e ambiente, encontrados em uma ampulheta de cabeça para baixo (Figura 2), em que os fatores hereditários você já traz consigo fator que não podem ser mudados, já os de ambiente pode ser adquirido, em que bebês, adultos, adolescentes ou adultos se tiverem um estímulo maior promoverá um maior aprendizado e habilidades.

**Figura 2** - Ampulheta Triangulada



**Fonte:** Gallahue (2013)

### 3.2 HABILIDADES MOTORAS E SUAS CLASSIFICAÇÕES

Ao falarmos em habilidades motoras, logo vem à mente (correr, pular, saltar, arremessar e etc.), não que este primeiro pensar esteja errado, mas as habilidades motoras perpassam isso, tendo várias classificações. Assim vejamos as concepções sobre as habilidades motoras:

Existem pelo menos duas formas de conceituar o termo habilidade motora. Primeiro você pode pensar a habilidade motora como uma tarefa, tal como dar uma cortada no voleibol, jogar sinuca ou destrinchar um peru. Vista assim, as habilidades motoras podem ser classificadas com base em uma variedade de dimensões ou de acordo com características proeminentes. A segunda forma de conceituar a habilidade motora é em termos da proficiência que a pessoa demonstra quando está executando um movimento, tal como Michel Jordan fazendo um arremesso no basquetebol (SCHMIDT; WRISBERG, 2008, p. 26).

Este primeiro autor classifica as habilidades de duas maneiras. No caso ele caracterizou as primeiras como características que se sobressai no indivíduo; a segunda é

habilidade motora que o indivíduo já tem conhecimento e tem certo domínio.

Segundo Magill (2000), quando uma pessoa corre, caminha com uma perna artificial, lança uma bola, atinge uma bola de tênis, toca piano, dança, ou trabalha num torno, a pessoa está utilizando uma ou mais habilidades humanas chamadas de habilidades motoras. Ainda conceitua habilidade motora como habilidade que exige movimentos voluntários do corpo e/ou dos membros para atingir o objetivo.

Para Magill (2000), Schmidt e Wrisberg (2010), as habilidades motoras são divididas em:

- Habilidades Motoras Grossas
- Habilidades Motoras finas
- Habilidade motora discreta
- Habilidade motora seriada ou serial
- Habilidades motora contínua
- Habilidade motora aberta
- Habilidade motora fechada

**Habilidades motoras grossas (grifo nosso)**, em que as pessoas precisam utilizar das musculaturas grandes. **Habilidades motoras finas** que necessitam de pequenos grupos musculares. **Habilidade motora discreta**, tem um início e fim bem definido. **Habilidade motora seriada ou serial**, é quando a pessoa consegue ordenar uma sequência de movimentos. **Habilidade motora contínua**, é constituída por movimentos repetitivos, guiar um carro seria um bom exemplo. **Habilidade motora aberta**, são habilidades que são variáveis e imprescindíveis durante o desempenho. **Habilidade motora fechada**, é quando o ambiente é estável e não muda. E tem mais uma habilidade, em que Schmidt e Wrisberg (2010, p. 29) classifica como “**habilidade cognitiva**, que enfatiza, principalmente, o saber o que fazer, enquanto uma habilidade motora enfatiza, principalmente, o fazer efetivamente”.

Cabe citar aqui novamente Segundo Gallahue; Ozmun e Goodway (2013), a fase do movimento fundamental, que se inicia a partir dos 2 anos, em que os bebês já têm um domínio no movimento rudimentar. Nesta perspectiva, os padrões básicos do comportamento são os movimentos observáveis, sendo:

- Movimento de estabilidade.
- Movimento de locomoção.

- Movimento de manipulação.

Os movimentos de estabilidade aborda qualquer movimento que aconteça como fator de ganho ou manutenção do equilíbrio da pessoa em relação à força de gravidade. Locomoção, retrata os movimentos que envolvem mudanças na localização do corpo em reação a um ponto fixo na superfície. Manipulação, trata-se tanto da manipulação motora ampla quanto a fina. A manipulação motora ampla envolve conferir forças a, ou receber força de objetos. As tarefas de lançar, pegar chutar etc. A manipulação motora fina envolve o uso intrincado dos músculos da mão e do punho, como costurar, cortar, digitar.

Estes movimentos são movimentos considerados básicos, mas que fazem toda a diferença, que se não ser bem desenvolvidos nas series iniciais, a criança poderá levar consigo dificuldades para a vida toda, por algo simples que todos já fazem, mas que precisa ter um olhar mais crítico e atencioso, para que não se queimem etapas e prejudique o desenvolvimento motor da mesma.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebemos então que o desenvolvimento motor é algo muito intrigante, sendo que com o passar dos anos vamos adquirindo movimentos e gestos sem mesmos nunca termos feito antes, somos seres muito observadores. Passamos por todas as fases e estágios da ampuheta de mero reflexo inocente para uma habilidade especializada, adquiridos ao longo da vida.

O profissional de Educação Física é a pessoa que esta muito ligada ao desenvolvimento de cada um, é ali na fase inicial escolar que ele deve ter uma atenção maior para não queimar etapa, e sempre respeitando as fases de desenvolvimento de cada um, para que com o passar dos anos a criança não seja prejudicada. O desenvolvimento motor não é apenas maturação do sistema nervoso, mas da biologia do ambiente. Por exemplo, se uma pessoa não tiver estímulo em casa e nem na escola, provavelmente demorará mais que o comum, então o fator meio ambiente interfere bastante no desenvolvimento.

E é dentro desta concepção do desenvolvimento motor, voltado para o handebol que notaremos, se este profissional poderá ou não colaborar no desenvolvimento motor dos alunos praticantes e não praticantes, pois ali no ambiente de treinamento ele estará recebendo novos estímulos proporcionados pelo esporte de acordo com seu desenvolvimento.

#### REFERÊNCIAS



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

FLAVELL, John H. **A psicologia do desenvolvimento de Jean Piaget**. São Paulo: Pioneira, 1996.

ISAYAMA, Hélber F.; GALLARDO, Jorge S. P. Desenvolvimento motor: análise dos estudos brasileiros sobre habilidades motoras fundamentais. **Revista da Educação Física/UEM**, Belo Horizonte, 1998. Disponível em: <http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/3855>. Acesso em: 05 abr. 2017.

GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, David L; Jhon C; Jacqueline D. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. Porto Alegre: Amgh editora. 2013.

MAGILL, Richard A. **Aprendizagem motora: conceitos e aplicações**. São Paulo: Edgard blucher, 2000.

MARQUES, Taillon S. *et al.* Desenvolvimento motor: padrões motores fundamentais de movimento em crianças de 4 e 5 anos de idade. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, v.18, n. 186, nov. 2013. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd186/padroes-motores-fundamentais-de-movimento.html>. Acesso em: 05 abr. 2017.

ROSSI, Francieli S. Considerações sobre a psicomotricidade na educação infantil. **Revista Vozes dos Vales da UFVJM**, Minas Gerais, v.1, n.1, 05/2012. Disponível em: <http://site.ufvjm.edu.br/revistamultidisciplinar/files/2011/09/Considera%C3%A7%C3%B5es-sobre-a-Psicomotricidade-na-Educa%C3%A7%C3%A3o-Infantil.pdf>. Acesso em: 02 abr. 2017.

SCHMIDT; WRISBERG, Richard A; Craing A. **Aprendizagem e performance motora**. Porto Alegre: Artmed, 2013.

UNESCO, Fundação Vale. **Aprendizagem motora**, 2013. Disponível em: <http://unesdoc.unesco.org/images/0022/002249/224990POR.pdf>. Acesso em: 20 mar. 2017.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

### **BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA O HIPERTENSO**

Autor 1: Bárbara Danielle Carneiro<sup>1</sup>;

Autor 2: Daniel Ribeiro<sup>2</sup>.

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer.

#### RESUMO

O presente estudo tem como tema os benefícios da atividade física para o hipertenso. Através da atividade física é possível amenizar e controlar a pressão arterial em repouso, de uma maneira fácil e saudável. Além de um acompanhamento médico com medicamentos, um bom ajudante para a diminuição e o controle da hipertensão é a atividade física. A atividade física é importante não só na prevenção, mas também trás benefícios no tratamento para quem já desenvolveu o problema. Tem como objetivo realizar uma revisão da literatura que apresente os benefícios da atividade física como opção para a prevenção e terapia não medicamentosa da hipertensão arterial sistêmica, tendo como metodologia o referencial bibliográfico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade física; hipertensão arterial; saúde.

#### 1. INTRODUÇÃO

Atualmente, são inúmeras as pesquisas que buscam os benefícios da atividade física, para a saúde, em especial a sua ação sobre o sistema cardiovascular, onde os benefícios da atividade física são amplamente difundidos em diversos estudos realizados no Brasil e no mundo. A prática regular de atividade física vem sendo recomendada para a prevenção e reabilitação de diversas doenças cardiovasculares, desde que bem planejada e orientada por um profissional capacitado, a fim de proporcionar os reais benefícios para a saúde do indivíduo e não oferecer riscos ao praticante.

Entre as patologias que mais atingem o sistema cardiovascular, podemos citar a hipertensão arterial sistêmica, como um dos principais fatores de risco para complicações cardiovasculares, uma vez que sua atuação acontece diretamente na parede das artérias.

Neste sentido, o presente estudo justifica-se pela importância da prática da atividade física para o indivíduo hipertenso.

De acordo com as Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2009), a hipertensão arterial pode ser controlada desde que o paciente se envolva e dê importância para o

---

<sup>1</sup> Especialista em Fisiologia do Exercício e Prescrição do Treinamento pela FAESI/UNIGUAÇU.

<sup>2</sup> Especialista em Treinamento Desportivo pela FAESI/UNIGUAÇU.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

tratamento medicamentoso, este de forma contínua e regular, e também o tratamento não medicamentoso (prática de atividade física, controle do peso, ingestão de dieta hipossódica, tabagismo). A terapêutica não medicamentosa vem sendo recomendada no tratamento da hipertensão arterial sistêmica de maneira isolada, no caso de hipertensos leves (estágio I), ou associada à terapia medicamentosa nos indivíduos com hipertensão moderada (estágio II) e severa (estágio III) (VI DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, 2009).

Apesar de não haver dúvidas quanto aos benefícios da atividade física para a prevenção e tratamento da hipertensão, não há um consenso de qual seria a melhor atividade para essa população.

Os exercícios resistidos recentemente passaram a ser recomendados para indivíduos hipertensos em conjunto com o exercício aeróbico, mas são pouco utilizados, uma vez que os seus benefícios são conhecidos sobre a musculatura esquelética, mas ainda são poucos os trabalhos científicos existentes sobre o comportamento da pressão arterial durante esse tipo de exercício. Entretanto, não são objetos deste estudo.

Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão da literatura que apresente os benefícios da atividade física como opção para a prevenção e terapia não medicamentosa da hipertensão arterial sistêmica, tendo como metodologia o referencial bibliográfico.

## 2. REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 Pressão Arterial

De acordo com Guiselini (2006), a pressão arterial é responsável pela circulação, tendo início com o batimento do coração, e a cada vez que bate, o coração joga o sangue através das artérias, quando esse sangue passa pelas artérias, elas esticam e relaxam exercendo uma pressão sobre o sangue a fim de mantê-lo circulando e proporcionando que ele vá para frente e consiga chegar até as extremidades.

Essa é uma definição básica da pressão arterial, como acontece o processo com uma explanação bem simples e sucinta, esta mesma pressão arterial recebe duas conotações diferentes para cada situação, no momento de contração e relaxamento do coração.

## **REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA**

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

A pressão sistólica é usada para estimar a pressão exercida contra as paredes arteriais quando o sangue é ejetado forçosamente durante a contração ventricular, reciprocamente, a pressão arterial diastólica é usada para estimar a pressão exercida contra as paredes arteriais quando o sangue não está sendo forçosamente ejetado através dos vasos (MAIOR *et al*, 2007).

Segundo Guiselini (2006, p. 88), “a pressão sanguínea resulta da iteração do trabalho cardíaco, mediante a ação de contração e relaxamento de seus músculos, e da propriedade de elasticidade dos vasos sanguíneos, destinados a absorver a força que o sangue exerce contra as suas paredes”.

### 2.1.1 HISTÓRICO DA HIPERTENSÃO ARTERIAL

Segundo Luna (1999, p. 6), “sabe-se que a primeira medida experimental da pressão arterial foi feita, em 1711, por Stephen Halles, na Inglaterra”. A pressão foi medida em um cavalo, imobilizado por grande número de estudantes.

Halles colocou uma cânula na artéria crural do animal, conectando-a a um tubo de vidro de três metros de altura. A coluna de sangue se elevou a dois metros e meio de altura acima do animal, tendo sido esse o primeiro registro da pressão arterial. Assim se iniciava o processo cujo resultado nos leva a conhecer as medidas de pressão arterial individual.

De acordo com Ramos (1998, p. 230):

No fim do século 19, Mohamed descreveu a síndrome arterial hipertensiva. EM 1881, Riva-Rocci criou o primeiro esfigmomanômetro e em 1906, Korotkoff tornou prática à medida de pressão arterial. Em 1914, Volhard descreveu as síndromes de hipertensão maligna e benigna. Goldblatt, em 1934, descreveu a hipertensão renovascular e, em 1939, Page e Braun Menendez descobrem a angiotensina; Cohn, em 1955, descreveu o hiperaldosteronismo e, em 1959, ficou clara a inter-relação entre angiotensina e aldosterona.

No que concerne à história da terapêutica da hipertensão arterial, salienta-se que, em 1876, Ambard descobriu que os hipertensos excretavam menos cloreto pela urina, e, em 1922, Allen padronizou o tratamento da hipertensão utilizando dietas pobres em sal (RAMOS, 1998).

### 2.1.2 DEFINIÇÃO DE HIPERTENSÃO ARTERIAL

## REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

De acordo com a VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2009), a hipertensão arterial sistêmica é caracterizada por níveis elevados e sustentados de pressão arterial, associando-se frequentemente a alterações funcionais e/ou estruturais dos órgãos-alvo (coração, encéfalo, rins e vasos sanguíneos), sendo uma condição clínica multifatorial diagnosticada pela detecção de níveis elevados e sustentados de pressão arterial pela medida casual.

O ideal para validar que o indivíduo está em uma condição de Hipertensão, é realizar o acompanhamento ambulatorial, ou seja, inicia-se com a detecção e mantém uma observação contínua, não devendo ser diagnosticada com base em uma única medida da pressão arterial (PESSUTO; CARVALHO, 1998).

O indivíduo é considerado hipertenso quando, na ausência da terapia anti-hipertensiva, seus níveis pressóricos são mantidos cronicamente em valores iguais ou superiores a 140 mmHg para a pressão arterial sistólica ou 90mmHg para a pressão arterial diastólica (LATERZA; RONDON; NEGRÃO, 2007).

Conforme a VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2009), os valores da pressão arterial sistólica e da pressão diastólica são classificados como:

- Ótima = 110 mmHg PAD.
- Hipertensão sistólica isolada = 140 mmHg PAS e < 90 mmHg PAD.

### 2.1.3 HIPERTENSÃO ARTERIAL E DOENÇAS CARDIOVASCULARES

Segundo Mediano *et al* (2005, p. 338), “a hipertensão arterial, isoladamente, é um fator de risco para diversas doenças cardiovasculares, por outro lado, a redução da pressão arterial diminui o risco de desenvolvimento de tais enfermidades”.

Para Andrade *et al* (2002, p. 375), “a hipertensão arterial sistêmica é uma das mais importantes causas de morbi-mortalidade universal, e identificada como um dos mais prevalentes fatores de risco para o desenvolvimento de doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral e doença vascular congestiva”.

De acordo com a VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2009), a mortalidade por doença cardiovascular aumenta progressivamente com a elevação da pressão arterial a partir de 115/75mmHg, de forma linear, contínua e independente, em 2001, cerca de 7,6 milhões de mortes no mundo foram atribuídas à elevação da pressão arterial, no Brasil as

## REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

doenças cardiovasculares têm sido a principal causa de morte, em 2007, ocorreram 308.466 óbitos por doenças do aparelho circulatório.

Segundo Wilmore e Costill (2001), as doenças crônicas degenerativas do sistema cardiovascular são a principal causa de patologias graves e de morte, as doenças cardiovasculares afetam aproximadamente 60 milhões de americanos por ano e acarretam cerca de 1 milhão de mortes anualmente.

Pode ser percebido que a hipertensão arterial sistêmica, além de desencadear uma série de problemas a saúde, principalmente no que concerne ao sistema cardiovascular, também gera uma despesa exacerbada aos cofres públicos, através do sistema único de saúde.

A hipertensão arterial representa sério problema de saúde pública, pela sua elevada prevalência, de 15% a 20% na população adulta e mais de 50% nos idosos, além disso, junto com o tabagismo, diabetes e dislipidemia constituem-se em importante fator de risco para doenças cardiovasculares responsáveis por cerca de 30% das mortes (STRELEC *et al*, 2003, p. 343).

De acordo com a VI Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2009), entre 1990 e 2006, observou-se uma tendência lenta e constante de redução das taxas de mortalidade cardiovascular, atualmente no ano de 2009 ocorreram 91.970 internações por doenças cardiovasculares, resultando em um custo de R\$ 165.461.644,33 para o Sistema Único de Saúde (SUS).

### 2.1.4 FATORES DE RISCO E CAUSAS DA HIPERTENSÃO ARTERIAL

De acordo com Guyton (2002), existem os fatores de risco não modificáveis, como, a idade, a hereditariedade que aparece em 74% dos sujeitos e o sexo. Nos fatores modificáveis estão inclusos os hábitos sociais (Tabagismo e bebida alcoólica), uso de anticoncepcionais, padrões alimentares e aspectos físicos (FONSECA *et al*, 2009).

Entre 90 e 95% das pessoas que apresentam hipertensão arterial sistêmica, a causa é primária, ou seja, desconhecida, os outros 10% apresentam a hipertensão secundária, com origem relacionada a doenças renais, endócrinas entre outras, mas independente da etiologia, o nível constantemente elevado de pressão arterial tem como principais causas o desenvolvimento de hipertrofia ventricular esquerda, hemorragias cerebrais e insuficiência renal, comprometendo órgãos-alvo como coração, cérebro e rins (GUYTON, 2002).

## **REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA**

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

Fonseca *et al* (2009, p. 129) concordam que “a causa da hipertensão arterial primária não é conhecida na maioria dos casos, já a hipertensão arterial secundária deve ser investigada, uma vez que o diagnóstico etiológico significa, em muitos casos, a possibilidade de tratamento específico e cura ou controle por intervenção clínica ou cirúrgica”.

Sanchez, Pierin e Mion Jr. (2004, p. 91) afirmam que “a hipertensão arterial trata-se de uma doença crônica, na maioria das vezes assintomática, e requer tratamento para toda a vida para o seu controle”.

O controle da pressão arterial inicia-se com a detecção e observação contínua, não devendo ser diagnosticada com base em uma única medida da pressão arterial e após sua confirmação, deve ser classificada como hipertensão primária ou secundária (PESSUTO; CARVALHO, 1998).

“O diagnóstico e os tratamentos adequados proporcionam menores gastos com internações, invalidez, bem como com a assistência às cardiopatias, acidentes vasculares cerebrais e suas sequelas, reduzindo também a procura aos serviços de emergência” (SANCHEZ; PIERIN; MION JR., 2004, p. 91).

Assim, se faz necessário que todos os possíveis fatores de risco sejam conhecidos e detectados em um primeiro contato com o indivíduo, possibilitando a intervenção rápida e adequada.

Para Fonseca *et al* (2009), quanto aos fatores de risco conhecidos para a hipertensão arterial, os mais importantes são: Obesidade, fumo, ingestão de álcool, história familiar de hipertensão, fatores psicológicos, certos traços de personalidade e estresse, que podem ser importantes desencadeadores no desenvolvimento da hipertensão.

## 2.2 ATIVIDADE FÍSICA E HIPERTENSÃO

### 2.2.1 EXERCÍCIOS FÍSICOS

De acordo com Barbanti (1990, p. 27), “a atividade física, desde um simples movimento até uma complexa habilidade esportiva, só é possível por meio de forças desenvolvidas pelos músculos esqueléticos do corpo”.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

O exercício físico caracteriza-se por uma situação que retira o organismo de sua homeostase, pois implica no aumento instantâneo da demanda energética da musculatura exercitada e, conseqüentemente, do organismo como um todo (BRUM *et al*, 2004).

O exercício físico é uma atividade realizada com repetições sistemáticas de movimentos orientados, com conseqüente aumento no consumo de oxigênio devido à solicitação muscular, gerando, portanto, trabalho (MONTEIRO; SOBRAL FILHO, 2004).

De acordo com Russo e Monteiro (2005), a prática de exercícios constitui uma importante estratégia na prevenção e tratamento da hipertensão arterial, ela é uma das principais modificações de estilo de vida que contribui para reduzir diversos outros fatores de risco associados às doenças cardiovasculares, além disso, níveis de condicionamento físicos mais elevados estão associados a uma menor incidência de hipertensão arterial.

Para Monteiro e Sobral Filho (2004) pode-se dizer que durante um período de exercício, o corpo humano sofre adaptações cardiovasculares e respiratórias a fim de atender às demandas aumentadas dos músculos ativos e, à medida que essas adaptações são repetidas, ocorrem modificações nesses músculos, permitindo que o organismo melhore o seu desempenho.

Os exercícios tanto aeróbios quanto os resistidos, promovem um aumento do metabolismo basal conhecido como metabolismo de repouso, que é responsável por 60% a 70% do gasto energético total, contribuindo para a perda de peso, e diminuição do risco de desenvolver diabetes, hipertensão, e outras doenças (CIOLAC; GUIMARÃES, 2004).

“O exercício físico pode efetivamente influenciar no controle e no tratamento da hipertensão arterial” (LATERZA; RONDON; NEGRÃO, 2007, p. 107).

Segundo Guedes *et al* (2006), a atividade física reduz a pressão arterial, a gordura, o metabolismo da glicose, reduz a osteoporose e os riscos de acidentes com quedas entre idosos.

O efeito do exercício físico sobre os níveis de repouso da pressão arterial de grau leve a moderado é especialmente importante, uma vez que o paciente hipertenso pode diminuir a dosagem dos seus medicamentos anti-hipertensivos ou até ter a sua pressão arterial controlada (MONTEIRO; SOBRAL FILHO, 2004).

De acordo com Negrão e Rondon (2001), das diversas intervenções não medicamentosas, o exercício físico está associado a múltiplos benefícios, bem planejado e orientado de forma correta, quanto a sua duração e intensidade, pode ter um efeito hipotensor

**REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA**

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

importante, uma única sessão de exercício físico prolongado de baixa ou moderada intensidade provoca queda prolongada na pressão arterial.

Segundo o I Consenso Nacional de Reabilitação Cardiovascular (GODOY, 1997) os efeitos fisiológicos do exercício são classificados como agudos imediatos, agudos tardios e crônicos.

Os agudos imediatos são aqueles que ocorrem pré e pós ao exercício, ex.: aumento da frequência cardíaca, ventilação pulmonar e sudorese (VI DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, 2009). De acordo com o I Consenso Nacional de Reabilitação Cardiovascular (GODOY, 1997), os efeitos tardios são os que ocorrem até as primeiras 24 horas pós-exercício, ex.: discreta redução dos níveis tensionais, especialmente nos hipertensos; aumento do número de receptores de insulina nas membranas das células musculares.

Por fim, os efeitos crônicos, também denominados adaptações, são os que resultam da exposição frequente e regular às sessões de exercício, são aspectos morfofuncionais que diferenciam o indivíduo fisicamente treinado de outro sedentário (VI DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO ARTERIAL, 2009).

De acordo com Aaberg (2002), um dos motivos que levam a prática do exercício resistido é a estética, devido à aparência física que causa o treinamento, modelando e esculpindo o corpo, relacionando a queima de gordura e o aumento da demanda metabólica.

De acordo com Uchida et al (2008), esse tipo de treinamento leva a reduções na pressão arterial sistólica, diastólica e também na pressão média em cargas absolutas e relativas ao trabalho realizado. Essa redução é atribuída a uma diminuição da atividade simpática e um aumento da atividade parassimpática, onde alguns estudos demonstram reduções em torno de 5% (UCHIDA *et al*, 2008).

Através da explanação dos autores é visível que independente da atividade física realizada, o importante é manter-se ativo para prevenir a hipertensão arterial sistêmica, e, realizar atividade moderada com a supervisão de um profissional capacitado para tratar e amenizar os efeitos da hipertensão arterial sistêmica.

Conforme Costa (2004), além do impacto funcional, preventivo e reabilitador do exercício, os benefícios estão acima da estética, já que sua prática ajuda na diminuição do



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

estresse, aumenta a interação social, combate o sedentarismo, a aterosclerose, controla a hipertensão arterial, obesidade, diabetes, osteoporose entre outros.

O indivíduo que não treina pode ter seu percentual de massa magra reduzido atrofia muscular, densidade óssea reduzida, além de encontrar dificuldade de realizar tarefas do seu cotidiano (SILVA, 2004).

Portanto, a prática regular e adequada de exercício físico deve ser recomendada para a prevenção e o tratamento da hipertensão arterial, por fim, o treinamento físico pode se associar ao tratamento farmacológico minimizando seus efeitos adversos e reduzindo o custo do tratamento para o paciente e para as instituições de saúde (RONDON; BRUM, 2003).

Segundo Guedes *et al* (2006), o indivíduo com maior força muscular faz menos esforços para vencer uma mesma carga, conseqüentemente menor duplo produto e pressão arterial, acarretando menor estresse para todo sistema cardiovascular.

Com essas colocações, fica evidente que a atividade física está num âmbito acima da simples melhora aparente da estética, seus benefícios atingem todo o corpo e sistemas que o compõem, proporcionando melhora significativa na saúde do seu praticante, desde que realizada dentro dos padrões voltados para saúde, respeitando a especificidade da atividade e a individualidade do praticante.

### 2.2.2 EXERCÍCIOS AERÓBICOS

Segundo Weineck (2003), o exercício aeróbio é fundamentalmente ligado ao movimento, à energia necessária para executá-lo é proporcionada pelo uso do oxigênio, ou seja, o oxigênio funciona como fonte de queima dos substratos que produzirão a energia a ser transportada para o músculo em atividade.

Caracteriza-se como atividade aeróbia o exercício contínuo, dinâmico e, na maioria das vezes, prolongado que estimula a função dos sistemas cardiorrespiratório vascular e o metabolismo, porque aumenta a capacidade cardíaca e pulmonar para suprir de energia o músculo a partir do consumo do oxigênio, caminhar, andar, pedalar, nadar, dançar ou fazer qualquer atividade que obrigue a pessoa a sustentar seu peso corporal enquanto se movimentam são exercícios aeróbicos (GUISELINI, 2006).

De acordo com as Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial (2009), um programa de treinamento físico aeróbio pode reduzir os níveis de pressão arterial, principalmente nos

**REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA**

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

indivíduos classificados nos estágios 1 (hipertensão leve) e 2 (hipertensão moderada) de Hipertensão Arterial.

Exercício aeróbio se refere às atividades que são também comumente chamados de “cardio”, o que obviamente é ótimo para o coração, isto é devido ao fato de que exercícios aeróbicos se focam na resistência cardiovascular e são realizados por longos períodos de tempo em baixa e moderada intensidade.

O exercício aeróbio diminui a pressão arterial em aproximadamente 75% dos indivíduos com hipertensão arterial sistólica, com reduções de pressão arterial sistólica e diastólica de 11 e 08 mmhg, respectivamente, onde os maiores benefícios provêm do exercício físico aeróbio de baixa a moderada intensidade, praticado de 3 a 5 vezes por semana, com duração de 15 a 60 minutos (NEGRÃO; RONDON, 2001).

Um dos principais benefícios do exercício aeróbio em hipertensos e a resposta hipotensora, expressa por redução nos níveis pressóricos gerados por meio de um processo crônico e agudo, proporcionando reduções significativas após a realização de uma única sessão de exercício (BERMUDES *et al.*, 2003).

A hipertensão pode ser tratada de duas formas, a farmacológica com remédios e a não farmacológica que além dos remédios a pratica de atividades físicas, dependendo do nível da hipertensão ela pode ser tratada somente com as atividades físicas, orientadas por um profissional da área (WITCEL, 2006).

De acordo com Ferreira *et al* (2005), a prática regular de atividades físicas traz resultados positivos na qualidade de vida, evitando o aparecimento de doenças crônico-degenerativas, os exercícios aeróbios praticados regularmente têm resultados iguais ao dos remédios, diminuindo a pressão arterial tanto em repouso quanto durante a sua prática.

A análise de diversos estudos realizados em hipertensos buscando melhorar o controle de sua pressão arterial com a prática de exercícios aeróbios, o resultado encontrado apresenta quase todos com resultado positivo indicando diminuição dos valores de pressão. Alguns resultados não foram tão animadores, mas nem por isso ocorreu prejuízo com a prática do exercício moderado e sob orientação (PIERIN, 2004).



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os diversos trabalhos presentes na literatura são congruentes em mostrar que um programa regular de exercício físico de intensidade leve a moderada deve ser usado no tratamento e manutenção da saúde de indivíduos hipertensos, e terapia medicamentosa se necessário. Há muitos autores que defende o uso dos exercícios aeróbios como opção mais eficiente para controle, prevenção e tratamento da hipertensão arterial sistêmica.

Portanto, pode-se concluir que, de fato, a atividade física se praticada corretamente e progressivamente acarreta muitos benefícios com relação à hipertensão, perceber-se que de fato a uma redução da pressão arterial após a atividade física isso ocorre devido o aumento da frequência cardíaca durante a atividade fazendo com que quando o indivíduo volta ao seu estado de repouso ocorra diminuição da pressão arterial.

Como consequência da prática da atividade física, pode-se verificar a redução de alguns agravantes com relação à hipertensão, como a perda de peso, melhora na frequência cardíaca e a diminuição da circunferência da cintura, proporcionando não apenas benefícios físicos, mas também psíquicos, uma vez que as pessoas não deixam mais tempo para lazer e para realizar algumas atividades diferentes. Importante salientar que, indivíduos que apresentavam quadros de depressão e baixo estima, com a prática da atividade física e socialização, houve uma melhora considerável também com relação à depressão, ocasionando diminuição do stress e bem estar mental.

Neste sentido, a prática de atividades físicas é um elemento eficaz com relação ao problema da hipertensão e os benefícios ocasionados por ela são muitos. Porém, se não houver uma continuidade à atividade física, os valores da pressão arterial e outros fatores que agravam o problema, voltam a aparecer. Por fim, cabe destacar que, a prática da atividade física deve ser contínua e progressiva.

### REFERÊNCIAS

- AABERG, E. **Conceitos e técnicas para o treinamento resistido**. São Paulo: Manole, 2002.
- ANDRADE, J. P. VILAS-BOAS, F. CHAGAS, H. ANDRADE, M. Aspectos epidemiológicos da aderência ao tratamento da hipertensão arterial sistêmica. **Arquivo Brasileiro Cardiologia**. v. 79, n. 4, p. 375-9, 2002. Disponível em: <http://publicacoes.cardiol.br/abc/2002/7904/79040005.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

### REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

BARBANTI, Valdir José. **Aptidão física: um convite à saúde.** São Paulo: Manole, 1990.

BERMUDES, A. M. L. M.; VASSALLO, D. V.; VASQUEZ, E. C.; LIMA, E. G. Monitorização ambulatorial da pressão arterial em indivíduos normotensos submetidos a duas sessões únicas de exercícios: resistido e aeróbio. **Arquivo Brasileiro Cardiologia.** v. 82, n. 1., p. 57-64, 2003. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0066-782X2004000100006](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0066-782X2004000100006). Acesso em: 18 mar. 2017.

BRUM, P. C.; FORJAZ, C. L. M. de.; TINUCCI, T.; NEGRÃO, C. E. Adaptações agudas e crônicas do exercício físico no sistema cardiovascular. **Revista Paulista Educação Física.** São Paulo, v. 18, p. 21-31, 2004. Disponível em: <http://www.luzimarteixeira.com.br/wp-content/uploads/2010/04/adaptacoes-agudas-e-chronicas-do-exercicio-no-sist-cardiovasc.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

CIOLAC, E. G; GUIMARÃES, G. V. Exercício físico e síndrome metabólica. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte.** Niterói, Julho/Agosto, v. 10, n. 4, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v10n4/22048.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

COSTA, A. J. S. Musculação e qualidade de vida. In: **Revista Virtual EF Artigos.** Natal, v. 2, n. 3, 2004.

FERREIRA, C.; FERREIRA, C. F.; MENEGHINI, A.; RIEIRA, A. R. P. **Benefícios do exercício físico na hipertensão arterial.** São Paulo, Nov. 2005. Disponível em: <http://www.fac.org.ar/ccvc/llave/c112/ferreira.php>. Acesso em: 18 mar. 2017.

FONSECA, F. C. A.; COELHO R. Z, NICOLATO R.; MALLOY D. L. F.; SILVA F. H.C. A Influência dos fatores emocionais sobre a hipertensão arterial. **Revista Brasileira de Psiquiatria.** São Paulo, v. 5, n. 8, p. 129, 2009. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0047-20852009000200011&lng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0047-20852009000200011&lng=pt). Acesso em: 18 mar. 2017.

GODOY, Milton. I Consenso Nacional de Reabilitação Cardiovascular (Fase Crônica). Departamento de Ergometria e Reabilitação Cardiovascular da Sociedade Brasileira de Cardiologia. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia,** v. 69, n. 04, 1997.

GUEDES, D. P. *et al.* Níveis de prática de atividade física habitual em adolescentes. **Revista Brasileira de Medicina Esportiva.** v. 7, n. 6, nov./dez. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v7n6/v7n6a02.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

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

GUYTON, A. C.; HALL, E. J. **Tratado de fisiologia médica.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

**REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA**

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

LATERZA, M. C.; RONDON, M. U. P. B.; NEGRÃO, C. E. Efeito anti-hipertensivo do exercício. **Revista Brasileira de Hipertensão**. São Paulo, v.14, n. 2. p. 104-111, 2007. Disponível em: <http://departamentos.cardiol.br/dha/revista/14-2/10-efeito.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

LUNA, R. L. **Aspectos históricos da hipertensão:** aspectos históricos da hipertensão no Brasil, PUC - Rio de Janeiro: v. 6, n. 1, Janeiro/Março de 1999.

MAIOR, AS; JR., CLA; FERRAZ, FM; MENEZES, M; CARVALHEIRA, S; SIMÃO, R. Efeito hipotensivo dos exercícios resistidos realizados em diferentes intervalos de recuperação. **Revista SOCERJ**. Rio de Janeiro, n. 1. p. 53-59, 2007. Disponível em: <http://www.rbconline.org.br/artigo/efeito-hipotensivo-dos-exercicios-resistidos-realizados-em-diferentes-intervalos-de-recuperacao/>. Acesso em: 18 mar. 2017.

MEDIANO, M. F. F.; PARAVIDINO, V.; SIMÃO, R.; PONTES, F. L.; POLITO, M. D. Comportamento subagudo da pressão arterial após o treinamento de força em hipertensos controlados. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. São Paulo, v. 11, n. 6. p. 337-340, 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v11n6/a06v11n6.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

MONTEIRO, Maria de Fátima; SOBRAL FILHO, Dário C. Exercício físico e o controle da pressão arterial. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**. v. 10, n. 6, Nov/Dez, 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbme/v10n6/a08v10n6.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

NEGRÃO, C. E.; RONDON, M. U. P. B. Exercício físico, hipertensão e controle barorreflexo da pressão arterial. **Revista Brasileira de Hipertensão**. São Paulo, v. 8, n. 1. 2001. Disponível em: <http://departamentos.cardiol.br/dha/revista/8-1/010.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

PESSUTO, J.; CARVALHO, E. C. de. Fatores de risco em indivíduos com hipertensão arterial. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**. Ribeirão Preto, v. 6, n. 1. p. 33, 1998. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v6n1/13919.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

PIERIN, A. M. G. **Hipertensão Arterial**. São Paulo: Manole, 2004.

RAMOS, O. **Aspectos históricos da hipertensão:** histórico do tratamento da hipertensão arterial. Escola Paulista de Medicina – UNIFES, São Paulo: v. 5, n. 4, Outubro/Dezembro de 1998. Disponível em: <http://departamentos.cardiol.br/dha/revista/5-4/aspectos.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

RONDON, M. U. P. B.; BRUM, P. C. Exercício físico como tratamento não-farmacológico da hipertensão arterial. **Revista Brasileira de Hipertensão**. Ribeirão Preto, v. 10, p. 134-9, 2003. Disponível em: <http://departamentos.cardiol.br/dha/revista/10-2/exercicio3.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

**REVISTA MAGSUL DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA FRONTEIRA**

n. 1, v. 2 (2017) - ISSN: 2526-4788



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

RUSSO, Kalline; MONTEIRO, Wallace. Hipertensão arterial: uma abordagem direcionada aos efeitos do treinamento, mecanismos hipotensivos e respostas a programas de exercícios. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**. v. 4, n. 1, 2005.

SANCHEZ, C. G.; PIERIN, A. M. G.; MION JR., D. Comparação dos perfis dos pacientes hipertensos atendidos em pronto-socorro e em tratamento ambulatorial. **Revista Escola de Enfermagem USP**. São Paulo, v. 38. n. 1, p. 8-90, 2004. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0080-62342004000100011&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0080-62342004000100011&lng=pt&tlng=pt). Acesso em: 18 mar. 2017.

SILVA, R. da. **Exercício Físico para Hipertensos**. Buenos Aires, Mar. 2004. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com>>. Acesso em: 18 mar. 2017.

STRELEC, M. A. A. M.; PIERIN, A. M. G.; MION, Jr. D. A influência do conhecimento sobre a doença e a atitude frente à tomada dos remédios no controle da hipertensão arterial. **Arquivo Brasileiro de Cardiologia**. São Paulo, v. 81, n. 4, p. 343-8, 2003. Disponível em: <http://scielo.br/pdf/abc/v81n4/17716.pdf>. Acesso em: 18 mar. 2017.

UCHIDA, Marco *et al.* **Manual de musculação**: uma abordagem teórico-prática do treinamento de força. São Paulo: Phorte, 2008.

VI DIRETRIZES BRASILEIRAS DE HIPERTENSÃO. **Revista Brasileira de Hipertensão**. Rio de Janeiro, v. 16, p. 10-14, 2009. Disponível em: [http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2010/Diretriz\\_hipertensao\\_associados.pdf](http://publicacoes.cardiol.br/consenso/2010/Diretriz_hipertensao_associados.pdf). Acesso em: 18 mar. 2017.

WEINECK, J. **Treinamento ideal**. Editora Manole, 2003.

WILMORE, J. H.; COSTILL, D. L. **Fisiologia do esporte e do exercício**. São Paulo: Manole, 2001.

WITCEL, A. V. **Hipertensão**: benefícios de exercícios físicos em hipertensos. São Paulo, 2006. Disponível em: < <http://www.webartigos.com/artigos/hipertensao-beneficios-de-exercicios-fisicos-em-hipertensos/28274/>>. Acesso em: 18 mar. 2017.

**DERMATOGLIFIA: CONCEITOS E APLICAÇÕES NO ESPORTE E NA SAÚDE<sup>1</sup>**

Autor 1: Vanilda Espindola da Silva<sup>2</sup>  
Autor 2: Ana Paula Moreira de Sousa<sup>3</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

**RESUMO**

A presente pesquisa tem por objetivo abordar sobre a dermatoglia, seus conceitos, definições e importância, pois este método é um tema atual, que tem contribuído o conhecimento e valorização do trabalho de profissionais da área da saúde e também do esporte, em especial aos da Educação Física. Como a pesquisa encontra-se em estágio inicial, neste momento está sendo feito o levantamento bibliográfico sobre o assunto e com isso a discussão do embasamento teórico baseou-se em artigos que abordam sobre o tema, tanto na área da saúde quanto do esporte. Portanto, a dermatoglia é o estudo científico das impressões digitais, pelo qual é possível analisar o potencial genético do indivíduo. Através dessa análise é possível descobrir as aptidões esportivas e algumas patologias e defeitos do desenvolvimento. A metodologia aplicada será em uma escola pública no município de Coronel Sapucaia- MS, com alunos do 9º ano do ensino fundamental. Os materiais utilizados para a coleta das impressões digitais serão rolo de entintamento, plaquetas e tinta para coleta das mesmas. Os resultados e discussões, assim como a conclusão do trabalho não poderão ser apresentadas, pois conforme já afirmado acima, a pesquisa está em andamento, em processo de elaboração. Contudo, esperamos que a mesma contribua para o campo acadêmico e social (principalmente pelo cuidado a saúde pública coletiva), somando qualitativamente para a área da Educação Física, com novas buscas e descobertas científicas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dermatoglia; esporte; saúde.

**1. CONCEITUANDO A DERMATOGLIFIA**

A dermatoglia é o estudo das impressões digitais (ID) do indivíduo, é um método de observação das marcas genéticas. É um tema atual que nos remete a discussões sobre a saúde e o esporte. De acordo com Fernandes Filho (2003, p.158):

As impressões digitais são estudadas há mais de um século e são utilizadas como forma de diferenciação dos seres humanos. O método de análise das impressões digitais recebeu o nome de dermatoglia e foi apresentada em 1891 por Vucetich, um lugoslavo naturalizado Argentino, que desvendou o assassinato de uma criança identificando seu assassino através das impressões digitais deixadas no sangue da vítima.

<sup>1</sup> Artigo que se encontra em andamento, para elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Educação Física/Faculdades Magsul.

<sup>3</sup> Mestre em Educação, docente do Curso de Educação Física, das Faculdades Magsul e orientadora da pesquisa.

Ainda de acordo com o autor acima, “a dermatoglia - do latim dermo, significado “pele”; e do grego glypha, “gravar” – é um termo proposto por Cummins e Midlo (1961)” (FERNANDES FILHO, 2004, p. 137). Foi introduzida na 42ª Sessão Anual da Associação Americana de Anatomos, realizada em abril de 1926.

Giraldi (2011) relata que desde o homem primitivo havia a necessidade de deixar sua marca em paredes de cavernas. Leakey (1981) citado por Giraldi (2011) dialoga que “essas impressões dos contornos das mãos são encontradas em mais de vinte cavernas por toda a França e Espanha (p. 34)”, conforme ilustrada a imagem abaixo.

**Figura 1** - Figura de mãos realizadas com técnica stencil nas grutas cuevas de las manos em Santa Cruz - Patagônia



**Fonte:** <http://museupolt.blogspot.com/2011/06/pinturas-rupestres.html>.

Entretanto, podemos observar que as impressões das mãos nas paredes das cavernas foram registradas sob diferentes traços e variações. De acordo com Maudiut (1964) citado por Giraldi (2011), as observações cometidas nas paredes das cavernas demonstram que “a mão esquerda aparece impressa com maior frequência levando a crer que, desde aquela época, o emprego da mão direita era o habitual para os afazeres diários e que provavelmente a maioria dos indivíduos era destra (p. 35)”.

Conforme Giraldi (2011, p. 28), “os dermatóglifos são sistemas de cristas e de sulcos do estrato córneo da epiderme que revestem a parte ventral dos dedos e artelhos, palma das mãos e planta dos pés nos humanos”. No entanto, temos figuras das cristas epidérmicas presentes nas falanges distais, palmas das mãos e nos pés.

As impressões digitais têm intrigado o ser humano desde a era primitiva e ao longo

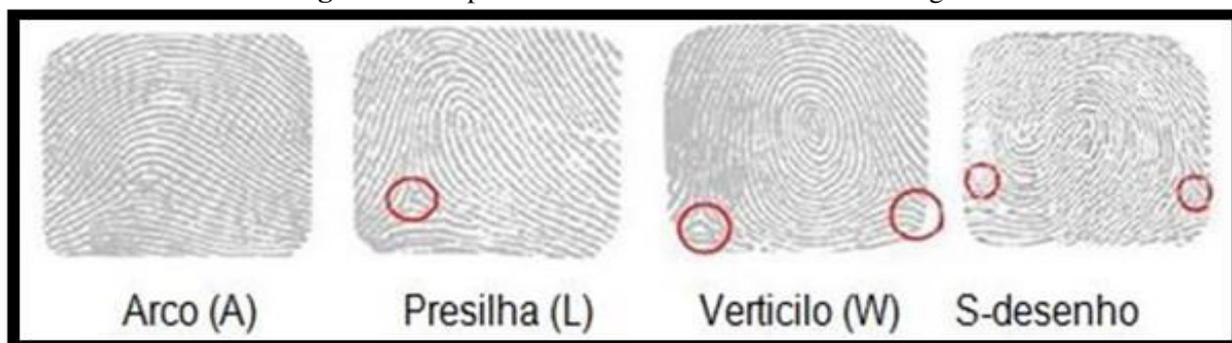
dos anos, vêm sendo objeto de estudo para fisiologistas, geneticistas, antropologistas, anatomistas e médicos (ZAAR, 2007).

“As cristas dermopapilares que deixada sobre uma superfície são denominadas de impressão digital representa um marcador genético, do tipo quantitativo e cuja as características estatísticas configuram-se como variáveis discretas” (BEIGUELMAN, 1995 *apud* FERNANDES FILHO, 2004, p. 158). Estes autores pontuam que através das cristas dermopapilares é possível descobrir doenças como a Síndrome de Down, paralisia cerebral, entre outras.

Além disso, através da dermatoglia e leitura das cristas dermopapilares, podemos descobrir talentos no esporte, analisar a força, velocidade, resistência e coordenação motora de um indivíduo. Deste modo, em suma, existem três tipos de figuras presentes nas digitais, quais sejam: Arco (A), Presilha (L) e Verticilo (W). Fernandes Filho (2003, p. 90) afirma que:

As ID's revelam em suas características, os processos de velocidade e de crescimento, e ainda permitem formar um esquema de princípios da associação das ID's com as manifestações funcionais: resistência, velocidade, coordenação, força e as atividades cíclicas. Baseando-se nas análises das ID's através dos tipos de desenhos: arco, presilha e verticilo, pode-se então identificar o potencial genético.

**Figura 2** – 4 tipos fundamentais de desenhos dermatoglíficos



**Fonte:** (VAZ *et al*, 2011).

Castellanos e Ribeiros (1953) *apud* Giraldi (2011, p. 51) afirmam que as ID's “em seus padrões de arranjo das cristas da pele nunca são iguais em duas pessoas, apesar da similaridade entre alguns indivíduos. Em outros, as diferenças são marcantes e apesar de haver peculiaridades dos desenhos, todos têm certa semelhança”. Compreendemos a partir disso que as cristas dermopapilares são muito semelhantes, mas nunca igual, cada um possui uma particularidade.

No entanto, deve ser feita a coleta das ID's dos dez dedos para verificar qual será a predominância do desenho das cristas dermopapilares do indivíduo. “Em um mesmo indivíduo os padrões dermatoglíficos variam de dígito a dígito, assim uma pessoa pode ter o mesmo tipo de padrão dermatoglífico nos seus dez dedos ou vários padrões nos diferentes dígitos” (HOLT, 1961a; VERBOV, 1969a *apud* Giraldi, 2011, p. 83).

Conforme Salus 2012 *apud* (RIZZI; MARCELINO, 2013), as impressões digitais são formadas no sexto mês de vida dos bebês.

As impressões digitais são perenes porque desde que se formam no sexto mês da vida intrauterina permanecem invariáveis em número, situação, forma e direção até o fim da vida. São imutáveis, já que as impressões digitais não mudam fisiologicamente e são diversiformes, pois não existem impressões idênticas produzidas em dedos diferentes.

As impressões digitais já são utilizadas há muitos anos, mesmo antes deste estudo ser conhecido cientificamente. Há mais de três mil anos atrás os chineses utilizavam as linhas das mãos nos eventos que aconteciam. No período medieval já era considerado importante à leitura das cristas dermopapilares, era feito por chineses e ciganos (GIRALDI, 2011).

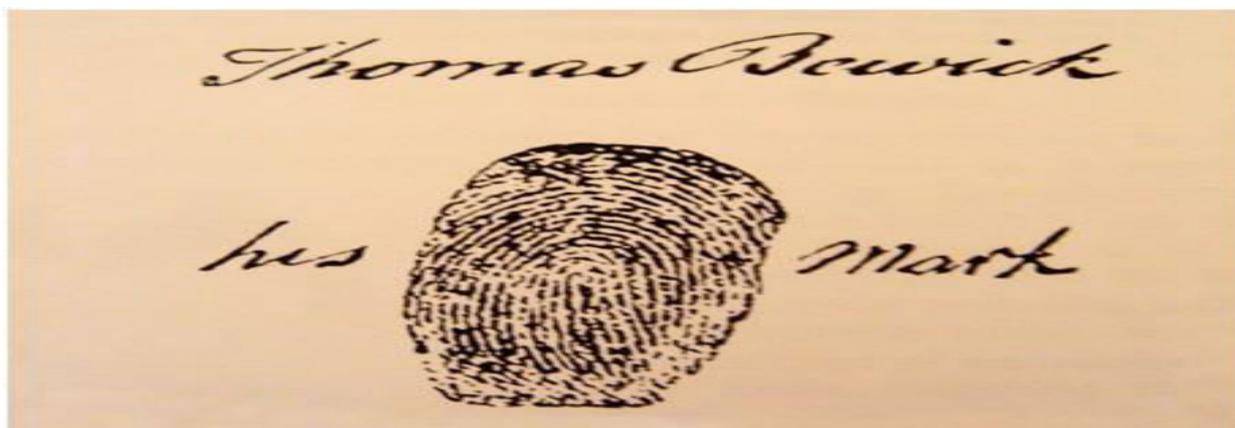
No período medieval foi associada à astrologia e, em 1530, um decreto expedido por Henrique VIII da Inglaterra alertava o povo dos perigos dos ciganos lerem a sorte e roubarem a população. Um exemplo é o uso de fórmula chinesa para dizer a sorte, no qual o futuro de uma pessoa é previsto de acordo com o número de verticilos e presilhas presentes em seus dedos desde o nascimento (p. 42).

Há também registros de que as ID's eram utilizadas para a identificação pessoal do indivíduo. Além disso, eram usadas em algumas ocasiões para deixar a marca das ID's como uma identificação simbólica.

Percebemos que desde aquela época já existia a necessidade de pessoas procurarem por ciganos para que pudessem ler a sorte, acreditando em um futuro conforme os desenhos das falanges distais e das palmas das mãos e visto também como uma marca simbólica nos eventos.

De acordo com Giraldi (2011, p.41) “o gravador e naturalista inglês Thomas Bewick (1753 - 1828) utilizou sua impressão digital como marca pessoal e gravou em madeira os padrões de seus próprios dedos, usando as impressões digitais como vinhetas”. Logo, observamos que desde aquela época já era entendido as ID's como uma marca individual.

**Figura 3** – Impressão digital de Bewick gravada em madeira



**Fonte:** (CUMMINS E MIDLO, 1961, p. 8) .

Reafirmando as ID's como uma forma de identificação pessoal, Giraldi (2011, p. 45) salienta que “na Índia, em 1858, um comissário britânico, *Sir* William Herschel divulgou o uso das impressões digitais como uma forma de assinatura para os indianos iletrados e colocou em prática o seu uso entre seus empregados para autenticar suas identidades”.

Segundo Rizzi e Marcellino (2013, s.p)

É possível observar as impressões digitais dos dedos das mãos e correlacionar com potencialidades para as capacidades biofísicas como força, velocidade, coordenação motora e resistência. Aliar genótipo e fenótipo amplia as possibilidades de encaminhamento junto aos indivíduos no que tange a orientação de talentos, planejamento do treinamento desportivo, preparação físicas e prescrição de exercícios na promoção de saúde e afins.

Portanto, observamos que a dermatoglia é um método de extrema importância para ser utilizado e trabalhado com atletas, na orientação e planejamento/periodização do treinamento e na promoção da saúde, além de prevenção de patologias.

## 2. A DERMATOGLIFIA NO ESPORTE

Atualmente a dermatoglia discute bastante a respeito dos esportes, pois é um dos seus objetos de estudo, pois como já mencionado, o estudo a leitura de suas cristas papilares definem algumas características importantes para a escolha de um esporte.

Cabral (2007, s.p) afirma que “no Brasil, as impressões digitais vêm firmando como

mais um importante componente de estudo e auxílio dentro do esporte, procurando trazer maior cientificidade a essa área tão complexa”.

Segundo Medina (2002) *apud* Fernandes Filho *et al* (2005, p. 15):

O conhecimento das características de um esporte parece propiciar a aplicação adequada das estratégias que influenciariam em seu melhor rendimento. Desta forma, vemos que as características dermatoglíficas, como marcas genéticas, bem como o somatotipo, são considerados indicativos a serem utilizados, tanto no que se refere à *performance* atlética, quanto na compreensão morfofuncional do atleta.

Entretanto, Zaar (2007) salienta também sobre as influências genéticas no esporte.

Mesmo a criança possuindo a carga genética ideal para determinadas atividades, na falta de influências externas ou condições, não haverá o desenvolvimento de seu potencial, bem como, quando houver falta de carga genética de determinada característica, mesmo sob fortes influências do meio, a criança também não será um destaque na sua atividade.

Observamos que no campo do esporte além do indivíduo ter predominância das cristas dermopapilares condizentes para praticar determinado esporte, ele ainda necessita ter influências externas para que seja bem sucedido, considerando seu fenótipo e genótipo.

Fernandes Filho (2006, p. 137) ratifica a afirmativa.

A predisposição genética reflete a construção matriz deste ser ‘genótipo’, mas não obstante também está à mercê do meio e da interação do indivíduo com suas práticas motoras, sócio-afetivas e psicológicas em profunda associação com os aspectos morfofuncionais ‘fenótipo’. Com base no que está ora aludido, vislumbra-se um novo paradigma no treinamento esportivo, a utilização prática da identificação do atleta total em sua prática, e a íntima relação existente entre o estado e a predisposição.

Este mesmo autor pontua que “o modelo das impressões digitais conduz, a escolher-se mais adequadamente, a especialização no esporte com a perspectiva de otimização quanto ao talento individual” (FERNANDES FILHO, 2004, p. 138).

Logo, “a dermatoglifia é um marcador genético que pode ajudar na avaliação de pessoas potencialmente talentosas” (METTRAL *et al*, 2009, s.p).

### 3. DERMATOGLIFIA NO CAMPO DA SAÚDE

“O estudo da dermatoglia no campo da saúde tem colaborado bastante para o diagnóstico de doenças, como Síndrome de Down, Síndrome de Turner, entre outras. A dermatoglia tem seu estudo aplicado na criminalística, antropologia física, biologia humana, genética e clínica médica” (GIRALDI, 2011, p. 29).

Conforme autora acima há indícios que as alterações gênicas podem mudar os dermatóglifos, por isso são amplamente utilizados no diagnóstico de várias anomalias congênitas e de muitas doenças genéticas (cromossômicas e gênicas).

Por isso, ocorrem algumas possíveis alterações dermopapilares em crianças com determinadas síndromes e doenças crônicas.

Já foi constatado que na Síndrome de Down cerca de 35% dos pacientes apresenta dez presilhas ulnares, encontradas somente em 4% dos indivíduos da população geral, e também um trirrádio axial característico no centro da região palmar. Na Síndrome de Klinefelter o número total de cristas é reduzido e o padrão em arco está aumentado. Na Síndrome de Turner o total de número de cristas está aumentado em relação ao indivíduo normal. A deficiência na formação das cristas é observada em 1% dos indivíduos da população geral enquanto está presente em 18% dos casos de esquizofrenia. Têm sido encontradas também alterações dermatoglíficas em outras doenças como o diabetes *mellitus* tipo 1 e 2, doença celíaca, fenilcetonúria, hipertensão arterial, infarto do miocárdio, cardiopatia reumática, embriopatia por rubéola, leucemia, autismo, alcoolismo crônico, psoríase, alopecia areata e hanseníase (EBLING; EADY; LEIGH, 1992 *apud* GIRALDI, 2011, p.29).

Notamos que a dermatoglia não trata somente da caracterização do esporte ideal, na escolha de um esporte de alto rendimento, mas também na descoberta precoce de algumas síndromes e doenças crônicas.

Segundo Giraldi (2011), Harold Cummins e seu colaborador Charles Midlo (1961) são conhecidos como o “pai” dos dermatóglifos, pois criaram estratégias de estudo na área da dermatoglia, que ainda são utilizadas atualmente.

Afirmam que os principais estudos foram com portador de Síndrome de Down, em que a amostra apontou que existia uma prega palmar transversal em sua palma da mão, conforme mostrada na figura abaixo.

**Figura 4** – Prega palmar transversal única na Síndrome de Down



**Fonte:** O autor (2007).

Verificamos o que a dermatoglia é mais ampla do que imaginamos. Sendo assim, podem ser diagnosticadas desde bebês algumas síndromes, falhas de desenvolvimento, entre outras patologias.

Um estudo realizado por diversos autores citado por Giraldi (2011, p. 113) demonstram quais síndromes cromossômicas e gênicas alteram os dermatóglifos, quais sejam: Síndrome de Poland (KUKLIK, 2000); Síndrome de Ellis-van Creveld (SHIONO, 1986); Síndrome de Ehlers-Danlos, Síndrome de Holt-Oram, Síndrome de Waardenburg, Síndrome de Kabuki (MA; CHOW; YAU, 2005); Síndrome de Prader-Willi (HOLT, 1975a, SCHAUMANN; OPITZ, 1991); Síndrome de Mayer-Rokitansky-Kuster-Hauser (KUMAR; MANOU, 2003); Síndrome mosaico i (12p); Síndrome de Pallister-Killian (SCHAUMANN; OPITZ, 1991); Síndrome de Alpert, Síndrome de Cornelia de Lange, em que ocorre prega palmar única, profunda e aumento do ângulo *atd* (SMITH, 1966; VERBOV, 1970a).

Giraldi (2011, p. 117-118) corrobora afirmando que existe uma síndrome autossômica, que apresenta a ausência de cristas dermoglíficas. Segundo Holt (1964, s.p) “atualmente foi designada como Síndrome de Basan, com herança autossômica dominante”. É também denominada de “doença do retardo na imigração”, pois há dificuldade na identificação destes indivíduos que não possuem dermatóglifos.

Segundo Okajuma (1975) *apud* Giraldi (2014), reafirma o que foi dito anteriormente:

Alterações congênicas dos dermatóglifos podem ocorrer num estágio precoce do desenvolvimento embrionário fetal, na fase da formação e crescimento dos membros, no terceiro mês de vida intrauterina. Doenças congênicas e síndromes podem do mesmo modo afetar o formato dos dermatóglifos

No entanto, as alterações no desenvolvimento acontecem ainda no período embrionário fetal, sendo assim afetam o formato das impressões digitais, podendo ser constatadas síndromes e alterações de desenvolvimento ainda quando bebê.

#### **4. METODOLOGIA**

Esta pesquisa será bibliográfica e de campo, com caráter descritivo e analítico. A mesma será realizada em uma escola pública do município de Coronel Sapucaia-MS, com alunos do 9º ano do Ensino Fundamental.

Além disso, a coleta de dados será feita por meio da coleta das impressões digitais dos alunos e, por conseguinte será descrita e analisada qual a predominância das cristas dermopapilares dos mesmos, isto é, quais as prevalências em termos de desenhos dermatoglíficos, como arco, presilha e verticilo.

Os materiais utilizados para a coleta das impressões digitais serão: rolo de entintamento, plaquetas e tinta para coleta de digitais.

#### **5. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Os resultados e discussões ainda estão em processo de elaboração, pois a pesquisa se encontra em andamento, em estágio inicial, com o levantamento bibliográfico acerca do tema, para posteriormente materialização na pesquisa de campo, por meio da coleta dos dados.

#### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Não há dados conclusos para serem divulgados, devido a pesquisa estar em elaboração, contudo, considerando cada item abordado e que está relacionado a dermatoglifia, observamos que esta temática possui um assunto amplo e interessante, que se articula a saúde ao esporte, área criminalística, área genética, entre outras.

Rizzi e Marcellino (2013, s.p) afirmam que “a dermatoglifia antecipa a utilização das tendências genéticas de um indivíduo e, aliada à atuação do meio ambiente, pode contribuir, não exclusivamente para a determinação do talento, mas para potencializar o desenvolvimento”, e isso facilitará saber qual será o treinamento destinado a cada atleta, melhorando sua aptidão física e chegando a um bom desempenho.

Além disso, descubrem patologias e falhas no desenvolvimento do ser humano de acordo com a predominância de desenhos encontrados nas ID's, e segundo os

estudos desenvolvidos por Ebling; Eady; Leigh (1992) é possível encontrar alterações das cristas dermopapilares em indivíduos com doenças crônicas e cromossômicas gênicas como o diabetes *mellitus* tipo 1 e 2 e a hipertensão arterial. Outro fato importante foi o principal estudo de Cummins e Midlo (1961) sobre a Síndrome de Down.

De acordo com Salus (2012) *apud* Rizzi, Marcellino (2013, s.p), “as impressões digitais são perenes, porque desde que se formam no sexto mês da vida intrauterina permanecem invariáveis em número, situação, forma e direção até o fim da vida”, desde que o indivíduo não tenha nenhuma alteração devido a síndromes.

Portanto, consideramos que o Profissional de Educação Física deve estar atento a temáticas emergentes como essa, que são assuntos de extrema importância para área, pois também cabe a ele a melhoria do treinamento, da qualidade de vida, da promoção da saúde e da prevenção de patologias, etc.

## REFERÊNCIAS

CABRAL, Breno Guilherme de Araujo Tinoco. **Voleibol infante - juvenil brasileiro: somatotipia, qualidades físicas e marcadores genéticos dos atletas em diferentes níveis de qualificação esportiva.** Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Centro de Ciências da Saúde, Natal - RN, 2007. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/jspui/handle/123456789/13162> Acesso em: 03/04/2017

DANTAS, Paulo Moreira Silva; ALONSO, Luciano; FERNANDES FILHO, José. A dermatoglia no futsal brasileiro de alto rendimento. **Fitness & Performance Journal**. v. 3, n. 3, p. 136 – 142, 2004. Disponível em: [http://www.fpjournal.org.br/painel/arquivos/1450-2\\_Futsal\\_Rev3\\_2004\\_Portugues.pdf](http://www.fpjournal.org.br/painel/arquivos/1450-2_Futsal_Rev3_2004_Portugues.pdf) Acesso em: 20/03/2017

FERNANDES FILHO, José; DANTAS, Paulo Moreira Silva; FERNANDES, Paula Roquetti. **Genética e treinamento esportivo: o uso prático da dermatoglia.** Atlas do esporte no Brasil. Rio de Janeiro: CONFEF, 2006, p. 137. Disponível em: <http://cev.org.br/arquivo/biblioteca/4013578.pdf>. Acesso em: 05/04/2017

FERNANDES FILHO, José; FERNANDES, Paula Roquetti. Estudo comparativo da dermatoglia, somatotipia e do consumo máximo de oxigênio dos atletas da seleção brasileira de futebol de campo, portadores de paralisia cerebral e de atletas profissionais de futebol de campo, não portadores de paralisia cerebral. **Fitness & Performance**. 3,3,158, mai./jun., Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: Acesso em: [http://fpjournal.org.br/painel/arquivos/1453-5\\_Futebol\\_Rev3\\_2004\\_Portugues.pdf](http://fpjournal.org.br/painel/arquivos/1453-5_Futebol_Rev3_2004_Portugues.pdf) Acesso em: 25/03/2017

GIRALDI, Susana. **Revisão histórica dos dermatóglifos e estudo comparativo entre o método tradicional de impressão palmar com tinta e método de escaneamento digital em um grupo de escolares de Curitiba, Paraná.** Tese de Pós Graduação Universidade Federal



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

do Paraná. Curitiba, 2011. Disponível em: <http://acervodigital.ufpr.br/handle/1884/29324>.

METTRAU, Marsyl Bulkool *et al.* Avaliação do perfil pessoal de adolescentes talentosos utilizando suas características dermatoglíficas. **Meta Avaliação**. Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 220 - 236, mai./ago. 2009. Disponível em: <http://revistas.cesgranrio.org.br/index.php/metaavaliacao/article/viewFile/43/24> Acesso em: 05/04/2017

RIZZI, Ariel Estevan Kremer; MARCELINO, Patricia Carlesso. Algumas premissas sobre os estudos em dermatoglifia no esporte e nas áreas da saúde. **Revista Digital**. Buenos Aires, ano 18, n. 184, set. 2013. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd184/dermatoglifia-no-esporte-e-saude.htm> Acesso em: 27/03/2017

**APLICAÇÃO E AVALIAÇÃO DO TREINAMENTO  
FUNCIONAL NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UMA  
PROPOSTA INTERVENTIVA COM ALUNOS DO 8º ANO<sup>1</sup>**

Autor 1: João Miguel Marin da Costa<sup>2</sup>

Autor 2: Ana Paula Moreira de Sousa<sup>3</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

**RESUMO**

Esta pesquisa objetivou aplicar e avaliar o treinamento funcional como uma proposta interventiva com alunos do 8º ano de uma escola pública de Ponta Porã-MS. Se caracterizou como pesquisa interventiva, de campo, com abordagem quali-quantitativa. Os sujeitos foram 26 alunos, sendo 11 do sexo feminino, e 15 do sexo masculino, com idades entre 15 e 17 anos. Foram utilizadas 8 aulas para a aplicação e avaliação dos testes motores, de velocidade, de resistência cardiorrespiratória e de flexibilidade. Para a coleta de dados, foram utilizados os protocolos do Projeto Esporte Brasil (2012), e métodos do treinamento funcional proposto por D'Elia e D'Elia (2005). Os resultados encontrados foram: a resistência cardiorrespiratória e o teste de flexibilidade estão fora da média indicada como adequada pela literatura; maioria da turma apresentou classificação na zona de risco à saúde; melhora significativa nos testes de agilidade realizados em tempo menores e; testes motores, aumentando o número de repetições. Portanto, verificou-se a necessidade de intervenções pedagógicas que promovam e trabalhem a saúde na escola, enfatizando a melhoria da qualidade de vida e mudanças no estilo de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física; treinamento funcional; saúde.

**1. TREINAMENTO FUNCIONAL E SUAS ESPECIFICIDADES**

O termo funcional pode ser associado às funções do sistema psico-biológico humano, podendo ser entendido como uma referência ao desempenho do mesmo, também pertencendo às funções vitais, e daqueles que são capazes de cumprir com eficiência seus fins práticos, é utilizado também como adjetivo às funções psíquicas e as funções biológicas.

A aplicação do treinamento funcional deve fornecer a adequada dose de exercícios frente às possibilidades de respostas aos estímulos recebidos, podendo garantir adaptações em relação aos critérios de eficácia e funcionalidade.

Ao se aplicar determinado exercício, levando em consideração da funcionalidade, não significa que se realizou um treinamento funcional, ambos são distintos em suas

---

<sup>1</sup> Esta pesquisa é resultado de uma pesquisa de Trabalho de Conclusão de Curso, defendida no ano de 2016.

<sup>2</sup> Graduado em Educação Física pelas Faculdades Magsul.

<sup>3</sup> Mestre em Educação, docente do Curso de Educação Física das Faculdades Magsul e orientadora da pesquisa.

características. Um treinamento para ser considerado funcional deve ter, como critérios, exercícios que contenham as variáveis da funcionalidade, tais como: frequência adequada aos estímulos; volume em cada uma das sessões; intensidade adequada; densidade, ou seja, ótima relação entre duração do esforço e a pausa para a recuperação; organização metodológica das tarefas, ou seja, os exercícios.

A boa aplicação e utilização das variáveis citadas fornecerá uma eficácia na melhora ou manutenção da capacidade funcional do sistema psico-biológico. Uma das hipóteses associado ao treinamento funcional é a “transferência”. A origem da palavra é latina (ato de *transfere*, transferir), ou seja, ação ou efeito de transferir, que é o ato de passar ou levar algo de um lugar para o outro (GRIGOLETTO *et al*, 2014).

Entendemos de acordo com a revista, o treinamento funcional pode ser aplicado com atividades de vida diário, colocando adaptações nos exercícios de forma que seja alcançada as variáveis da funcionalidade citadas acima.

Grigolletto *et al* (2014) consideram que todo treinamento tem como objetivo único lograr o maior efeito positivo sobre o rendimento específico, no caso sobre o treinamento funcional, efeitos sobre a saúde e a qualidade de vida.

A escolha do exercício é vital, não se deve estabelecer o foco em variáveis das atividades de vida diária, mas é necessário cautela ao realizar determinados exercícios, pois podem provocar lesões e desvios posturais, devido à combinação de algumas ações articulares.

Campos e Coraucci Neto (2004) afirmam que com a prática constante deste treinamento contribui para o aumento do condicionamento físico e melhora a performance; riscos a lesões acabam diminuindo gradativamente; indivíduos lesados na atividade diária ou no esporte, acabam retornando de maneira mais rápida e segura para o seu cotidiano; além de tudo, fornece uma série de variações e dinâmicas, dando mais motivação e estímulo para o praticante.

O corpo humano tem a habilidade em realizar atividades normais do cotidiano com eficiência e independência e o treinamento funcional visa melhorar a capacidade motora através de exercícios específicos, devido ao princípio da especificidade, estimulando o corpo humano de maneira a adaptá-lo para as atividades diárias.

## 2. METODOLOGIA

Este estudo está caracterizado como pesquisa de campo, estudo de caso, com abordagem qualitativa, quantitativa e descritiva.

O local da pesquisa foi uma Escola Estadual, situado na zona urbana, próximo ao centro do município de Ponta Porã-MS. De acordo com o Projeto Político Pedagógico, conta com 1695 alunos matriculados, sendo 321 alunos do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental; 649 alunos de o 6º ao 9 do Ensino Fundamental II e 724 alunos do Ensino Médio. Desse total 736 no período matutino, 651 no período vespertino e 308 no período noturno. Aproximadamente 15% dos alunos são descendentes de paraguaios, muitos residem no país vizinho devido ao baixo custo de vida e também por ser fronteira seca que liga um país ao outro sem nenhum controle.

A escola recebe recursos financeiros provenientes do Governo Estadual e do Governo Federal para merenda escolar, recebe livros didáticos, participa dos Programas Dinheiro Direto na Escola (PDDE) e Programa Desenvolvimento na Escola (PDE), participa do Programa Mais Educação e do Programa Escola Intercultural de Fronteira (PEIF). (PPP, 2012).

A escola é toda de alvenaria, possui 02 banheiros femininos e 02 banheiros masculinos, sendo um total de 24 sanitários; 01 vestiário feminino e 01 vestiário masculino, cada um com 06 chuveiros; 01 quadra de esporte coberta padrão e 01 quadra descoberta improvisada para o voleibol e basquetebol e um campo; 01 sala de leitura, 01 sala de tecnologia educacional, 01 sala de recursos multifuncionais (PPP, 2012).

Os sujeitos da pesquisa foram os alunos do 8ª ano do ensino fundamental. A escolha desta turma justifica-se por seus corpos estarem em transformação, ou seja, fase da adolescência, ao aumento da obesidade nessa transição da adolescência, o uso de álcool e também ao uso de drogas.

Participaram 26 alunos, com idades entre 15 e 17 anos, sendo 15 do sexo masculino e 11 do sexo feminino. A princípio divididos em grupos de 5 e 6 alunos, para início dos testes. Os testes foram individuais. Os alunos participaram no total de 8 horas aulas para aplicação do treinamento funcional, sempre com acompanhamento do professor responsável da turma.

A pesquisa é um estudo de caso como também uma pesquisa interventiva, pois na escola não são realizados atividades de treinamento funcional nas aulas de Educação Física, e a partir disso vislumbramos como proposta realizar uma aula diferenciada.

Os instrumentos das coletas de dados foram a aplicação dos protocolos e diário de campo. No início da pesquisa solicitamos a autorização da diretora, e do professor de Educação Física para ceder algumas aulas para poder aplicar o treinamento funcional.

Foi entregue um termo de Autorização Institucional, termo de Consentimento de Livre e Esclarecido e o Par-Q aos alunos, por serem menores de idade, que deve conter a assinatura dos pais responsáveis, inserido nos anexos.

O termo de consentimento trata sobre a participação do aluno durante a pesquisa e que não lhe proporcionará nenhum tipo de riscos ou prejuízo com a participação. O Par-Q é formado por questionários voltados para a autoajuda, com perguntas básicas, como tontura durante a atividade física, dores no peito, problemas cardíacos e limitações por fraturas que impeçam de realizar atividades físicas.

E para a realização dos protocolos de testes usamos cronômetros, cones, escada de agilidade, kettlebell emborrachado de 2kgs (uma bola de ferro com alça emborrachada), testes cardiorrespiratórios.

Recursos utilizados para o protocolo de pesquisa do treinamento funcional e para o desempenho motor foram indicados pelos autores Guedes e Guedes (2002). Os testes foram realizados na quadra descoberta da escola nas aulas cedidas pelo professor responsável.

Para os testes motores foi feita a utilização de 2 pares de kettlebell de 2kgs; para a resistência cardiorrespiratória cronômetro; para o teste voltado a flexibilidade utilizamos o corpo dos alunos e a consciência corporal de cada um; e para o teste de agilidade foram usados cones e a escada de agilidade.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram testados 26 alunos com exercícios e testes provenientes do treinamento funcional, com faixa etária de 15 a 17 anos, sendo divididos em 5 estações, sendo avaliados individualmente e em grupos, dos quais 15 (57,70%) são do sexo masculino e 11 (42,30%) do sexo feminino.

Estudos destacam que hábitos de atividade física na infância e na adolescência possivelmente possam transferir para a vida adulta (GUEDES e GUEDES, 2002).

A criança que é mais ativa tem maior incidência de se tornar um adulto ativo, a promoção da atividade física na infância e na adolescência significa estabelecer uma base sólida para a redução do sedentarismo na vida adulta (LAZZOLI, 1998).

As tabelas a seguir mostraram os índices de atividades físicas praticadas de acordo com as idades e a frequência da prática.

**Tabela 1-** Nível de Atividade Física no sexo Feminino

Idade	Pouco Ativo		Ativo		Sedentário	
	F	%	F	%	F	%
15	2	28,57%	4	57,15%	1	14,28%
16	0	0	3	100%	0	0
17	0	0	0	0	1	100%

**Fonte:** Pesquisadores (2016).

A tabela 1 apresenta a classificação das atividades físicas praticadas fora do âmbito escolar através da frequência por idade, na classificação pouco ativo: 15 anos 28,57%; na classificação ativo: 15 anos 57,15%; 16 anos 100% e na classificação sedentário: 15 anos 14,28%; 17 anos 100%. Analisando o nível de atividade física no sexo feminino constatamos que possuem menor índice de pouco ativo na idade de 15 anos, maior elevação no ativo nas idades de 15 e 16 anos e na de sedentário na idade de 15 e 17 anos.

**Tabela 2-** Nível de Atividade Física no sexo Masculino

Idade	Pouco Ativo		Ativo		Sedentário	
	F	%	F	%	F	%
15	0	0	7	100%	0	0
16	1	20%	4	80%	0	0
17	0	0	3	100%	0	0

**Fonte:** Pesquisadores (2016).

A tabela 2 apresenta o resultado da classificação das atividades físicas praticadas no cotidiano através da distribuição da frequência por idade, na classificação pouco ativo: 16 anos 20%; na classificação ativo: 15 anos 100%; 16 anos 80%; 17 anos 100% e na classificação sedentário todas as idades nulo.

Examinamos o nível de atividade física no sexo masculino percebemos que o índice de pouco ativo na idade de 16 anos é menor, maior relevância no ativo nas idades de 15 anos, 16 anos e 17 anos, e na de sedentário nulo. Sendo assim a tabela de 2 mostra que todos realizam determinada atividade física tanto na escola, como fora do âmbito escolar.

Comparando o grupo feminino com o grupo masculino notamos que nas idades de 15, 16 e 17 anos o grupo do sexo masculino teve maior incidência na prática ativa de atividades

físicas. Entretanto no grupo do sexo feminino na faixa de 15 e 16 anos o índice de práticas ativas foi a de melhor destaque dentro da classificação.

Dessa maneira, criar hábitos de vida ativo na infância e na adolescência poderá reduzir a incidência de sedentarismo, obesidade e doenças cardiovasculares na idade adulta. A atividade física intensa, principalmente quando envolve impacto, favorece aumento da massa óssea na adolescência e poderá reduzir risco de aparecimento de osteoporose em idades mais avançadas (LAZZOLI, 1998).

O professor nesse contexto deve trabalhar o corpo e suas reações de forma adequada, formativa e educativa, não constringendo o aluno frente aos seus colegas referindo se a ele como exemplo ou priorizar um tratamento diferenciado dos demais alunos. O professor de Educação Física deve desenvolver propostas pedagógicas ao aluno, com intuito de refletir sobre seus atos, e que ele mesmo seja capaz de decidir o melhor exercício físico regular ou um esporte para o seu bem estar físico, mental e social.

**Tabela 3-** Classificação do teste de flexibilidade para saúde por idade valores críticos feminino e masculino em centímetros

Idade	Feminino		Masculino	
	F	Cm	F	Cm
15	7	24,3cm	7	24,3cm
16	3	24,3cm	5	25,7cm
17	1	24,3cm	3	25,7cm

Fonte: Anelise Gaya (2012, 2016).

Na tabela 3 podemos observar os valores críticos da distância em centímetros, de acordo com a idade e sexo. Valores abaixo dos pontos de corte são consideradas zona de risco à saúde, valores acima zona saudável (PROESP-BR, 2012).

**Tabela 4-** Classificação do teste de flexibilidade para saúde por idade do sexo feminino

Idade	Zona de Risco à Saúde		Zona Saudável	
	F	%	F	%
15	6	85,70%	1	14,30%
16	2	66,66%	1	33,33%
17	1	100%	0	0

Fonte: Anelise Gaya (2012, 2016).

Observamos que na tabela 4 que a classificação do teste de flexibilidade na zona de

risco à saúde no sexo feminino: na faixa etária de 15 anos 85,70%; 16 anos 66,66%; 17 anos 100% e na zona saudável: idade 15 anos 14,30%; 16 anos 33,33%. Examinamos que na zona de risco à saúde, houve prevalência nas idades 15 e 16 anos, em relação a zona saudável também houve prevalência na faixa etária de 15 e 16 anos.

**Tabela 5-** Classificação do teste de flexibilidade para saúde por idade do sexo masculino

Idade	Zona de Risco à Saúde		Zona Saudável	
	F	%	F	%
15	6	85,70%	1	14,30%
16	5	100%	0	0
17	3	100%	0	0

**Fonte:** Anelise Gaya (2012, 2016).

Na tabela 5 apresentamos a classificação de flexibilidade por idade no sexo masculino na zona de risco à saúde: na faixa etária de 15 anos 85,70%; 16 anos 100%; 17 anos 100% e na zona saudável na faixa etária de 15 anos 14,30%.

Podemos observar que na zona de risco à saúde houve prevalência em todas as faixas etárias e na zona saudável apenas 1 aluno de 15 anos aparece.

De acordo com a tabela de classificação da PROESP-BR (2016), a flexibilidade do sexo feminino foi tida como 81,80%, zona de risco à saúde, e 18,20% zona saudável. Entretanto os do sexo masculino apresentaram 93,33% de zona de risco à saúde e apenas 6,66% na zona saudável.

A flexibilidade como uma capacidade de aptidão física relacionada à saúde é um bom indicador de saúde por estarem relacionados com baixas possibilidades de ter desvios posturais e como na prevenção de problemas como osteoporose, lombalgias, etc (PROESP-BR, 2012).

Para a classificação da resistência cardiorrespiratória as tabelas 6 e 7 foram estabelecidas pontos de corte ou valores críticos desta que divididos por idade e sexo permitem ao professor avaliar os adolescentes numa classificação de: crianças e adolescentes na Zona de risco à saúde ou na Zona saudável, proposto pelo Proesp-BR (2012).

**Tabela 6-** Classificação do teste cardiorrespiratório por idade feminino e masculino corrida/caminhada 6 minutos em metros

Idade	Feminino		Masculino	
	F	M	F	M
15	7	1005 m	7	1130 m
16	3	1070 m	5	1190 m
17	1	1110 m	3	1190 m

Fonte: PROESP-BR (2012).

Na tabela 6 destacamos os pontos de corte de acordo com a idade e sexo, valores abaixo obtidos dos que estão na tabela são considerados como zona de risco à saúde, valores acima são considerados como zona saudável (PROESP-BR, 2012).

**Tabela 7-** Classificação da resistência cardiorrespiratória por idade do sexo feminino

Idade	Zona de Risco à Saúde		Zona Saudável	
	F	%	F	%
15	2	28,57%	5	71,43%
16	1	33,33%	2	66,66%
17	0	0	1	100%

Fonte: PROESP-BR (2012).

Percebemos que na tabela 7 o resultado relativo ao teste de resistência cardiorrespiratória para a saúde na zona de risco à saúde no sexo feminino: na faixa etária de 15 anos 28,57%; 16 anos 33,33%; e na zona saudável na faixa etária de 15 anos 71,43%; 16 anos 66,66%; 17 anos 100%. Observamos que na zona de risco à saúde houve prevalência na faixa etária de 15 e 16 anos e na zona saudável houve a prevalência nas faixas etárias de 15 e 16 anos.

**Tabela 8-** Classificação da resistência cardiorrespiratória por idade do sexo masculino

Idade	Zona de Risco à Saúde		Zona Saudável	
	F	%	F	%
15	1	14,29%	6	85,71%
16	2	40%	3	60%
17	0	0	3	100%

Fonte: PROESP-BR (2012)

Na tabela 8 a descrição dos resultados relativos ao teste de resistência cardiorrespiratória para a saúde para a zona de risco à saúde do sexo masculino por faixa

etária: de 15 anos 14,29%; 16 anos 40% e para a zona saudável: na faixa etária de 15 anos 85,71%; 16 anos 60%; 17 anos 100%. Observamos que na zona de risco à saúde houve prevalência da faixa etária de 15 e 16 anos, e na zona saudável houve prevalência na faixa etária de 15, 16 e 17 anos.

A resistência cardiorrespiratória de acordo com a tabela de suas classificações para o sexo feminino prevaleceu a zona saudável com 72,73% do total e a zona de risco à saúde com 27,27%. Já o grupo do sexo masculino prevaleceu a zona saudável com 80% e a zona de risco à saúde ficando com 20% do total dos alunos.

A capacidade cardiorrespiratória pode ser definida como sendo a habilidade de realizar atividades físicas de caráter dinâmico que envolvam grande massa muscular com intensidade moderada a alta por períodos prolongados (FERNANDES FILHO, 2003).

Na tabela 9 e 10 a seguir foram estabelecidas tempos e distância de 22 metros percorridos através da escada de agilidade e de cones, classificados por faixa etária e cronometrados individualmente.

**Tabela 9-** Classificação de agilidade por idade do sexo feminino

Idade	Pré - teste		Pós - teste	
	Aluna	Tempo em segundos	Aluna	Tempo em segundos
15	1	27 segundos	1	22 segundos
	2	29 segundos	2	21 segundos
	3	25 segundos	3	23 segundos
	4	28 segundos	4	22 segundos
	5	29 segundos	5	22 segundos
	6	22 segundos	6	21 segundos
	7	24 segundos	7	19 segundos
16	8	25 segundos	8	22 segundos
	9	26 segundos	9	25 segundos
	10	30 segundos	10	29 segundos
17	11	25 segundos	11	25 segundos

**Fonte:** Pesquisadores (2016)

Na tabela 9 a descrição do pré- testes na classificação de agilidade por idade do sexo feminino, todas das 3 faixas etárias completaram o percurso na casa dos 20 a 30 segundos. No final do teste teve uma melhora da agilidade em completar o percurso de 22 metros, reduzindo alguns segundos no exercício. Na faixa etária de 15 anos 2 a 8 segundos; 16 anos 1

a 3 segundos; 17 anos 1 segundo. Analisando o resultado podemos ver que a faixa etária de 15 anos teve melhor resultado.

**Tabela 10-** Classificação de agilidade por idade do sexo masculino

Idade	Pré - teste		Pós - teste	
	Aluno	Tempo em segundos	Aluno	Tempo em segundos
15	1	20 segundos	1	16 segundos
	2	21 segundos	2	18 segundos
	3	19 segundos	3	17 segundos
	4	17 segundos	4	14 segundos
	5	18 segundos	5	14 segundos
	6	17 segundos	6	15 segundos
	7	17 segundos	7	13 segundos
16	8	16 segundos	8	13 segundos
	9	15 segundos	9	15 segundos
	10	17 segundos	10	14 segundos
	11	16 segundos	11	16 segundos
	12	18 segundos	12	17 segundos
17	13	15 segundos	13	14 segundos
	14	18 segundos	14	17 segundos
	15	19 segundos	15	18 segundos

**Fonte:** Pesquisadores (2016)

Na tabela 10 a descrição do pré-teste na classificação de agilidade por idade do sexo masculino todos realizaram o teste em um bom tempo na primeira aplicação, conseguindo melhorar o rendimento na oitava aplicação do teste, diminuindo o percurso em segundos. Na faixa etária de 15 anos a melhora foi de 2 a 4 segundos; 16 anos de 0 a 3 segundos; 17 anos a melhora foi de 1 segundo.

Observando a tabela, podemos verificar que houve maior rendimento na faixa etária dos 15 anos, e no grupo do sexo masculino houve maior diferença de segundos na faixa etária de 15 e 16 anos.

Desta forma, este estudo se torna relevante por mostrar que o professor de Educação Física pode desenvolver uma ação pedagógica diferenciada, que vá além da rotina adotada, e a do que os alunos estão acostumados com apenas futsal, queimada e voleibol.



Assim, se o professor aplicar o treinamento funcional nas aulas poderá despertar mais interesse dos alunos, que possibilite a mudança de estilo de vida sedentário pela adoção de um estilo de vida mais ativo, dinâmico e conseqüentemente melhorando sua qualidade de vida.

Portanto, faz parte também do papel do professor de Educação Física, trabalhar e promover a saúde nos aspectos biológico, social e cultural em um contexto global.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados do presente estudo possibilitaram identificar que os alunos do 8º ano do Ensino Fundamental prevaleceram mais na zona de risco à saúde segundo os testes da PROESP-BR (2012), e nos exercícios uma melhora significativa nos dados através do treinamento funcional.

O treinamento funcional representa uma nova metodologia de condicionamento, norteada pelas leis basais do treinamento e amparada cientificamente por meio de pesquisa e referências bibliográficas em todos os seus pontos principais e, sobretudo, avaliadas extensivamente nas salas de treinamento, onde foi possível definir suas linhas básicas.

No entanto, a essência do treinamento funcional está fundamentada no progresso dos aspectos neurológicos que comprometem a capacidade funcional do corpo humano através de treinos estimulantes que desafiam os vários componentes do sistema nervoso e, por isso, geram sua adaptação (CAMPOS; CORAUCCI NETO, 2004; D'ELIA e D'ELIA, 2005).

No que se refere a análise dos resultados das tabelas do teste cardiorrespiratório, da flexibilidade, estão fora da média adequada, sendo que a faixa de etária de desenvolvimento e da fase da adolescência de 15 e 16 anos são os que mais permaneceram na zona de risco, tendo uma vida pouca ativa.

Quanto ao exercício de agilidade houve grande melhora nos dois grupos de ambos os sexos e das faixas de 15, 16 e 17 anos. Podendo sim ter mais resultados com aplicações mais prolongadas de exercícios e testes com as funcionalidades do treinamento funcional.

Novas intervenções pedagógicas devem ser desenvolvidas nas aulas de Educação Física que contribuam e estimulem a adoção a um estilo de vida saudável e ativo nos alunos, atividades que proporcionem o aumento dos bons níveis de aptidão física voltada a saúde, e que através da realização das atividades o aluno possa refletir sobre suas atitudes, e se tornar uma pessoa mais consciente de si e do seu próprio corpo buscando melhorias para sua qualidade de vida.



## REFERÊNCIAS

CAMPOS, Maurício de Arruda; CORAUCCI NETO, Bruno. **Treinamento funcional resistido**. Rio de Janeiro: Revinter, 2004.

D'ELIA, Rodrigo; D'ELIA, Leandro. **Treinamento funcional: 7º treinamento de professores e instrutores**. São Paulo: SESC, 2005.

FERNANDES FILHO, José. **A prática da avaliação física: testes, medidas e avaliação física em escolares, atletas e academias de ginástica**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

GAYA, Anelise. **Manual de testes e avaliação**. Rio Grande do Sul: ME, 2012.

GUEDES, D. Pinto.; GUEDES J. E. R. Pinto. **Crescimento, composição corporal e desempenho motor de crianças e adolescentes**. São Paulo: CLR Balieiro, 2002.

GRIGOLLETO, M. E.da Silva *et al.* Treinamento Funcional: Para que e para quem? **Revista Brasileira de Cineantropometria e desempenho Humano**, v. 16, n. 6, p. 714-719, 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v16n6/pt\\_1980-0037-rbcdh-16-06-00714.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbcdh/v16n6/pt_1980-0037-rbcdh-16-06-00714.pdf)>. Acesso em: 23 out. 2016.

LAZZOLI, J. K. Atividade física e saúde na infância e adolescência. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, v.4, n.4, Niterói, Jul/Ago, 1998. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-86921998000400002](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-86921998000400002)>. Acesso em: 27 out. 2016.

PROESP-BR. **Manual do Projeto Esporte Brasil**. Rio Grande do Sul: ME, 2012.

PPP. **Projeto Político Pedagógico**. Ponta Porã-MS: Escola, 2012.



## **A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO E A REFORMA PROPOSTA PARA EDUCAÇÃO BÁSICA**

Autor 1: Mateus Veiga Menezes<sup>1</sup>

Eixo temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

O estudo objetiva mostrar a importância da (EF) Educação Física e justificar sua permanência no Ensino Médio. O governo fez uma proposta na grade curricular da Educação Básica que previa a desobrigação do ensino de disciplinas incluindo a EF. Mas, será que faz sentido retirá-la do Ensino Médio? Qual é a importância dessa matéria na adolescência? Foram realizadas pesquisas sobre o assunto e questionários foram elaborados com professores e alunos para que fossem ouvidas suas opiniões. Com base em relatos e pesquisas ficou claro que a EF no Ensino Médio é de fundamental importância para autonomia da prática esportiva ao longo da vida, tanto para o raciocínio lógico e concentração, quanto para a cognição, desenvolvimento motor, respeito mútuo, saúde, socialização, entre outros... aumentando a perspectiva de vida e sua falta poderá diminuir o desempenho dos alunos e implicar no aumento do índice da obesidade.

**PALAVRAS-CHAVE:** educação física; proposta do ensino médio; obesidade.

### **1. INTRODUÇÃO**

O estudo objetiva defender a importância da Educação Física no Ensino Médio, o governo fez uma proposta na grade curricular da Educação Básica, que previa a desobrigação do ensino de disciplinas incluindo a Educação Física. Mas, será que fazia ou faz sentido retirá-la do Ensino Médio? Qual é a importância da Educação Física na adolescência?

A Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB) em seu artigo 26, parágrafo 3º, dispõe que "A Educação Física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular obrigatório da Educação Básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar". Porém o governo quis retirá-la do Ensino Médio, sabendo que inúmeras pesquisas apontam o crescimento da obesidade e do sedentarismo infantil-juvenil sendo a atividade física a medida mais eficaz no combate a esse mal, porém



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

o governo voltou atrás mantendo sua obrigatoriedade na Educação Básica, mas o governo pode entrar com essa proposta novamente.

Em grandes cidades, em que o índice de roubo, assalto e violências nas ruas é maior, dificilmente os pais deixam seus filhos adolescentes saírem de casa para praticar esportes nas ruas, praças ou parques, pois temem a segurança de seus filhos, e o único lugar mais seguro é a escola, porém é na escola e no Ensino Médio, que eles aprofundam os conhecimentos sobre os esportes, como o futebol, futsal, vôlei, basquete entre outros, dando autonomia para prática esportiva ao longo da vida, pois no Ensino Fundamental um dos principais objetivos entre outros é o desenvolvimento motor dos alunos.

Conforme pesquisas feitas e relatos de professores e alunos, a Educação Física é muito importante, pois melhora o desempenho dos alunos, tanto em raciocínio lógico e concentração, quanto o controle e condicionamento corporal, auxilia na socialização e na formação de espírito de equipe nos alunos, os esportes motivam os alunos a se auto superar, e os auxilia a compreender que existem regras, e que estas devem ser seguidas, entre outros...aumentando a perspectiva de vida, e sua falta no Ensino Médio poderá implicar no aumento do índice da obesidade infanto-juvenil, da população e diminuir o desempenho dos alunos nas escolas. Assim como atravessar uma rua, denominado como noção de tempo e espaço que é trabalhado na Educação Física, lateralidade, ritmos entre outros...também são importantes para a formação de um cidadão.

### 2. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de campo do tipo transversal, com perguntas e coleta de dados por meio de questionários realizados com professores da área e alunos do Ensino Médio, para os professores algumas das perguntas foi; como seria se o governo retirasse a (EF) Educação Física do Ensino Médio? Qual a importância dessa disciplina no Ensino Médio? Entre outras...e para os alunos; se acham importante essa matéria, e as opiniões deles sobre a reforma da Educação Básica em que previa a retirada da EF, e quais os benefícios da prática.

A pesquisa foi composta por 5 professores de Educação Física e 30 estudantes de ambos os sexos, sendo 15 do sexo masculino e 15 do gênero feminino, abrangendo uma faixa etária entre 14 a 17 anos de idade, sendo alunos do ensino médio de uma Escola pública, localizada em Bela Vista - MS.

As análises de alguns dados foram feitas pelo Microsoft Excel versão 2013, sendo realizada uma análise exploratória dos dados através de estatística descritiva de média.

### 3. DISCUÇÃO TEÓRICA/EXPOSIÇÃO DOS RESULTADOS

Para compreendermos de forma mais crítica a importância da Educação Física escolar, busca-se normalmente ferramentas que possam auxiliar no processo, uma delas é a reflexão da sua própria prática. Muitos dos profissionais que hoje atuam na área da Educação Física não possuem tempo, ou até mesmo interesse, em refletir sobre o papel que possuem na sociedade. O que se percebe é uma grande quantidade de profissionais que dizem compreender o papel fundamental da profissão, mas que sequer têm argumentos para convencer seus alunos dessa importância. O profissional de Educação Física está acomodado, fazendo o seu papel, que muitas vezes ele mesmo desconhece, e esperando que alguém faça alguma coisa para protegê-lo.

De repente, é preciso cuidar do corpo. É preciso tirar o excesso de gordura. É preciso melhorar a “performance” sexual. É preciso melhorar o visual. É preciso competir. É preciso, acima de tudo, vencer. Vencer no esporte e vencer na vida. Mas acontece que nunca perguntamos a nós mesmos o que é realmente vencer na vida. Dentro deste panorama, a Educação Física se desenvolve e se prolifera em nosso país. E hoje, mais do que em nenhuma outra época, ela vem atendendo a toda essa demanda da sociedade de consumo. Desta forma, são os seus profissionais orientados a preencher este enorme campo que se abre; um campo de trabalho sem precedentes na história da Educação Física nacional, e que já ultrapassa em muito o âmbito escolar a que basicamente se restringia o licenciado tempos atrás. Formado o profissional – ou mesmo antes de completar seu curso – vai como professor ou técnico em busca de mercado. E, encontrando o seu lugar, procura desempenhar fielmente a função técnica que dele se cobra. Procura dar exatamente aquilo que se pede a ele. Este é um traço do perfil generalizado do profissional da Educação Física no Brasil. E é por meio deste tipo de relação que, segundo me parece, podemos analisar parte da falência desta disciplina como proposta de real valor: aquela Educação Física entendida como disciplina que se utiliza do corpo, através de seus movimentos, para desenvolver um processo educativo que contribua para o crescimento de todas as dimensões humanas. É nesse sentido que entendemos que a crise que costuma atingir quase todos os setores da sociedade que clamam por desenvolvimento, parece não estar perturbando muito a Educação Física. Ela vem cumprindo de maneira mais ou menos eficiente, disciplinada e comportada a função que a ela foi destinada na sociedade (MEDINA, 1987, p. 24).

Infelizmente ainda existem muitos professores de Educação Física rola-bola, que não ensinam os benefícios e a importância, que se acomodam e não se preocupam em

desenvolver seus alunos, e fazer o que tem que ser feito, assim desvalorizando a Educação Física, fazendo-a parecer não ser importante na escola, mas tenho observado comentários na internet de algumas pessoas sem conhecimento nenhum da área falando que a Educação Física não é importante, resultado que seu professor era rola-bola e não o ensinou direito.

Para compreender de forma mais crítica a importância da Educação Física escolar busca-se normalmente ferramentas que possam auxiliar no processo, sendo que uma delas é a reflexão acerca da prática docente na disciplina. Conforme afirma Piccolo (1993, p.15) “refletir é necessário e os resultados dessa reflexão radical e contextualizada devem ser socializados na perspectiva de desestruturar-se a ordem estabelecida”. Mas afinal para que serve a Educação Física escolar? Creio não existir pessoa ou profissional mais capacitado para responder esta pergunta que o próprio professor de Educação Física.

O principal papel do professor, através de suas propostas, é o de criar condições aos alunos para tornarem-se independentes, participativos e com autonomia de pensamento e ação. Assim, poderá se pensar numa Educação Física comprometida com a formação integral do indivíduo. Dessa forma, pode-se enfatizar o papel relevante que a Educação Física tem no processo educativo. O que, na verdade, ameaça a existência desta disciplina nas Escolas é a sua falta de identidade. Ela sofre conseqüências por não ter seu corpo teórico próprio, isso é, a informação acumulada é vasta e extremamente desintegrada por tratar-se de uma área multidisciplinar (PICCOLO,1993, p. 13).

Segundo De Marco (1995, p.77), “a Educação Física como sendo um espaço educativo privilegiado para promover as relações interpessoais, a autoestima e a autoconfiança valorizando-se aquilo que cada indivíduo é capaz de fazer em função de suas possibilidades e limitações pessoais”.

A Educação Física deve assumir a responsabilidade de formar um cidadão capaz de posicionar-se criticamente diante das novas formas da cultura corporal de movimento... A Educação Física enquanto componente curricular da Educação Básica deve assumir então uma outra tarefa: introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la. (BETTI & ZULIANI, 2002, p. 75)

Entende-se que a Educação Física deve fazer com que os alunos possam reproduzi-la ao longo da vida, tendo autonomia para pratica esportiva e uma vida

saudável, construindo um cidadão melhor para sociedade, ativo, com saúde e bem psicologicamente.

Essa proposta apresentada pelo governo foi um absurdo, além do Brasil estar em 5º lugar de países com alto índice de obesidade, com 26,2 milhões de pessoas obesas, sendo 11,7% homens e 20,6 % mulheres, poderia aumentar estrondosamente seu índice de obesidade, diminuindo a expectativa de vida da população, pela falta de incentivo ao esporte nas escolas.

Durante muito tempo na humanidade o **ganho de peso** era visto como um sinal de saúde e prosperidade. Porém, hoje o **acúmulo de gordura** ou **obesidade** é considerado uma das doenças crônicas mais comuns, que afeta crianças, adolescentes e adultos, principalmente nos países desenvolvidos embora sua prevalência possa variar de grupo para grupo. (ANDRADE, 2006, p.16)

Entende-se que com o passar do tempo o ganho de peso não era mais visto como um sinal de saúde, tanto que foi criada uma fórmula da Organização Mundial de Saúde (OMS)<sup>8</sup> classifica a obesidade baseando-se no índice de massa corporal (IMC) definido pelo cálculo do peso corporal, em quilogramas, dividido pelo quadrado da altura, em metros quadrados ( $IMC = \text{kg}/\text{h}^2_{(m)}$ ), e também pelo risco de mortalidade associada. A obesidade é caracterizada quando o IMC se encontra acima de  $30 \text{ kg}/\text{m}^2$ . A OMS define a gravidade da obesidade em: grau I (moderado excesso de peso) quando o IMC se situa entre  $30$  e  $34,9 \text{ kg}/\text{m}^2$ ; a obesidade grau II (obesidade leve ou moderada) com IMC entre  $35$  e  $39,9 \text{ kg}/\text{m}^2$  e, por fim, obesidade grau III (obesidade mórbida) na qual IMC ultrapassa  $40 \text{ kg}/\text{m}^2$ .<sup>2,9</sup>

Em uma pesquisa feita nas escolas com o cálculo do (IMC) índice de massa corporal, tenho observado que muitas crianças que se consideram estarem acima do peso, se negam a participar da pesquisa com medo do resultado e vergonha dos colegas, então os resultados das pesquisas feitas podem até serem maiores.

Segundo Mancini *et al.* (2010) vários distúrbios fisiopatológicos são causados pela obesidade, principalmente nas pessoas com IMC acima de  $30 \text{ kg}/\text{m}^2$ . Podem ser citados os distúrbios cardiovasculares (hipertensão arterial sistêmica, hipertrofia ventricular esquerda com ou sem insuficiência cardíaca, doença cérebro-vascular, trombose venosa profunda, entre outros), distúrbios endócrinos (diabetes *mellitus* tipo II, dislipidemia, hipotireoidismo, infertilidade e outros), distúrbios respiratórios (apneia obstrutiva do sono, síndrome da hipoventilação, doença pulmonar restritiva). A

obesidade ainda pode gerar disfunções gastrointestinais, como hérnia de hiato e colecistite; distúrbios dermatológicos, como estrias e papilomas; distúrbios geniturinários, como a ovulação e problemas gestacionais; distúrbios músculo-esqueléticos, como osteoartrose e defeitos posturais; neoplasias, como câncer de mama ou próstata; distúrbios psicossociais, como sentimento de inferioridade e isolamento social; e outras implicações, como o aumento do risco cirúrgico e anestésico e também a diminuição da agilidade física.

Segundo Balestra (2005, p.5) 'É fundamental refletir sobre o papel desempenhado pelo professor na perspectiva piagetiana, em que a atuação do educador é de relevante importância, na medida em que será ele o responsável pela qualidade das interações estabelecidas na sala de aula. É por isso que as relações entre o educando e o objeto do conhecimento, entre os próprios alunos e entre estes e o professor dependem dessa mediação (do professor)''.

Uma pessoa que faz exercício físico, comparado a uma pessoa que não faz, tem uma redução de quase 40% do risco de desenvolver demências, 25% do risco de desenvolver doença de Alzheimer, e a atividade física pode contribuir muito para melhoria da saúde do nosso cérebro. Quanto antes agente começa a introduzir esse hábito na criança, melhor ela vai se adaptar ao longo da vida.

Segundo pesquisas para ter uma vida saudável, é essencial fazer atividades físicas todos os dias, devemos fazer esportes por meia hora de três a cinco vezes por semana, assim nosso coração, músculos e ossos ficaram mais fortes. O esporte de equipe nos ensina a nos relacionar com os outros, a resolver problemas e situações juntos, aprendendo a respeitar regras.

Conforme Piaget (1994) diz que, 'É nas relações sociais com seus iguais que as pessoas descobrem que é necessária a reciprocidade para viver conforme as regras acordadas entre os indivíduos''.

A habilidade social se constrói necessariamente por um caminho de convivência e de solidariedade, de conhecimento do mundo e de interação, um processo de inter-relação com pessoas e processos diferentes, com histórias diversas. Acima de tudo, a habilidade social se constrói pelo respeito e equilíbrio, fundamentais para o convívio humano. Se constrói pelo trabalho em equipe, pela colaboração, pela cumplicidade e pelo afeto. (CHALITA, 2001, p.232)

Segundo Macedo (2010) relata que, “É através do contato com o outro, que ocorre durante as brincadeiras, que as crianças aprendem a argumentar, tomar decisões e compartilhar experiências e pontos de vista, significando assim que a ludicidade leva a muitos aprendizados sociais”.

Este objetivo comprova que o brincar deve ser parte integrante das atividades na educação, planejado como um dos momentos da rotina diária, não apenas usados para preencher espaço entre uma e outra atividade. Ele é tão importante quanto as demais atividades, como as de linguagem, matemática e ciências, visto que contribui significativamente para aprendizagens sociais das crianças, que servirão de base para a sua vida futura.

Vivenciados na brincadeira, cooperar, competir, ganhar, perder, comandar, subordinar-se, prever, antecipar, colocar-se no lugar do outro, imaginar, planejar e realizar, são aspectos fundamentais à aprendizagem em geral, (...). É por isso que a aprendizagem escolar se beneficia da brincadeira, e não porque um conteúdo específico do currículo escolar pretendeu ser ensinado por meio de um jogo. Assegurar tempo e espaço para brincar através de uma atitude valorizadora e participativa da brincadeira contribui, decisivamente, para o desenvolvimento e a aprendizagem das novas gerações, confirmando que brincar é, sim, aprender. (FORTUNA, 2006, p.2)

Desta forma, é essencial que o brincar esteja presente na escola, ainda mais na Educação Física. Além de espaços adequados e apropriados para atividades físicas, o professor também deve compreender o quanto a sua aula contribui para o desenvolvimento dos alunos, inserindo-a no contexto do seu dia a dia com a turma. Ao observarmos uma sala de aula de uma turma de Educação Física, podemos estimar o papel que desempenha o brincar neste lugar, ou ao menos, deveria desempenhar. Geralmente, o arranjo do espaço é diferente: com mesas e cadeiras menores, prateleiras com jogos e brinquedos à disposição, maior espaço livre para brincarem dentro da sala, sem contar com espaços livres como pátios e pracinhas, nos quais muitas vezes ocorrem as brincadeiras.

Pensando no papel da escola para a socialização, vale lembrar que o posicionamento do professor com relação à utilidade da brincadeira é determinante para que esta atinja os seus objetivos, ou seja, o educador precisa acreditar que o brincar é importante, compreendendo as suas consequências para a construção de aprendizados sociais para os alunos.

Nessa linha de raciocínio, o educador é o articulador de situações desafiadoras para aprendizagem. É também considerado, o profissional que conhece com profundidade o conteúdo que se propõe



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

ensinar e, por isso, deve socializá-lo com os alunos através de procedimentos cooperativos. Ao trabalhar com os pressupostos piagetianos, o educador procurará fazer das suas aulas momentos dinâmicos de aprendizagem, eliminando os rituais que caracterizam o ensino tradicional. (BALESTRA, 2005, p.5)

Após a realização da pesquisa obtivemos alguns resultados. De acordo com a análise da concepção dos alunos a respeito da importância das aulas de Educação Física, foi verificado que 98% consideraram as aulas importantes e apenas 2% responderam que não. Diante de tal análise identificou-se que o motivo pelos quais levaram a considerar as aulas importantes foi à promoção da saúde, lazer e beleza.

Em relação aos professores 100% consideraram a Educação Física importante, eles relataram que acham um absurdo a proposta que o governo fez de querer retirá-la do Ensino Médio, que no momento em que inúmeras pesquisas apontam o crescimento da obesidade e do sedentarismo infanto-juvenil, e sabendo que a atividade física é a medida mais eficaz para evitar esse mal, além de desenvolver o desempenho dos alunos nas escolas entre vários outros benefícios, o governo fez essa proposta absurda.

Sendo assim, cabe ao professor de Educação Física planejar os momentos de suas aulas pensando nos objetivos que estipulou para um determinado grupo em específico, propondo situações desafiadoras e motivadoras para que os alunos possam refletir e buscar soluções, incentivando a ajuda e colaboração entre eles, o que favorece a socialização. Desta forma, as intervenções do professor podem ser realizadas através de situações lúdicas, como nas brincadeiras, nas quais muitas vezes aparecem conflitos, que mediados pelo professor, levarão a decisões e compreensões sobre as regras de condutas sociais.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em alguns questionários realizados nas escolas, observei que através da Educação Física e esportes, que os alunos se socializam, fazem amizades, fazem equipes, se sentem mais alegres. Ao trabalhar em grupo as crianças formulam novas hipóteses, constroem conhecimentos coletivos, dialogam com o objetivo de afirmar suas convicções e também, não menos importante, aprendem a escutar as ideias do grupo no qual trabalha. A partir da interação os sujeitos estabelecem trocas oportunizando a construção de novos conceitos.

O Brasil foi a sede para os jogos olímpicos em 2016, nosso país é voltado para os esportes, milhões de brasileiros torce para um time, e deixam tudo para assistir um jogo de futebol. Se esta proposta pelo governo fosse aprovada, com certeza poderia



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

diminuir os números de atletas por falta de incentivos na adolescência, pois muitos atletas dizem que foi na sua adolescência através da escola, que foram incentivados a se tornarem um atleta, justo no Ensino Médio.

Estamos em uma época onde nunca se falou tanto sobre a importância da prática regular do exercício físico para promoção da saúde e bem-estar das pessoas, em qualquer idade. A Educação Física Escolar, no Ensino Médio passou por momentos de agonia, apesar do reconhecimento do profissional de Educação Física, como um profissional da área da saúde, da importância do exercício físico, não só como meio de formação de atletas, mas também como um excelente remédio para a prevenção de 35 doenças.

A (BNCC) Base nacional Comum Curricular só vai começar a ser sancionada a partir de 2018, não podemos afirmar alguns dados ainda, mas o intuito deste artigo foi mostrar que a Educação Física é importante sim no Ensino Médio e inclusivamente para toda população.

### REFERÊNCIAS

ANDRADE, D.E.G. Prevalência de sobrepeso e obesidade em crianças de escolas públicas e privadas do ensino fundamental da cidade de Franca-SP e alguns fatores de risco associados, p 16, 2006.

BALESTRA, Maria Marta Mazaro. PIAGET: Uma importante contribuição para a Educação. Revista Eletrônica de Ciências da Educação, Paraná, v. 4, n 1, s.p, 2005. Disponível em: <http://revistas.facecla.com.br/index.php/reped/article/viewFile/322/227> . Acesso em: 29 set. 2010

BETTI, M; ZULIANI, L. R. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte. V.I, n.1, p. 75, 2002.

CHALITA, Gabriel. Educação: A solução está no afeto. São Paulo: Gente, p 232, 2001.

FORTUNA, Tania Ramos. O Brincar na Educação Infantil. Disponível em:[http://www.educared.org.ar/infanciaenred/elglobo-rojo/piedra/2006\\_06/03.asp](http://www.educared.org.ar/infanciaenred/elglobo-rojo/piedra/2006_06/03.asp). Acesso em 29 mar. 2017

MEDINA, João Paulo Subirá. A Educação Física cuida do corpo... e “mente”: bases para a renovação e transformação da educação física. Campinas: Papirus. 1987.

OLIVEIRA, C, Obesidade Infanto-Juvenil. Web Artigos, Publicado em 02 de abril de 2008. Disponível em: <http://www.webartigos.com/artigos/obesidade-infanto-juvenil/5154/> Acesso em: 29/04/2017.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

PICCOLO, Vilma L. Nesta. Educação física escolar: ser\_\_\_ ou não ter? Campinas: Ed. da UNICAMP, 1993. 136 p.



## **A IMPORTÂNCIA DO ESPORTE NA EDUCAÇÃO INFANTIL**

Autor 1: Roseli Bitencourt Proença<sup>1</sup>  
Autor 2: Deyvid Tenner de Souza Rizzo<sup>2</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

A prática esportiva como instrumento educacional visa o desenvolvimento integral das crianças capacita a criança a lidar com suas necessidades, desejos e expectativas. Além de estimular seu desenvolvimento intelectual, pois nesta fase é fundamental estimular a prática do esporte ou atividade física que resultarão e uma vida adulta com mais qualidade, promove o desenvolvimento básico, e também melhora auto- confiança. Inserir estas crianças no esporte de maneira saudável na educação infantil, onde ela irá desenvolver valores de cooperação e respeito as diferenças, conseguira conviver com suas conquistas e frustrações, conhecendo seus limites e potencialidades. Os benefícios inúmeros entre eles contra algumas doenças cardiovasculares, mas acima de tudo proporciona uma infância mais ativa, saudável e alegre contribuindo assim para o desenvolvimento integral da criança.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física; Educação Infantil; Esporte Educação.

### **INTRODUÇÃO**

A importância do Esporte na Educação Infantil pela possibilidade de proporcionar às crianças uma diversidade de experiências através de situações nas quais elas possam criar, inventar, descobrir movimentos novos, reelaborar conceitos e ideias sobre o movimento e suas ações. Além disso, é um espaço para que, através de situações de experiências com o corpo, com materiais e de interação social – as crianças descubram os próprios limites, enfrentem desafios, conheçam e valorizem o próprio corpo, relacionem-se com outras pessoas, percebam a origem do movimento, expressem sentimentos, utilizando a linguagem corporal, localizem-se no espaço, entre outras situações voltadas ao desenvolvimento de suas capacidades intelectuais e afetivas, numa atuação consciente e crítica. Dessa forma, essa área do conhecimento poderá contribuir para a efetivação de um programa de Educação Infantil, comprometido com os processos de desenvolvimento da criança e com a formação de sujeitos emancipados. Para isso, entendemos que o ensino não pode ser concebido como uma mera aplicação de normas, técnicas e receitas pré-estabelecidas, mas como um espaço de vivências

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Educação Física das Faculdades MAGSUL.

<sup>2</sup> Doutorando em Ciências do Desporto pela Universidade de Trás os Montes e Alto Douro (UTAD). Professor do Curso de Educação Física das Faculdades MAGSUL.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

compartilhadas, de busca de significados de produção de conhecimento e de experiências na nação.

Dentro do esporte lazer, o jogo é valorizado e destacado por sua infinita forma de variações e adaptações, que favorecem as crianças a participar independente de sua aptidão física, habilidade, sexo, idade, raça e cultura. A esporte participação respeita as particularidades e limitações de cada criança, democratizando a prática esportiva.

### DESENVOLVIMENTO

A importância do esporte na Educação Infantil é uma forma de organizar a atividade física, que possui regras e benefícios específicos ao desenvolvimento da criança, os benefícios que o esporte traz na infância enquanto atividade física organizada, é importante não apenas para o desenvolvimento físico e motor, mas também o desenvolvimento social da criança. E com enfoque da utilização do esporte no ambiente formal de ensino, ou seja, na escola que temos o intuito de direcionar os nossos estudos, pois o esporte está presente na vida dos indivíduos, nada mais significativo ele estar inserido na escola, mas especificamente na disciplina de Educação Física. Assim a sua presença na escola tem como objetivo a formação do cidadão para a atuação direta na sociedade em que pertence.

Acredito que o esporte deva estar presente na Educação Física escolar, pois este fenômeno está culturalmente enraizado em nossa sociedade, portanto, necessita de uma atenção especial para que possamos oferecer aos alunos condições de entendê-lo e refletir sobre suas variadas possibilidades, pois da mesma forma que os acontecimentos da sociedade exercem influência na escola, reciprocamente a escola também possui a propriedade de intervir nesta sociedade.

O ensino do esporte na escola está amparado legalmente em vários documentos, cujos teores apresentam algumas diferenças dependendo do nível governamental (federal, estadual, e também municipal) em que se realiza. Neste momento não cabe apresenta e discutir sobre todos eles.

É com enfoque da utilização do esporte no ambiente formal de ensino, ou seja, a escola, como se referem Paes (2001) e Tubino (1999) que temos o intuito de direcionar os nossos estudos, pois se o esporte está presente na vida dos indivíduos, nada mais significativo ele estar inserido na escola, mais especificamente na disciplina Educação Física. Assim, a sua presença na escola tem como objetivo a formação do cidadão para atuação direta na sociedade

em que pertence.

O esporte apresenta várias possibilidades de manifestação, sendo que para este estudo, estaremos direcionando o nosso olhar para a utilização do esporte na escola. Temos o objetivo de refletir sobre o esporte nas aulas de Educação Física escolar, analisando historicamente a sua inserção, bem como a forma de aplicação no ambiente formal de ensino. Faremos uso da técnica da pesquisa bibliográfica, procurando discutir a importância de uma Educação direcionada para a cidadania e sinalizando para a necessidade de uma Educação Física escolar voltada para a possibilidade de todos terem acesso ao conteúdo esporte, sem restrições de condições físicas ou níveis de habilidades motoras, respeitando as diferenças entre os alunos. Elegendo a cultura corporal de movimento como referência para a Educação Física escolar, procuramos garantir o acesso a essa cultura, propiciando ao aluno condições de conhecê-la, reproduzi-la, reconstruí-la e transformá-la.

Uma escola que assume por missão consolidar a capacidade e a vontade dos indivíduos de serem atores e ensinar a cada um a reconhecer no outro a mesma liberdade que em si mesmo, o mesmo direito à individualização e à defesa de interesses sociais e valores culturais, é uma escola de democracia (TOURAINÉ, 1998, p. 339).

A Educação Física na Educação Infantil também pode se ocupar dos grandes temas das práticas corporais, entre eles, o esporte, no sentido de apresentar esse mundo às crianças, oportunizando o diálogo com as variadas formas de expressão corporal presentes na sociedade, tematizando com elas novas formas de relação com os objetos culturais que contam a história. A aprendizagem e o desenvolvimento estão inter-relacionados desde que a criança passa a ter contato com o mundo, na interação com o meio social e físico a criança passa a se desenvolver de forma mais abrangente e eficiente. Isso significa que a partir do desenvolvimento com seu meio social são desencadeados diversos processos internos que permitiram um novo patamar de desenvolvimento. A criança por meio da observação, imitação e experimentação das instruções recebidas de pessoas mais experientes, vivencia diversas experiências físicas e culturais, construindo dessa forma um conhecimento a respeito do mundo que a cerca.

A partir de suas regras e condições as crianças conseguem compreender formas de relacionarem-se com os outros. Alguns autores defendem que a prática esportiva infantil é capaz de prevenir muitos adoecimentos futuros, como o estresse, problemas respiratórios, cardíacos, de coluna e vários outros. Isso por que, a partir desta prática de esportes

as crianças desenvolvem força óssea e muscular, além de melhorarem o desenvolvimento físico.

Outro aspecto importante é a variedade de como a criança tem energia e curiosidade, é importante explorar mais de um esporte, não apenas para que ela tenha contato com diferentes regras e organizações de atividade física, mas para proteger o corpo de repetições que possam ser prejudiciais ao desenvolvimento motor.

Faz parte da natureza da criança, a curiosidade de aprender. Uma criança que ao procurar a escola de esporte na maioria das vezes revela seu interesse em aprender a fazer cestas, gols, saques etc. Portanto, os aspectos técnicos, táticos e físicos da pedagogia do esporte tornaram-se o foco do processo de iniciação esportiva. Entretanto, o profissional não deverá limitar a prática do esporte somente a questões da metodologia; é preciso considerar a possibilidade educacional do esporte.

A opinião dos adultos sobre a prática esportiva de crianças e de adolescentes é unânime, ou seja, os pais não se opõem a que seus filhos pratiquem esporte. Além disso, devido à valorização da atividade física para a qualidade de vida, a tendência em considerar a prática esportiva tão importante quanto as atividades intelectuais tem crescido bastante nos últimos anos. Pois os pais consideram a prática de esportes benéfica para a saúde de seus filhos e favorável ao rendimento escolar.

Deve-se destacar também a importância do papel da família no desenvolvimento da relação da criança no esporte, é sempre bom lembrar que não há benefícios nas exigências e cobranças exageradas dos pais em relação ao rendimento, a forma de como as crianças vão se relacionar com a prática esportiva em muito depende da forma de como seus pais o fazem. É bastante complicado para uma criança entender porque ela tem que se exercitar, se os pais não gostam de fazer exercício, porém essa prática de sedentarismo está cada dia menor, pois nas ruas, parques, clube e academias há pessoas fazendo ou praticando algum tipo de exercício ou esporte. Que automaticamente estimula a criança a vivenciar esta experiência. O esporte ajuda muito, e é muito importante na Educação Infantil por amenizarem com alguns problemas onde as crianças tem dificuldade de relacionar-se umas com as outras, e também a descobrir o corpo. Deve-se ser introduzido na vida da criança de uma forma gradual, para que ela se dê por satisfeita de uma maneira lúdica.

O esporte tratado e privilegiado na escola pode ser aquele que atribui um significado menos central ao rendimento máximo e a competição, e procura permitir aos educandos

vivenciar também formas de práticas esportiva que privilegiem antes o rendimento possível e a cooperação.

A negação do esporte não vai no sentido de aboli-lo, fazê-lo desaparecer ou então negá-lo como conteúdo das aulas de E.F. Ao contrario se pretendemos modifica-lo é preciso exatamente o oposto, é preciso tratá-lo pedagogicamente. (BRACHT, 2000, p. 19).

A importância do esporte na Educação Infantil pode configurar-se como um espaço em que a criança brinque com a linguagem corporal, com o corpo, movimento aprendendo assim esta nova linguagem, brincar com essa linguagem corporal significa criar situações nas quais as crianças entre em contato com diferentes manifestações da cultura corporal, tanto elas relacionadas aos jogos.

O fato de o esporte apresentar características muito ricas a serem exploradas pelos profissionais da área de Educação Física escolar. Não podemos mais ficar restritos apenas a transmitir aos alunos o saber fazer determinados movimentos, e ainda assim privilegiando os que apresentam certas facilidades, mas sim oferecer condições que todos, independente das diferenças, possam ser possibilitados de aprender e também dar-se em conta de como e importante o conteúdo esporte na educação infantil, nas aulas de Educação Física, sob o aspecto da abordagem em saber o que está sendo desenvolvido através da dimensão conceitual, aprender a saber fazer pela dimensão procedimental, refletir e agir sobre como se deve ser com a dimensão atitudinal.

Apresenta-se de forma essencial que o profissional de Educação Física quando estiver trabalhando com o conteúdo esporte, propicie aos alunos condições de vivenciá-lo, não descartando a importância do aprender a realizar movimentos e gestos característicos das modalidades esportivas, porém ele não deve se restringir apenas a saber fazer.

É importante que o esporte receba também uma atenção especial quanto aos seus procedimentos conceituais, abrangendo origem, evolução, alterações para assumirem determinados comportamentos perante a sociedade, como os de participação, cooperação, comprometimento, responsabilidade, respeito, honestidade.

[...] partindo do princípio de que é desejável que todos os jovens tenham oportunidades iguais para se familiarizarem com uma série de aspectos da cultura motora no seio da qual crescem, parece óbvio que a escola tem de desempenhar um papel central no processo de socialização do movimento (CRUM, 1993, p. 143).

Evidencia-se que o esporte é um forte integrante cultural de nossa sociedade, e a partir do momento que foi inserido na escola, sempre teve grande influência na Educação Física Escolar, inclusive sendo inúmeras vezes praticamente o único conteúdo ministrado nesta disciplina, entendendo o esporte deve sim estar presente na escola, essencialmente na disciplina Educação Física pois é um conhecimento próprio desta área, porém devemos fazer dele um meio para a formação de alunos na fase infantil que onde esta desenvolvendo seu caractere é que deve ter como eixo norteador uma pedagogia para a cidadania.

Touraine (1998) com isso propõe a passagem de uma escola da sociedade, escola do sujeito, onde não haverá o intuito exclusivo de socialização do aluno, preparando para uma sociedade hierarquizada, mas sim, para uma educação que terá como foco principal o indivíduo. Para tanto, a escola passa a ser também a escola da comunicação, tornando-se imprescindível um maior grau de relacionamento entre alunos, professores, alunos-professores, alunos-professores-demais funcionários da instituição, buscando uma melhora nas relações afetivas. Para o autor, a escola da comunicação não se caracteriza pela simples transmissão das mensagens como na escola da sociedade, mas sim na possibilidade de haver uma proximidade entre os seus integrantes, favorecendo trocas de conhecimentos e experiências, fato que só ocorrerá com uma proposta educacional que propicie o inter-relacionamento.

Valorizando a importância da escola do sujeito e da necessidade de um maior contato com a diversidade cultural, possibilitando o crescimento do aluno através das diferenças e essencialmente ao respeito por essas diferenças, o autor atinge a ideia de escola democratizante, segundo suas palavras:

Uma escola que assume por missão consolidar a capacidade e a vontade dos indivíduos de serem atores e ensinar a cada um a reconhecer no outro a mesma liberdade que em si mesmo, o mesmo direito à individualização e à defesa de interesses sociais e valores culturais, é uma escola de democracia (TOURAINÉ 1998, p. 339).

Acredito que a chamada escola democrática, antes de tudo, irá respeitar a individualidade de cada sujeito e propiciará uma educação com maior abrangência e qualidade. Concordo com o autor que a escola não deva direcionar os seus objetivos apenas para a preparação ao mercado de trabalho e conseqüentemente inserção do indivíduo em uma sociedade hierarquizada. Cabe à escola uma função muito mais humanizadora, tendo, portanto, como ponto central o ser humano.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

O que procuro enfatizar é o fato do esporte apresentar características muito ricas a serem exploradas pelos profissionais da área de Educação Física escolar. Não podemos mais ficar restritos apenas a transmitir aos alunos o saber fazer determinados movimentos, e ainda assim privilegiando os que apresentam certas facilidades, mas sim oferecer condições que todos, independente das diferenças, possam ser possibilitados de aprender o conteúdo esporte nas aulas de Educação Física, sob o aspecto da abordagem em saber o que está sendo desenvolvido.

É normal que as crianças gostem de alguma atividade relacionada a jogos, tecnologia, televisão, mas tão importante que os professores incentivem, os pais são os primeiros e os grandes incentivadores a esta prática esportiva desde a infância. O esporte é essencial na vida de todas as crianças pois auxiliam no desenvolvimento motor. Além de terem papel importante no desenvolvimento da coordenação motora, esses são elementos fundamentais já que promovem o contato constante.

Ajuda também nos conceitos de cidadania como: afeto, sociabilidade, facilidade de cognição, cultura e aspectos biológicos, pois crianças que praticam esporte são mais sociáveis, educadas, e o esporte na educação infantil proporciona um sentido de cooperação, entre inúmeras outras vantagens o que reflete em uma melhor qualidade de vida, tanto para a criança quanto para os pais.

Estamos em busca de uma nova referência para a Educação Física escolar, pois procuramos formar o aluno que tenha condições de conquistar a sua autonomia, que possa ter realmente uma participação efetiva na sociedade que está inserido, mas de uma forma que não direcione os objetivos exclusivamente para si, e sim procure refletir e agir para uma melhora do coletivo, para tanto há necessidade que o aluno durante as aulas, deixe de ser um receptor de conteúdos, para ser também, um dos construtores do seu processo educacional.

O ensino do Esporte na Educação Infantil, proporcionará diversas vivências que valorizem o aluno estimulando a reflexão crítica e a utilização do corpo como instrumento de interpretação do mundo. Para isso, o ensino da Educação Física juntamente com a importância do esporte na educação infantil, oferecerá a organização de um ambiente que possibilite desenvolver as capacidades de: Conhecer e utilizar o corpo em movimento no tempo e no espaço, dominar os movimentos básicos do corpo, ampliar o repertório motor na combinação de movimentos e habilidades, dominar os movimentos básicos do corpo,

Ampliar o repertório motor na combinação de movimentos e habilidades,

- Identificar e utilizar as atividades ludo-pedagógico do cotidiano escolar na organização do lazer;
- Repudiar a violência, evidenciando o respeito mutuo, a ética, a dignidade e a solidariedade;
- Incorporar as manifestações corporais das diversas culturas ao acervo lúdico;
- Demonstrar autonomia na legislação da regra dos jogos;
- Entender a diversidade cultural e conviver com ela na organização e execução das práticas corporais;
- Compreender a importância da atividade física e do esporte para a saúde, relacionando-a com os fatores socioculturais;
- Adquirir habilidades esportivas, reconhecendo a importância do gesto motor, despertando o prazer pelo esporte;

Devemos valorizar o conhecimento do conteúdo, construindo uma análise no esporte em geral, conhecendo suas modalidades, códigos, regras, instalações e aparelhos aprendendo e debatendo com esportistas e professores de determinadas modalidades conforme fomos trabalhando. Acredito que no ambiente pedagógico devemos tentar mostrar aos alunos atividades espontâneas com materiais que devem facilitar a atividade, desencadeando problemas para que eles resolvam, mudando os métodos quando esses mudam as formas de pensar, citando exemplos e atividades alternativas, ensinando-lhes a observar os fatos. Em geral, essas ações contribuem muito mais do que atrapalham na compreensão do que venha a ser esporte.

Tendo em vista as diversas possibilidades de adaptação, os alunos devem compreender através da vivência e também da construção e desconstrução das regras, que o esporte caracteriza-se como um campo de ação aberto, e a atribuição de sentidos e significados pode ser orientada a adjetivos tais como a satisfação de um prazer intrínseco, uma atividade com fins sociais, uma vivência á aquisição e manutenção da saúde, entre outras possibilidades, assim podemos concordar com Cagigal (1981), quando ele aponta que o esporte é extremamente importante, onde em nossa sociedade cada vez menos pessoas se exercitam apresentando alto índice mortalidade em doenças cardiovasculares.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

Na educação através do esporte desenvolvem-se habilidades, sendo estas essenciais para a obtenção de novos conhecimentos. O desenvolvimento de novas competências faz com que as crianças e jovens aprendam a conviver em um meio social de diferenças, tanto culturais como de classes, preparando-as para enfrentar as dificuldades sociais, as conquistas, enfim preparando-as para a vida. As habilidades desenvolvidas através do esporte partem desde as dimensões físicas, cognitivas, sociais, emocionais, éticas, morais e espirituais. O potencial educativo encontrado nas atividades esportivas é mobilizado para desenvolver e formar pessoas capazes de agir com base em princípios éticos e de forma cada vez mais autônoma e transformadora, tanto a nível pessoal como no nível coletivo.

A idade escolar é uma das fases de maior transformação na criança, seja física, cognitiva e social. Assim os projetos se destacam no desenvolvimento dessas crianças porque toda e qualquer experiência adquirida nesta fase da vida constitui uma base para outras etapas. Nessa direção, Vygotsky (1994) aponta que

desde o nascimento da criança, o aprendizado está relacionado ao desenvolvimento e é um aspecto necessário e universal do processo de desenvolvimento das funções psicológicas culturalmente organizadas e especificamente humanas. Existe um percurso de desenvolvimento do organismo individual, pertencente à espécie humana, mas é o aprendizado que possibilita o despertar de processos internos de desenvolvimento que, não fosse o contato do indivíduo com certo ambiente cultural, não ocorreria (p. 56).

Educação Infantil e, em seu interior, a Educação Física, preocupa-se com a organização de um currículo que contemple um cotidiano da escola infantil, apontando para a concretização de alguns objetivos importantes. Entre esses objetivos, destaca-se a necessidade de ampliar os conhecimentos da criança, proporcionando-lhe os instrumentos para que ela possa apropriar-se, criticamente, de cultura sistematizada pela humanidade.

O desenvolvimento do esporte na Educação Física na Educação Infantil determina para o professor, talvez, um desequilíbrio, uma quebra na sua acomodação, em relação as suas crenças e concepções sobre a Educação Física, exige objetivar nas suas aulas o desenvolvimento de práticas desportivas, uma perspectiva diferenciada na maneira de trabalhar com o movimento.

Depara-se com uma nova realidade, com um novo desafio, com uma turma de crianças com outras vivências corporais, com diferenciadas necessidades para o seu desenvolvimento psicomotor. Enquanto professores de Educação Física, competentes e



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

compromissados, devemos conhecer essas novas “condições”, assim, trabalhar com o esporte na Educação Infantil proporciona aos professores a oportunidade ideal para que possamos exercer o papel de educadores.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebe-se que ao falar de Esporte na Educação Física na Educação Infantil, onde há num campo de discussões, de debates e reflexões, que ainda é marcado pela escassez de produções teóricas, de pesquisas e de estudos que contribuam para a legitimação da aula e do professor de Educação Física neste nível da educação básica, através de propostas de ensino consistentes. Exemplo disso é o fato de observar, e não raras vezes, a falta de professores de Educação Física para trabalhar na Educação Infantil em muitas de nossas escolas, destituindo todo o potencial de aprendizagem que pode ser desenvolvido na criança através da compreensão de sua cultura de movimento e reduzindo as ações de movimento a um simples fazer, destituído de sentidos, significados e intencionalidades.

Assim, entendendo que a criança tem como característica principal a intensidade de movimentos, compreendo como de fundamental importância tratar das especificidades do campo do conhecimento da Educação Física desde a primeira infância. Para isso, as reflexões suscitadas até aqui se encaminham no sentido de se elaborar um concepção didático-metodológica para ser desenvolvida na Educação Infantil que respeite a criança em seu desenvolvimento, trabalhando os aspectos cognitivos, sociais, afetivos e motores de forma integrada na busca de desenvolver o olhar crítico da criança para as relações sociais da sociedade em que está inserida, partindo da compreensão do seu mundo vivido.

### REFERÊNCIAS

- BASEI, A. P. *Educação Física e Educação Infantil: a importância do movimentar-se e suas contribuições no desenvolvimento da criança*. *Revista Iberoamericana de Educación*, n. 47/3. outubro/2008. p. 1-12.
- BRACHT, V. Esporte na escola e esporte de rendimento. *Revista Movimento*, v. 06, n. 12, p. 14-24, Porto Alegre, 2000.
- CAGIGAL, J. M. *Oh Desporte (Anatomia de un Gigante)*. Spain: Editorial Mihón. 1981. (Collección KINÉ de Educación y Ciência Desportiva).
- CRUM, B. A crise de identidade da Educação Física. Ensinar ou não ser, eis a questão. *Boletim SPEF*, n. 7/8, p. 133-148, 1993.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

PAES, R. R. *Educação Física Escolar: o esporte como conteúdo pedagógico do ensino fundamental*. Canoas: Ed ULBRA, 2001.

TOURAINÉ, A. *Poderemos viver juntos?: iguais e diferentes: tradução Jaime A. Clasen e Ephrim F. Alves*. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

TUBINO, M. J. G. *O que é esporte*. São Paulo, Editora Brasiliense, 1999.

VYGOTSKY, L. *A formação social da mente*. São Paulo: Martins Fortes, 1987.



## **RUGBY NAS ESCOLAS DE PONTA PORÃ: NA PERCEPÇÃO DOS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Autor 1: João Vitor Venâncio da Silva<sup>1</sup>  
Autor 2: Wanessa Pucciariello Ramos<sup>2</sup>  
Autor 3: João Antônio da Silva Barbosa<sup>3</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

Esse trabalho fala sobre o rugby no ambiente escolar onde o professor poderá implantar esse nova modalidade esportiva no ambiente escolar. rugby possui um trabalho com diversas categorias até a idade adulta onde o jogador terá autonomia mas sem perder as origens e valores do esporte, onde mostra a violência e agressividade suas diferenças e o papel da agressividade positiva no desenvolvimento da formação da criança e do jovem, o professor desempenha seu papel com os alunos. No contexto escolar brasileiro, o rugby quase não vem sendo trabalhado, pois devido à falta de conhecimento da modalidade, e devido a nossa cultura do futebol vem a reforçar ainda mais falta de conhecimento. Desta maneira, será verificado como o Rugby pode ser aplicado nas aulas de Educação Física Escolar pelo professor para a formação do aluno. O estudo objetiva analisar em algumas escolas de ponta porã se há alguma possibilidade de ensinar o esporte rugby, busca ainda, analisar se o esporte já é praticado ou se já foi ensinado. A realização vai ser feita através de entrevistas com professores e alunos sobre tal assunto onde vamos coletar o Maximo de informações e ver se podemos aplicar esse esporte na escola, mesmo que não tenha estrutura correta, porem com uma bola e alunos interessados pode fazer com que esse esporte desconhecido possa vir como uma matéria relativamente boa a ser ensinada para nossos alunos e que também o professor se interesse a procurar outros esportes para ensinar e mudar um pouco sua aula.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aplicar; Ensinar; Rugby.

### **1. RUGBY: O QUE ENSINAR NO AMBIENTE ESCOLAR**

De acordo com FRANCO Jr. (2007) o rugby é um esporte semelhante ao futebol americano a diferença deles e mínima o que mais pra frente vamos tratar desse assunto, o rugby em si é um jogo de muito contato físico que a muito tempo atrás na era dos romanos o esporte já era praticado é claro que não como agora mas os romanos naquela época praticavam o harpastum com as características semelhantes ao rugby, nesse esporte eles jogavam em equipes e buscavam levar a bola a outra extremidade da quadra de jogo empurrando outros jogadores para conseguir tal feito. Na Itália, região de Florença em 1580 que se formularam as primeiras regras do jogo, segundo as quais eram duas equipes de 27

<sup>1</sup> Faculdade de Educação Física – Faculdades Magsul, Ponta Porã, MS, Brasil

<sup>2</sup> Professora Mestre em Educação no curso de Educação Física nas Faculdades Magsul e na Rede Municipal de Ensino de Ponta Porã-MS.

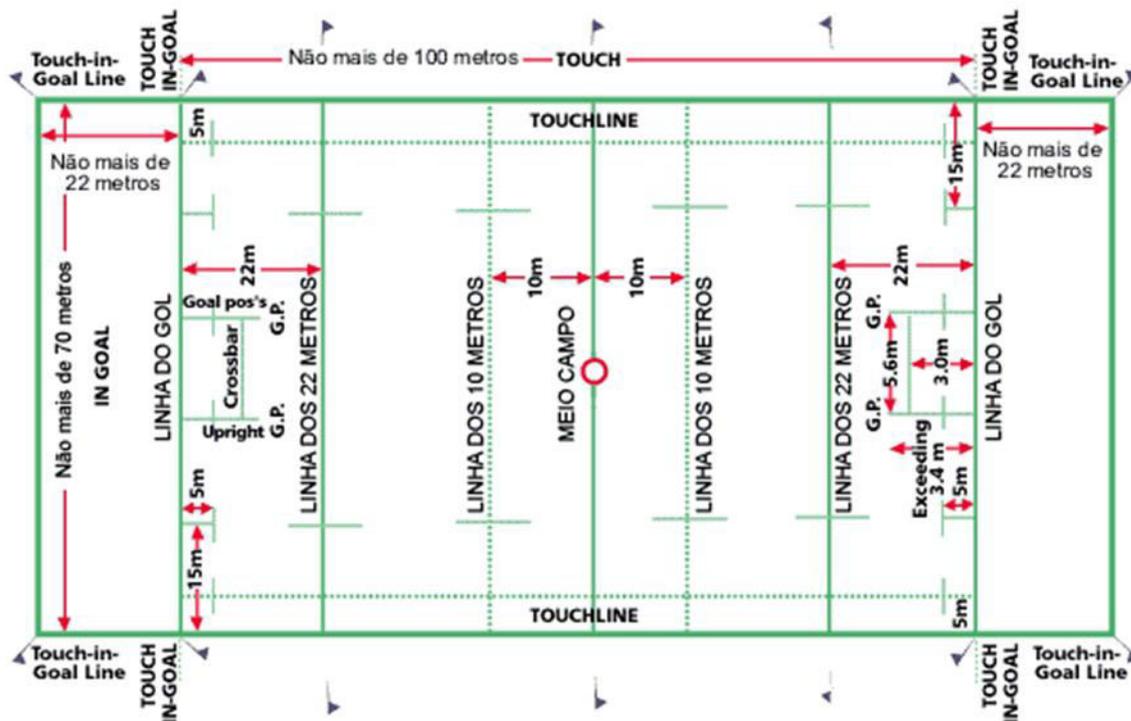
<sup>3</sup> Docente Faculdades Magsul, Ponta Porã, Brasil

jogadores deveriam conduzir a bola até o outro lado do campo adversário em dois tempos de 50 minutos contando ainda com juízes de campo e de linha. Graças aos escoceses nasceu um tipo de rugby reduzido ou seja o tem o e jogadores eram menores, no caso fizeram com 7 jogadores apenas porem mantendo toas as regras do rygby sem exceção, o nome desse jogo foi batizado de Seven-a-Side o torneio tinha virado uma tradição, e ganhou o mundo inteiro, mas somente a partir dos anos 1990 o sevens passou a ter competições internacionais regulares.

Existem duas modalidades que se denominam rugby a Rugby Union e a Rugby League com as regras totalmente diferentes administrado por entidades diferentes, mas com origens comuns. A entidade que comanda o Rugby Union no mundo é a World Rugby, antigamente conhecida como international Rugby Board (IRB) fundado em 1886. No Brasil o Rugby é governado pela confederação Brasileira de Rugby (CBRu), fundada em 2010 em substituição a antiga Associação Brasileira de Rugby (ABR). Existe também a modalidade paraolímpica do rugby, o rugby de cadeira de rodas, ou Quad Rugby, que é governado no mundo pela IWRF e no Brasil (ABRC), (FRANCO Jr. 2007).

A Rugby Union é a mais reconhecida no mundo, e é praticada no Brasil, dentro da Rugby Union existem duas modalidades que são jogadas: a tradicional que é formada por 15 jogadores de cada lado e a modalidade reduzida onde é praticada por apenas 7 jogadores de cada lado que é chamado de Seven-a-Side. A World Rugby também sanciona modalidades que são adaptadas do rugby, como o Beach Rugby Fives (Rugby de areia praticado com 5 jogadores de cada lado e também o rugby que é com contatos totalmente reduzidos que são chamados de Touch Rugby e a Tag Rugby. Vamos falar um pouco também sobre a bola que é usada para essa pratica esportiva, ela é de formato oval, varia de 28,0 cm a 30,0 cm e a circunferência total de 74,0 cm a 77,0 cm, e de seção transversal de 58,0 cm a 62,0 cm (FRANCO Jr. 2007).

Sobre o campo é de formato retangular, tem comprimento Maximo de 144 metros e largura máxima de 70 metros e não há um mínimo determinado. A superfície e preferencialmente que seja gramado sendo permitido também o gramado artificial caso esteja no regulamento do World Rugby. Por incrível que pareça o Rugby pode ser jogado também na neve, desde que a neve e sua superfície sejam seguras para pratica do esporte, não é permitido jogar em ambientes com a superfície dura como, concretos e asfaltos. Logo abaixo a imagem representa as dimensões de um campo de rugby (FRANCO Jr. 2007).



Vamos falar um pouco sobre as posições que cada jogador ocupa dentro de campo, bom as posições do rugby se dividem entre aqueles que ocupam regiões nas linhas avançadas e aqueles que ocupam regiões nas linhas atrasadas. Os primeiros são numerados de 1 a 8 e os segundos, de 9 a 15.

1. Pilar Fechado (Loosehead Prop em inglês)
2. Talonador (hooker em inglês)
3. Pilar aberto (Tighthead Prop em inglês)
4. Segunda linha (Second Row em inglês)
5. Segunda linha (second Row em inglês)
6. Asa cego (Blindside Flanker em inglês)
7. Asa aberto (Openside Flanker em inglês)
8. Oitavo (Number 8 em inglês)
9. Meio Scrum (scrum Half em inglês)
10. Abertura (Fly-Half em inglês)
11. Ponta esquerdo (Left Wing em inglês)
12. Primeiro centro (Inside Centre em Inglês)
13. Segundo centro (Outside Centre em inglês)
14. Ponta direito (Right Wing em inglês)

15. Zagueiro (fullback em inglês)

De acordo com as informações acima em campo os jogadores ficariam posicionados de acordo com a figura abaixo:



As regras do rugby não são tão complicadas de entender. Cada partida tem duração de 80 minutos divididos em dois tempos de 40 minutos, excluindo as prorrogações e outros prolongamentos, no jogo é necessário no Máximo quatro árbitros porem somente um conduz o jogo, na questão dos passes só é permitido passar a bola com as mãos para os lados ou para traz, também é permitido agarrar os jogadores, porem o jogador deve ter a posse de bola para poder roubá-la. É permitido que dois ou mais jogadores se unam para bloquear outro jogador adversário com a posse de bola e tomá-la, essa tática é chamada de maul. As formas de se cobrar penalidades são: O Punt, que consiste em um chute para frente, O Scrum, que consiste no confronto entre os jogadores de ambas as linhas avançadas, O Run, que consiste na corrida com a bola, e o pênalti. Esta certo que alguns esportes possuem cartões como punição, e no rugby não é diferente, existem dois tipos de cartões o amarelo, que expulsa o jogador por 10 minutos, e o vermelho que expulsa definitivamente do jogo (FRANCO Jr. 2007).

Após conhecer um pouco da historia, das regras, de como jogar rugby, vem a questão

chave da minha pesquisa que é, o que o rugby proporciona par as crianças. O que proporcionaria em uma criança que desde cedo praticasse o esporte seria Resistência, Força, Flexibilidade, Velocidade, Agilidade, Equilíbrio e destreza, essas capacidades podem ser treinadas e aperfeiçoadas se assim forem treinados desde cedo.

O rugby é praticado no Mato Grosso do Sul que já tem uma equipe formada por grandes jogadores, essa equipe criada é de campo grande Rugby Clube, a equipe chegou a conquistar o vice campeonato da Copa Brasil Central de rugby 15 de 2010 contra o time de Goiânia. Por incrível que pareça o rugby esta conquistando o Brasil em mato grosso do sul já tem varias cidades com tal modalidade apresentada em suas cidades como, Corumbá, Dourados, Bela Vista, São Gabriel do Oeste, Ponta Porã e Três Lagoas.

No caso da prática um ótimo jogo para ser aplicado com eles é o Tag Rugby que é um rugby sem complicações e sem muitas regras, ele e reduzido a espaços pequenos tais que encontramos em escolas públicas, por exemplo, nesse jogo podemos formar equipes mistas de varias faixas etárias pois o mesmo não precisa literalmente agredir o jogador com a posse de bola, no caso cada jogador terá um fita presa na cintura, o jogador que estiver com a posse de bola o adversário apenas tentará puxar a tal fita e assim perdendo a posse de bola.

O Tag também contribui para o desenvolvimento psicomotor, já que em situações de jogo desenvolve a percepção de espaço, distância e lateralidade, além do desenvolvimento da comunicação entre os participantes, análise e capacidade de resolução de situações adversas oriundas do trabalho em equipe que são prontamente requisitadas (CORC, 2010).

Para Sambrana (2014) para aplicar tal esporte na escola o profissional terá que apresentar os seguintes recursos:

- Bolas de Rugby
- Coletes
- Cones
- Quadra medindo 40 x 20 metros

A principal dificuldade do ensinamento do rugby são os materiais que se utiliza para pratica de tal esporte, uma bola de rugby já é difícil de achar nas escolas, então e do bolso do professor que tem que sair. As nossas escolas de ponta porã são totalmente relativas para a pratica de qualquer esporte coletivo e o rugby não e exceção, jogar coletivamente faz com que os alunos fiquem mais sociáveis com o próximo.

Segundo Luiz Miguel (2005) as principais dificuldades do profissional ao apresentar o rugby na escola é:



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

- Como iniciar a abordagem da modalidade no meio escolar
- Desconhecimento do jogo , de regras e princípios do próprio jogo
- Falta de recursos materiais adequados; Pisos duros; Espaços reduzidos;
- Pouca ou nenhuma vivência de professores e alunos com a modalidade;
- Falsa imagem do jogo como sendo algo de violento;
- Desconhecimento das formas metodológicas de aplicação prática no processo ensino;
- Insegurança por parte do professor nas formas de abordar e ensinar a modalidade;
- Programa algo desajustado da realidade das nossas escolas;
- Medo do risco de lesões por parte dos alunos Pouca expressão da modalidade;

As sugestões propostas por ele mesmo são:

- Procurar informação junto de colegas ou pessoas ligadas à modalidade;
- Solicitar junto dos diretores técnicos regionais da F.P.R informação e apoio técnico;
- Procurar documentação e bibliografia específica para iniciação à modalidade;
- Pesquisar a informação específica disponível em páginas na Internet;
- Faz parte do plano estratégico da FPR anualmente realizar ações de formação de promoção e de desenvolvimento do rugby no meio escolar da qual pode participar;
- Ler e reajustar o programa de educação física da modalidade à realidade da sua escola;
- Adquirir os recursos materiais necessários para iniciar a abordagem na modalidade;
- Filmagem de um jogo de rugby para mostrar o jogo aos alunos;
- Ler as regras e regulamento do jogo, disponíveis na página oficial da FPR;
- Adquirir 8 a 10 bolas específicas de rugby (iniciação nº 4 e oficial nº 5 ); 2

Conjuntos de coletes com cores diferentes;

- Um conjunto de sinalizadores;
- Realização de uma unidade didática;
- Realização de um plano de aula com exercícios a realizar;

Pensar no ensino do processo de aprendizagem na base do modelo escolar requer um assunto que seja critico e atencioso dos instrumentos, técnicas e conteúdos despendidos pelas ações pedagógicas e didáticas. Parte de grupos de esportes, o rugby, é conhecido dar a



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

oportunidade de qualquer criança de obter êxito no esporte, além disso o esporte também traz o que muitas crianças precisam na infância que é o desenvolvimento motor, o espírito de equipe, o Cooper atividade. Normas que são implantadas no jogo ajudam aos praticantes, dependendo da dificuldade, sentem a necessidade de tomar a decisão coletiva ou individual, porém para a criança logicamente o profissional vai trabalhar mais com a coletividade em si dentro de campo ou quadra dependendo da estrutura da escola. Por ser um jogo meio que complexo, pelo motivo que a bola é oval a dificuldade do aluno vai ser conduzir a bola e ate fazer os passes, e claro que não e para sair perfeito, porém muitas vezes vai se ver a bola escorregar da mão de um colega antes de terminar de passar a bola, uma segunda dificuldade que podemos abordar seria a aglomeração, ou seja, muitos esportes como, basquete, futsal, handebol, jogos coletivos tem grandes possibilidades de todos irem onde a bola esta, no rugby esta errado de todo mundo ir onde esta a bola? Claro que não pois o rugby e um esporte normal de defesa e ataque porém deve-se derrubar o jogador que possui a bola e para isso são usados três a quatro jogadores juntos, na questão de trabalhar isso, no meu ponto de vista seria numerando cada um deles e falar para ir atrás os respectivos números falados, assim já trabalhando um pouco do raciocínio e da memória, logo de cara não ia dar muito certo o porque muitos ainda iam ficar parados e raciocinar lentamente por isso o rugby não pode ser ensinado de qualquer modo, deve ter uma teoria que possa levar até no Maximo duas semanas para depois ir para a pratica. Já alunos do ensino fundamental II e médio que são salas mais agitadas com os nervos a flor da pele, já é mais fácil de trabalhar o raciocínio, a percepção do que fazer já são mais aguçados então tornando o esporte mais fácil a ser levado para a pratica, mas sempre com uma pouco de teoria. Sobre isso tudo que é no meu ponto de vista, nada foi feito ainda, porém abordarei vários professores de pelo menos três escolas onde pegarei para uma entrevista, um bate papo sobre o que acham do esporte, se gostariam de tentar aplicar na escola onde atuam, também iria falar com os próprios alunos da escola, o que eles iam achar desse esporte nas aulas de educação física. Aqui em Ponta Porã nunca se foi visto algum cartaz que falasse sobre o esporte rugby, bom que pelo menos eu não tenha visto, eu acho que posicionar esse esporte na escola seria muito bom mesmo tendo vista como um esporte violento com a ajuda adequada e adaptações para que o esporte seja feito com segurança, e um esporte que se pode levar sim para as escolas. Bom continuando com as posições do rugby na escola como a maioria dos alunos do ensino médio são meio digamos preguiçosos, no meu ponto de vista nos estágios pelo menos eram, porém com um esporte diferenciado será que ficariam entusiasmados ou isso só iria deixar mais gente de fora? No meu bate papo com os

professores e alunos a questão provavelmente será respondida.

### 1.1 RUGBY NAS ESCOLAS

A palavra rugby quando se fala em meio a escola acaba assustando muita gente, o porquê todo mundo já sabe, por ser um esporte de violência o que acaba gerando controversas entre professores e diretores sobre qual a intenção de tal profissional aplicar esse conteúdo na sala, por isso antes do profissional de educação física aplicar a prática do esporte, ele deve esclarecer os tabus e mitos que acompanham o mesmo, tendo assim alunos interessados a aprender sobre o esporte.

Sendo assim, apresenta-se o código do rugby da seguinte maneira:

Espera-se que qualquer pessoa envolvida no rugby na Inglaterra, seja como jogador, treinador, árbitro, dirigente, pai ou espectador, apoie os valores nucleares do nosso esporte: Espírito de equipe, respeito, divertimento, disciplina, esportividade. Jogar para ganhar – mas não a qualquer preço. Ganhar com dignidade, perder com elegância. Cumprir as Leis e regulamentos do jogo. Respeitar adversários, árbitros e todos os participantes. Rejeitar batota, racismo, violência e drogas. Valorizar voluntários bem como os agentes profissionais. Divertir-se com o jogo. Isto é rugby (Rugby Football Union, 2010).

O rugby, é um esporte não muito comum no âmbito escolar como o basquete, vôlei e o futsal, onde a própria instituição não permite ao professor passar os conteúdos que está relacionado ao jogo, há várias “travas” como falta de material adequado e principalmente local adequado, a falta de interesse da instituição ao observar que o professor está proposto a aplicar novas atividades, trabalhar o lúdico deste esporte. (ARENDRT, 1979).

Considerando os conteúdos próprios da disciplina de Educação Física e o estado como estrutura no meio escolar, na atualidade, onde estão buscando novas alternativas para a construção de elementos para uma proposta de ensino para a prática do rugby nas aulas de Educação Física Escolar (PCN – Educação Física, 1998).

O rugby no âmbito escolar causa uma possibilidade de introduzir noções que associam práticas transversais relacionadas ao desenvolvimento do trabalho da equipe, como cooperação própria associadas ao movimento do sistema tático de ataque e defesa, valorizar as ações individuais e coletivas durante a prática da modalidade ( ABREU e SANTOS, 2013).

As práticas do rugby nas aulas de Educação Física favorecem a autonomia dos alunos a monitorarem suas atividades, podendo assim regular seu esforço com metas conhecendo suas potencialidades e seus limites podendo ter o conhecimento de seu desgaste físico com a

prática excessiva (PCNs, 1997)

Para o ensino do rugby na escola privilegiam a circulação de bola e o reposicionamento constante dos jogadores, devendo ser evitado o confronto físico entre os alunos e o jogo deve ser entendido como um meio e não como um fim.(Vaz 2005).

Aplicar o rugby nas escolas vem como uma apresentação de uma nova atividade esportiva para os alunos, e poderá participar independente do biótipo, raça e gênero. É ideal para obter a socialização dos alunos e obter uma relação entre eles. Pois no rugby um jogador depende do outro para obter resultados satisfatórios e fazer que alunos no qual não tinham hábitos de participar das aulas passem a ser incluídos na aula e também na vida escolar cotidiana.

## REFERÊNCIAS

ARENDDT, Hanna, Entre o Passado e o Futuro, 1979. São Paulo, Perspectiva. Disponível em: <http://abdet.com.br/site/wp-content/uploads/2014/11/Entre-e-passado-e-futuro.pdf>. Acesso em: 30 mar 2017.

ABREU, Marlon Altavini de, SANTOS, Sérgio Luiz Gibim dos. A inclusão do rugby na educação física escolar: notas para a construção de uma abordagem de ensino, 2013. Disponível em: <http://www.fairplayrugby.com.br/Rugby/Paginas/Conteudo/Arquivos/Publica/201358154133710.pdf>. Acesso: 30 mar 2017.

BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais – Educação Física, 1998. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf>. Acesso em: 30 mar 2017.

BRASIL. Lei das Diretrizes e Bases da Educação Nacional (n. 009394). Brasília, 1997

FRANCO JÚNIOR, Hilário. A dança dos Deuses, futebol, sociedade e cultura, 2007. Portal do Rugby. Disponível em: <http://www.revista.ufpe.br/revsocio/index.php/revista/article/view/176/140>. Acesso em: 30 mar 2017.

FRANCO JÚNIOR, Hilário. História do Rugby, 2007. Portal do Rugby. Disponível em: <http://www.portaldorugby.com.br/entenda-o-rugby/historia-do-rugby>. Acesso em: 30 mar 2017.

VAZ L. M. T, O Ensino do Rugby no meio escolar, 2005, Revista Digital - Buenos Aires - Ano 10 - N° 81. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/encuentra.htm?q=O%20Ensino%20do%20Rugby%20no%20meio%20escolar%2C>. Acesso em: 05 abr 2017.

SAMBRANA, Joeci das Dores Gonçalves. A inserção do tag rugby na escola: uma visão dos



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

acadêmicos de Educação Física do CPAN/UFMS. (monografia) - Curso de Educação Física CPAN/UFMS, Corumbá-MS, 2014. Disponível em: <http://cpan.sites.ufms.br/files/2015/02/JOICE-SAMBRANA-TCC.pdf>. Acesso em: 05 abr 2017.

MENSDO, Júlio Brugnara Mello, PINHEIRO, Eraldo dos Santos. O rugby na Educação Física Escolar; um relato de uma prática, 2014. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Eraldo\\_Pinheiro2/publication/274633722\\_O\\_RUGBY\\_NA\\_EDUCACAO\\_FISICA\\_ESCOLAR\\_RELATO\\_DE\\_UMA\\_PRATICA/links/5523d6670cf223eed37fea00.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Eraldo_Pinheiro2/publication/274633722_O_RUGBY_NA_EDUCACAO_FISICA_ESCOLAR_RELATO_DE_UMA_PRATICA/links/5523d6670cf223eed37fea00.pdf). Acesso em: 06 abr 2017.



## **EDUCAÇÃO FÍSICA E SUA PREVENÇÃO NA OBESIDADE INFANTIL<sup>1</sup>**

Autor 1: Rejane Samara Cabreira Rodrigues<sup>2</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

O estudo apresentado neste artigo tem por objetivo refletir sobre como a Educação Física pode contribuir na prevenção da obesidade infantil. Deste modo, traçou-se uma revisão de literatura que leva à definição dos termos obesidade e sobrepeso, os riscos da obesidade infantil e a Educação Física escolar na prevenção da mesma. A relevância da pesquisa justifica-se pela necessidade de compreender a contribuição da prática da educação e saúde e trazer para as escolas a discussão relativa a prática preventiva da obesidade através da Educação Física Escolar e seus benefícios para a vida ativa, resumida em atividade física e alimentação saudável. Para tanto, a metodologia utilizada configura-se em pesquisa bibliográfica, com a exposição das ideias de autores que pesquisaram a temática anteriormente, construindo-se, assim o referencial teórico deste trabalho.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física; Obesidade; Prevenção.

### **DESENVOLVIMENTO**

Entre os objetivos gerais estabelecidos pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (1998) está o de conhecer e cuidar do próprio corpo, valorizando e adotando hábitos saudáveis como um dos aspectos básicos da qualidade de vida e agindo com responsabilidade em relação à sua saúde e à saúde coletiva. Nesse sentido, entende-se que se encaixa o papel da Educação Física na prevenção da obesidade infantil.

Dentre todos os fatores que predispõe à obesidade, o maior e mais declarado é o consumo de mais calorias do que o organismo necessita, ou seja, as pessoas não se alimentam de maneira equilibrada e devido a toda comodidade existente no cotidiano, advindo do progresso tecnológico, a vida se torna cada vez mais sedentária. E se o organismo não utiliza a energia que adquiriu, essa energia se transforma em gordura que se acumula no corpo (FILHO, 2013, p. 10).

Considerando os termos que se destacam neste estudo, convém buscar na literatura, a definição de obesidade e sobrepeso.

---

<sup>1</sup> O presente trabalho não contou com apoio financeiro de nenhuma natureza para sua realização.

<sup>2</sup> Aluna do Curso de Licenciatura em Educação Física das Faculdades MAGSUL.

É senso comum compreender por obesidade a pessoa com excesso de peso, mas também é do senso comum que apenas as pessoas excessivamente acima do peso sejam classificadas como obesas, o que não corresponde ao que define a ciência, nestes casos o senso comum desconsidera as classificações da obesidade o que varia com o índice de massa corpórea, Leal (2002, p. 176) indica as seguintes classificações: “Obesidade leve = 20-30%, Obesidade moderada = 30-50% e obesidade grave = >50%” (FILHO, 2013, p. 15).

De acordo com Franklin (2010), “a obesidade é um distúrbio nutricional traduzido por um aumento de tecido adiposo, resultante de balanço positivo de energia na relação ingestão e gasto calórico, que frequentemente causa prejuízo à saúde”.

A obesidade ocorre devido a um desequilíbrio no balanço energético, no qual o valor calórico que é ingerido é maior que o gasto pelo organismo. Esse desequilíbrio promove o aumento nos estoques de energia e no peso corporal, armazenando assim, uma quantidade excessiva de gordura no organismo (LIMA, 2013, p. 03).

A obesidade, segundo Fisberg (1995) *apud* Lima (2013), “está associada ao desequilíbrio nutricional que provoca um acúmulo de tecido adiposo localizado ou generalizado, relacionados ou não a distúrbios genéticos ou endocrinometabólicos”.

Segundo a OMS, sobrepeso é a condição em que o peso corporal excede o peso normal dos indivíduos da mesma raça, sexo, idade e constituição física, enquanto que a obesidade é a condição em que a gordura corporal aumentou o peso de tal forma que se tornou prejudicial a saúde. Tanto o sobrepeso quanto a obesidade são causados pelo desequilíbrio entre a quantidade e a qualidade de calorias consumidas e gastas (MASO, 2014, p. 10).

Considerando as definições apresentadas, os autores discutem o panorama atual da obesidade, sendo que a prevalência da obesidade tem se mostrado cada vez maior entre a população brasileira, o que tem se mostrado um dado preocupante.

Atualmente dados alarmantes dão conta da gravidade e da importância de se buscar alternativas para o combate a esta enfermidade onde a obesidade tem se caracterizado como a disfunção orgânica que mais apresenta aumento em seus números (FRANKLIN, 2010 *apud* BENEDITO *et al.*, 2014, p. 05).

Na visão de Godoi (2013) a incidência da obesidade tem início em qualquer fase da vida humana, tendo como fator desencadeante o desmame precoce, a introdução inadequada de

alimentos, os distúrbios de comportamento alimentar e os maus hábitos no ambiente familiar, especialmente nos períodos de aceleração do crescimento.

A autora acima pondera que as características da obesidade infantil, podem sofrer um agravante no caso de crianças que ausência ou pouca prática de atividade física e com isso surgem outras consequências aliadas à obesidade como: hipertensão, diabetes, trombose venosa, elevada concentração de gordura no plasma, desordens gastrintestinais, aumento de incidência de lesões articulares por sobrecarga, discriminação social, desordens emocionais e a inatividade.

O sedentarismo, enquanto ausência de atividade física e ingestão indiscriminada de alimentos altamente calóricos estão estreitamente ligadas à obesidade, visto que a energia ingerida, não é gasta, isso implica acúmulo de energia, sob a forma de gordura, gerando a obesidade (SICHERI, 1998 *apud* FILHO, 2013, p. 17).

O sedentarismo e dieta desequilibrada, segundo Franklin (2012), são fatores da vida moderna determinantes para elevar os índices de enfermidades geradas pela obesidade refletindo negativamente na saúde de criança e adolescentes. A realidade vivenciada por grande parte de crianças e adolescentes se caracteriza, em geral, pelo sedentarismo, confinadas dentro de casa, sentadas frente à televisão, ao computador, navegando pela internet, ingerindo uma dieta inadequada, o que as predispõem a desenvolver um quadro de obesidade.

Diante disso, Franklin (2012) evidencia que a incidência de muitas doenças crônicas em adultos tem início na infância, considerando tal fato, é importante estimular desde cedo a atividade física no intuito de promover a saúde e prevenir doenças crônicas.

De acordo com Chiapeti (2013), o indivíduo pode encontrar na atividade física a alternativa que pode auxiliar no controle e prevenção da obesidade além de promover a qualidade de vida, uma vez que entre seus benefícios estão o de reduzir doenças como o diabetes, doenças cardíacas, doenças cardiovasculares, reduz a pressão arterial e auxilia na manutenção de ossos e articulações, promovendo bem-estar e reduzindo o peso.

Na mesma linha de raciocínio Benedito *et al.* (2014) destaca a importância das aulas de Educação Física escolar no combate e prevenção à a obesidade infantil, pois a disciplina caracteriza-se pela facilidade em estimular a atividade física no meio infantil de forma prazerosa. Sendo assim, seguir essa tendência é de suma importância uma vez que é a partir desta fase que se tem maior possibilidade de aprendizado, favorecendo o desenvolvimento de hábitos saudáveis durante a vida adulta.

Entre os benefícios da prática de atividades físicas regulares, Chiapetti (2013) aponta:

- Contribui para o bom funcionamento dos órgãos, principalmente o coração.
- Contribui para o bom funcionamento do intestino.
- Diminui a ansiedade, o estresse e a depressão.
- Melhora o humor e a autoestima.
- Diminui em 40% as chances de morrer por doenças cardiovasculares e ajuda na prevenção e no controle dessas e de outras doenças, como diabetes, hipertensão arterial, osteoporose, problemas respiratórios, etc.
- Contribui para o funcionamento normal dos mecanismos cerebrais de controle de apetite, de modo a trazer um equilíbrio entre a ingestão e o gasto de energia.
- Aliada ao consumo reduzido dos alimentos, aumenta a perda de gordura e melhora a sua distribuição corporal.
- Também aumenta a massa magra corporal (músculos) (p. 08-09).

Diante desses benefícios, cabe ao professor de Educação Física tomar ciência da importância de estimular seus alunos a praticarem atividades físicas em busca da melhor qualidade de vida evitando o sedentarismo e a obesidade, pois segundo Benedito *et al.* (2014), é este profissional que tem condições de elaborar estratégias que trabalhe na identificação, prevenção e tratamento de enfermidades, dentre elas a obesidade infantil, o mesmo deve dispor de uma atenção especial e estar ciente de sua responsabilidade, na medida em que já é comprovado que o sedentarismo está entre as principais causas do aumento dos índices de obesos no Brasil.

A educação física é um componente curricular da educação básica, que deve oferecer uma proposta articulada com algum interesse social. A Educação Física ajuda a formar cidadãos que tem consciência dos seus direitos e deveres, que possuem interesse de criar hábitos saudáveis como forma de prevenção a doenças, relacionadas à ociosidade (FILHO, 2013, p. 27).

Tendo como objetivo auxiliar na prevenção da obesidade infantil e os males que a ela se associam, Lima (2013) afirma que ao se incentivar a participação da criança e/ou adolescente nas aulas de Educação Física, além de promover o desenvolvimento das habilidades psicomotoras, cognitivas e socioafetivas, ajuda a criança e/ou adolescente a aderir um estilo de vida mais ativo.

Assim, o hábito de prática de atividade física diária, incorporada desde cedo na vida de crianças e adolescentes pode torná-los adultos mais ativos, seja na escola, trabalho ou no lazer. Nesse sentido, Farias (2005) afirma que através de jogos, caminhadas, ciclismo, dança, brincadeiras, entre outras atividades, o indivíduo é capaz de diminuir e manter o peso corporal,

talvez mais rapidamente que programas com exercícios vigorosos, em função do prazer em realizar as atividades.

Quando se fala na importância dos exercícios físicos em qualquer faixa etária é importante fazer uma reflexão sobre a necessidade de bons hábitos alimentares, uma vez que as pessoas tendem a se acostumar a consumir alimentos de maior concentração energética, baixo valor nutricional e custo relativamente baixo, em relação aos alimentos saudáveis ou naturais.

Os hábitos constituídos a partir da modernidade, em que as pessoas têm acesso a maior conforto e comodidade, tende a transformar o ser humano em indivíduos sedentários, o que não é uma particularidade inerente ao adulto, sendo que as crianças também estão inclusas nesse grupo. Dessa forma, a Educação Física escolar, em alguns casos, pode ser a única possibilidade da criança ou adolescente praticar uma atividade física, considerando que as cidades brasileiras em sua maioria não possuem mais espaços destinados a lazer e esportes ao ar livre, por exemplo (FRANKLIN, 2012).

Segundo Godoi (2005), “um grande desafio para os profissionais de saúde é estimular o contato com preparações de alimentos que sejam simultaneamente saudáveis e agradáveis aos sentidos, proporcionando prazer e respeitando a cultura dos indivíduos e de seu grupo social”.

Tendo em vista a associação de outras doenças associadas à obesidade, Godoi (2005) considera de extrema importância discutir a prevenção da obesidade ainda na infância, tendo em vista que uma criança/adolescente obesa será, impreterivelmente, um adulto com problemas pessoais e sociais. Diante disso, o incentivo à atividade física deve ser encorajado desde a infância por pais e professores, sem, no entanto, deixar de associar a prática dessas atividades a uma alimentação saudável, resultando numa melhora na qualidade de vida e na perda de peso.

O programa de atividades físicas para a criança obesa implica em atividades desenvolvidas de acordo com a capacidade individual, pois este é o fator determinante para que haja a adesão da criança ao programa, garantindo assim o sucesso do tratamento. As atividades recomendadas são: caminhadas, natação, ciclismo (os exercícios aeróbicos de modo geral), exercícios respiratórios, exercícios posturais (preventivo e de manutenção); exercícios de força e resistência; exercícios de coordenação motora geral e específica e exercícios de equilíbrio. As atividades não recomendadas são as de alto impacto (como saltos e mudanças bruscas de direção), que aumentam os riscos de lesões e sob condições que provoquem desconforto, como por exemplo: calor, pouca ventilação e roupa inadequada para prática esportiva (SOARES e PETROSKI, 2003 *apud* GODOI, 2005, p. 34).

Nessa perspectiva, Franklin (2012) pontua que a educação e a saúde devem estar associadas no trabalho da Educação física, caminhando juntas no processo de formulação de

estratégias que viabilizem o bem-estar dos alunos e da comunidade em seu entorno, implementando projetos que tragam a comunidade para dentro da escola e assim transmitir o conhecimento significativo que os levem adotar hábitos relacionados a saúde.

Filho (2013) argumenta que todo o organismo é beneficiado quando há prática de exercícios físicos, “no que se referem ao musculoesquelético as atividades favorecem melhora da força e do tônus muscular, além da flexibilidade, fortalecimento dos ossos e das articulações e ainda ajuda as crianças no desenvolvimento das habilidades psicomotoras”.

Além dos benefícios físicos, há que se destacar que também no plano da interação entre os pares, a atividade física beneficia o convívio social dos indivíduos, elevando a autoestima e diminuindo o estresse.

Independente do tipo de atividade física, a prática regular favorece ao indivíduo uma qualidade dietética melhor além de menor ingestão de calorias, isso valida a concepção de que qualquer atividade física melhora a qualidade da alimentação e diminui o número de calorias ingeridas. Nesse sentido, a atividade física auxilia na mobilização e utilização de gorduras fazendo com que se perca essa gordura e fortaleça a massa muscular (FILHO, 2013).

A disciplina de Educação Física configura-se em um importante instrumento para a escola promover a cidadania e por meio dela o aluno tem a oportunidade de participar de atividades corporais adotando atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade; conhecer, valorizar, respeitar e desfrutar da pluralidade de manifestações da cultura corporal; reconhecer-se como elemento integrante do ambiente, adotando hábitos saudáveis relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de melhoria da saúde coletiva (BRASIL, 1998).

Todavia, Benedito *et al.* (2014), chama a atenção para o agravante que se uma atividade física for iniciada com sacrifício ou como obrigação, é provável que o indivíduo a abandone logo no início, mesmo que tenha consciência de sua necessidade e benefício.

Os autores acima evidenciam que o hábito de praticar atividades físicas somente será incorporado ao dia-a-dia dos alunos, se esta se der de forma saudável sem que se sintam exaustas, executando-as com obrigatoriedade, ou seja, essas atividades devem ser extremamente prazerosas, de forma que o indivíduo se sinta estimulado a venha adotar hábitos de vida saudáveis. Sendo assim, essas atividades quando inseridas nas aulas de educação física devem primar pela independência dos alunos, para que dessa forma alunos se sintam à vontade para sua prática, pois se as atividades não propiciarem prazer, os alunos

poderão se inibir e não praticar a atividade, nem durante as aulas e nem além dos anos escolares.

Como o número de pessoas obesas no mundo vem crescendo de maneira acentuada e afetando inclusive crianças e adolescentes, o papel da Educação Física aliado a uma alimentação saudável, deve ser discutido mais amiúde para que se consiga atingir esse público e, com isso, reduzir os níveis de sobrepeso e de obesidade entre crianças e adolescentes (GODOI, 2013, p. 35).

De acordo com Filho (2013), a contribuição trazida pela Educação Física envolve a melhora do funcionamento do coração, uma melhor estética do corpo, beleza e saúde, contribuindo nas relações sociais do indivíduo e na área educacional contribui com a disciplina, o indivíduo aprende a regularizar os horários, e regrar o seu corpo trazendo muitos benefícios não só para saúde, mas para toda a vida.

É importante que os alunos saibam dos benefícios das atividades físicas e que através de então eles possam estar adquirindo e estimulando atitudes que visem à prática regular de exercícios. Outro ponto importante é fazer um trabalho de conscientização com toda a comunidade escolar no sentido de que percebam os benefícios das atividades e exercícios em todas as fases da vida, e a aptidão física, a prática de atividades físicas e hábitos alimentares saudáveis são de suma importância a todas as pessoas, principalmente para os sedentários e os obesos (FILHO, 2013, p. 29).

Segundo Darido (2004), cabe à Educação Física estimular o aluno a adotar hábitos que incluem a prática de atividades físicas fora do horário e ambiente escolar, ou seja, a criança e o adolescente não só devem praticar atividades que desenvolva habilidades na escola com um professor especializado, mas também, nos mais diversos espaços aproveitando todo tempo e lugar direcionado ao lazer.

Filho (2013) sugere que a proposta de jogos e competições em diversas modalidades nas aulas de Educação Física que envolva a escola como um todo e até mesmo entre escolas da comunidade, de modo que sejam estimulados todos os alunos do entorno da escola a participarem de uma vida ativa e saudável.

Godoi (2013), ressalta que o incentivo à prática de atividades físicas não cabe somente à escola, mas também requer o envolvimento da família, considerando que é a base familiar que ajuda a dar à criança o ambiente favorável ou desfavorável não apenas para a mudança de hábitos alimentares, mas é também no ambiente familiar que se encontra o incentivo à prática de



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

exercícios físicos preventivos e de tratamento para os casos de obesidade em crianças e adolescentes.

### REFERÊNCIAS

AVILA, Renato Nogueira Perez. *Educação Física Escolar: no combate à obesidade infantil*. 2017. Disponível em: <[https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol\\_31\\_1412631799.pdf](https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_31_1412631799.pdf)> Acesso em 06/04/2017.

BENEDITO, Leandro de Souza; *et al.* *Educação Física escolar: no combate à obesidade infantil*. 12p. 2014. Disponível em: <[https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol\\_31\\_1412631799.pdf](https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_31_1412631799.pdf)>. Acesso em: 10/04/2017.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de educação Fundamental. *Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física*. Brasília: MEC/SEF, 1997.

CHIAPETTI, Anderson Luís Faggion. A importância da atividade física na prevenção da obesidade infantil. *Revista de Educação do IDEAU*. Vol. 8 – Nº 18 - Julho - Dezembro 2013. Disponível em: <[http://www.ideau.com.br/getulio/restrito/upload/revistasartigos/12\\_1.pdf](http://www.ideau.com.br/getulio/restrito/upload/revistasartigos/12_1.pdf)> Acesso em: 06/04/2017.

DARIDO, Suraya Cristina. *A Educação Física na escola e o processo de formação dos não participantes de atividade física*. Revista Brasileira de Educação Física e Esportes. São Paulo, v.18, n.1, p.61-80, jan./mar. 2004. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16551>> Acesso em: 05/04/2017.

FARIAS, Joni Marcio de. *Orientação para prevenção e controle da obesidade juvenil: Um estudo de caso*. Dissertação (Mestrado) - Educação Física. Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, SC: 2005. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/83665/213666.pdf?sequence=1>> Acesso em: 05/04/2017.

FILHO, Daniel José da Silva. *Educação Física escolar como ferramenta de prevenção da obesidade*. (Monografia) Curso de Licenciatura em Educação Física, Programa Pró-Licenciatura da Universidade de Brasília – Polo Ariquemes – RO, 2012. Disponível em: <[http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6952/1/2013\\_DanielJoseDaSilvaFilho.pdf](http://bdm.unb.br/bitstream/10483/6952/1/2013_DanielJoseDaSilvaFilho.pdf)> Acesso em: 03/04/2017.

FRANKLIN, Marven Junius da Costa. *A Educação Física Escolar como meio de prevenção a obesidade: Uma análise com os educadores e corpo técnico das escolas municipais de Oiapoque – AP*. (Monografia) Curso de Licenciatura em Educação Física, Macapá, 2012. Disponível em: <[http://bdm.unb.br/bitstream/10483/4601/1/2012\\_MarvenJuniusdaCostaFranklin.pdf](http://bdm.unb.br/bitstream/10483/4601/1/2012_MarvenJuniusdaCostaFranklin.pdf)> Acesso em: 03/04/2017.

GODOI, Viviane Mara Borges. *Contribuição das atividades físicas na prevenção e tratamento da obesidade infantil*. TCC. Curso de Licenciatura em Educação



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

Física. Universidade Federal de Goiás. Alexânia, GO, 2013. Disponível em: <<https://repositorio.bc.ufg.br/bitstream/ri/4623/5/TCCG%20%E2%80%93%20Educa%C3%A7%C3%A3o%20F%C3%ADsica%20-%20Viviane%20Mara%20Borges%20Godoi.pdf>> Acesso em: 05/04/2017.

LIMA, Gabriel Oliveira. *A importância da Educação Física Escolar na prevenção da Obesidade em crianças e adolescentes*. TCC. Curso de Licenciatura em Educação Física. Faculdade de Ciências e Saúde. Centro Universitário de Brasília. Brasília, 2013. Disponível em: <<http://repositorio.uniceub.br/bitstream/235/4574/1/Jo%C3%A3o%20Gabriel%20Oliveira%20Lima.pdf>> Acesso em: 05/04/2017.

MASO, Thomás Gargnim. *O papel do professor de educação física escolar no combate à obesidade*. 2014. 37 p. TCC (Graduação) – Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2014. Disponível em: <<https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/102252/000934465.pdf?sequence=1>> Acesso em: 03/04/2017.



**A INCLUSÃO DO *RUGBY* NA ESCOLA COMO UMA NOVA  
ATIVIDADE ESPORTIVA VOLTADA PARA ALUNOS DO 6º ANO DO  
ENSINO FUNDAMENTAL**

Autor 1: Atila Alves da Silva<sup>1</sup>  
Autor 2: Wanessa Pucciariello Ramos<sup>2</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

**RESUMO**

A proposta deste artigo tem por objetivo apresentar o *Rugby* como um novo tipo de esporte que pode ser implantado nas aulas de Educação Física, através do qual os alunos podem desenvolver o espírito de equipe, companheirismo, lateralidade e ampliar a destreza motora. Para tanto, considera-se importante conhecer a história do *Rugby*, suas regras e como se dá a iniciação do mesmo, analisar as contribuições da prática do *Rugby* com tratamento educacional, bem como, verificar a possibilidade de implantar o *Rugby* como um novo esporte nas aulas de Educação Física, mostrando que o mesmo pode ajudar no desenvolvimento dos alunos e na socialização deles com os colegas. A metodologia baseia-se na pesquisa bibliográfica, para que se possam apresentar os pensamentos de diversos autores sobre o tema. A relevância do estudo é justificada tendo em vista as atividades esportivas presenciadas no âmbito escolar considerando que esta modalidade esportiva é desconhecida pelos adolescentes da região fronteiriça e por ser um esporte coletivo que pressupõe a participação de todos promove a inclusão de todos os alunos, exigindo que todos cooperem entre si, eliminando qualquer tipo de discriminação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física; Rúgbi; Esporte coletivo.

**1. DESENVOLVIMENTO**

O estudo apresentado neste artigo tem por objetivo apresentar o rúgbi como um novo tipo de esporte que pode ser implantado nas aulas de Educação Física, através do qual os alunos podem desenvolver o espírito de equipe, companheirismo, lateralidade e ampliar a destreza motora. Para tanto, considera-se importante conhecer a história do referido esporte, suas regras e como se dá a iniciação do mesmo, analisar as contribuições da prática do *Rugby* com tratamento educacional, bem como, verificar a possibilidade de implantar o *Rugby* como um novo esporte nas aulas de Educação Física, mostrando que o mesmo pode ajudar no desenvolvimento dos alunos e na socialização deles com os colegas.

<sup>1</sup> Faculdade de Educação Física – Faculdades Magsul, Ponta Porã, MS, Brasil

<sup>2</sup> Professora Mestre em Educação no curso de Educação Física nas Faculdades Magsul e na Rede Municipal de Ensino de Ponta Porã-MS.

A relevância do estudo é justificada tendo em vista as atividades esportivas presenciadas no âmbito escolar considerando que esta modalidade esportiva é desconhecida pelos adolescentes da região fronteira e por ser um esporte coletivo que pressupõe a participação de todos promove a inclusão de todos os alunos, exigindo que todos cooperem entre si, eliminando qualquer tipo de discriminação.

No atual contexto educacional onde os valores sociais e humanos devem permear os conteúdos de todas as disciplinas curriculares, a inserção do *Rugby* enquanto prática esportiva é uma iniciativa que pode levar o aluno a aprender a jogar com seus colegas e não contra eles, valorizando mais a cooperação do que a competição.

A metodologia baseia-se na pesquisa bibliográfica, para que se possam apresentar os pensamentos de diversos autores sobre a temática em estudo. A partir da delimitação do tema e busca de referenciais para embasamento teórico, de modo a organizar melhor o texto, dividiu-se em partes incluindo esta introdução:

### 1.1 BREVE HISTÓRICO DO RUGBY

No atual contexto educacional onde os valores sociais e humanos devem permear todas as disciplinas curriculares, a inserção do *Rugby* enquanto prática esportiva é uma iniciativa que pode levar o aluno a aprender a jogar com seus colegas e não contra eles, valorizando mais a cooperação do que a competição.

Jogar é definido por Ferreira (2001) como: “Dizer ou fazer brincadeira” ”Executar as diversas combinações de um jogo”. A palavra jogar, como se vê, é aplicável tanto às definições do brincar, quanto a várias outras atividades como, por exemplo, os passatempos e divertimentos sujeitos a regras.

Tentar definir o jogo não é tarefa fácil, pois a cada contexto ele é utilizado como meio para aprendizado ou divertimento. Diversos autores definem o jogo, sendo que a sua contribuição para o aprendizado é ressaltado por todos, uma vez que envolve os esquemas cognitivos e físicos do indivíduo e, está presente tanto na vida de crianças como na de adultos. A palavra jogo segundo Ferreira (2001) pode ser definida como: Atividade física ou mental por um sistema de regras que definem a perda ou ganho ou brinquedo, passatempo, divertimento entre outras, portanto, pode ser entendida de modos diferentes, enquanto na visão de Huizinga (1996, p. 03) “o jogo é mais do que um fenômeno fisiológico ou um

reflexo psicológico. Ultrapassa os limites da atividade puramente física ou biológica. É uma função significativa, isto é, encerra um determinado sentido”.

O jogo, sob essa ótica, pode ser considerado como excelente alternativa para auxiliar no desenvolvimento integral do indivíduo, considerando-se seu caráter lúdico e educativo. Considerando-se que o *Rugby* exercita a cooperação entre os alunos, bem como a elevação da autoestima, confiança, respeito mútuo, comunicação, criatividade, alegria e entusiasmo, encontra-se nesta modalidade uma oportunidade ímpar para que sejam trabalhados os valores sociais e humanos nas aulas de Educação Física.

O *Rugby* como o futebol surgiu na Inglaterra, segundo Cenamo (2010), sua origem e difusão parte das práticas formativas utilizadas pelas escolas inglesas no século XIX, tendo sua primeira ação praticada na Escola *Rugby*, quando o o estudante Wiliam Webb Ellis, irritado com as regras criadas, pegou a bola com as mãos, atravessou o campo correndo, não permitindo que ninguém o parasse.

Cenamo (2010) menciona também que jogos com bola que permitiam contato físico entre os praticantes já existiam antes mesmo de existir o *Rugby*, a mesma característica de jogo, no qual os praticantes levavam a bola de uma extremidade do campo a outra, derrubando os seus oponentes.

De acordo com Morgato (2015) a difusão do *Rugby* enquanto modalidade esportiva fez surgir na Inglaterra diversos clubes de *Rugby*, o que exigiu a criação de uma entidade nacional organizadora. Assim, em 1871 surgiu a *Rugby Football Union*, que contou com a presença de 21 equipes, em 1873 formou-se a União Escocesa de *Rugby* (SRU), em seguida, no ano de 1879 organizou-se a União Irlandesa de Futebol *Rugby* (IRFU), e em 1881 foi a vez da União Galesa de *Rugby* (WRU) ser criada. Em consequência da criação dessas quatro entidades surgiu o *Internacional Rugby Board* (IRB), no ano de 1886, fundado por representantes da Escócia, Irlanda e País de Gales enquanto órgão regulador internacional.

O *Rugby*, segundo Sambrana (2014) citando Aguiar (2011) informa que em sua trajetória histórica o esporte passou por várias modificações, sendo moldado por valores e tradições, cabendo destacar que por ser um esporte de intenso contato, justifica a existência de um código de conduta muito rígido a ser respeitado por todos os praticantes, assim como também os espectadores, sendo que esse código tem por base valores como: respeito, união, lealdade, humildade e disciplina.

A influência inglesa sobre os cinco continentes, postula Cenamo (2010), não se restringiu apenas ao campo econômico, como também se estendeu para a área

cultural, inclusive na prática esportiva. Nesse setor, a influência decorreu do fato que marinheiros, trabalhadores e empresários ingleses, em seus momentos de lazer praticavam esportes como o “*Football*”, “*Cricket*”, “*Rugby Football*”, entre outros. Foi assim que o *Rugby* ficou conhecido em todo o mundo.

O *Rugby* chegou ao Brasil trazido por imigrantes ingleses que, segundo Cenamo (2010), foi uma consequência do processo industrial pelo qual passava o país no final do século XIX. Esses imigrantes passaram a fundar clubes para a prática do esporte e com isso permitiam a participação da população em geral, o que na visão do autor, impulsionou a difusão do esporte.

As primeiras seleções estaduais de *Rugby* contaram com jogadores formados no Rio Cricket A. A., clube este fundado em 1872. Passados dezesseis anos, em 1888, fundou-se o SPAC (São Paulo Athletic Club), em São Paulo e, posteriormente em 1891 foi fundado no Rio de Janeiro o Clube Brasileiro de Futebol *Rugby* (CENAMO, 2010).

O primeiro clube de esportes fundado no Brasil, na cidade do Rio de Janeiro, foi em 1875, e era conhecido como o Paissandu *Cricket* Clube. Ainda na cidade do Rio de Janeiro, em 1891, o Clube Brasileiro de Futebol *Rugby*, foi o primeiro clube a desenvolver as atividades do *Rugby*, tendo como seu pioneiro, o jovem brasileiro que havia recém chegado da Inglaterra, o Luiz Leonel Moura, onde lá havia tido contato com o *Rugby* e o com o futebol, e suas principais diferenças, foi devido a sua iniciativa que o *Rugby* foi inserido, e que logo encontrou outros adeptos desta modalidade (OLIVEIRA, 2004 *apud* SAMBRANA, 2014, p. 15).

A partir de então, Sambrana (2014), destaca que a prática regular do *Rugby* passou a acontecer somente a partir de 1925 com o surgimento de novas equipes e nos anos seguintes passaram a serem organizadas uma série de jogos interestaduais amistosos culminando, inclusive em uma etapa internacional no ano de 1932 contra os *Springboks*, time de *Rugby* da África do Sul.

Passado o período em que o *Rugby* teve certo desfalque devido ao regresso de muito dos ingleses que praticavam o *Rugby* para a Europa pra defender o Exército Britânico, no ano de 1966, que realizou-se o primeiro jogo entre as equipes da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo e a Escola de Engenharia da Universidade Mackenzie em dezembro de 1972, substituindo a União de *Rugby* do Brasil, foi fundada a Associação Brasileira de Rugby-ABR, sendo reconhecida pelo então existente Conselho Nacional de Desportos-CND (SAMBRANA, 2014).

Na atualidade o *Rugby* vem passando por uma importante evolução, principalmente no que tange a aderência de novos praticantes e no desenvolvimento e formação de novos atletas. Essa evolução está diretamente relacionada à reorganização ocorrida no ano de 2009 quando a Associação Brasileira de *Rugby* passou a ser Confederação Brasileira de *Rugby* (CBRu). Isto exigiu que as Federações estaduais e os clubes se reorganizassem para participarem das competições nacionais, regionais e estaduais. Além disso, para fazer parte do rol de países que recebem investimentos da *World Rugby* (Confederação Internacional de *Rugby*) foi preciso se readequar, traçar metas, apresentar relatórios e enviar seus recursos humanos para capacitações e formações da *World Rugby* (PINHEIRO et al., 2015, p. 87).

Nessa perspectiva, Sambrana (2014), aponta que o *Rugby* ainda é um esporte de pouca divulgação que, entretanto, vem crescendo, sendo que no Mato Grosso do Sul, existem equipes nas cidades de Campo Grande, Corumbá, Dourados, Bela Vista, Itaporã, Jardim, São Gabriel do Oeste, Ponta Porã, Maracajú e Três Lagoas.

A autora destaca que na cidade de Ponta Porã organizou-se o Frontera Rugby Clube, idealizado no ano de 2011, iniciando sua concretização no primeiro semestre de 2012, quando tiveram início os treinamentos no município. Entre as ações imputadas para essa concretização envolveu a solicitação de um campo para os treinos, criação de uma página na rede social para divulgação e a publicação da agenda do início dos treinamentos via cartazes. Assim, no dia 01 de setembro de 2012, no campo do Horto Florestal do município compareceram mais de 30 interessados, entre brasileiros e paraguaios. Após essa primeira etapa, o público interessado se reuniu no dia 29 de setembro para assistir ao jogo Los Pumas X All Blacks e escolher o nome e as cores da equipe. Na ocasião, oficializou-se o nome Frontera Rugby Clube, defendendo as cores azul e vermelha, cores estas, escolhidas por serem as oficiais de Ponta Porã e também do país vizinho (SAMBRANA, 2014).

### 1.2 O *Rugby* nas aulas de Educação Física

Partindo do objetivo estabelecido pelos PCNs esperando que ao final do ensino fundamental os alunos sejam capazes de adotar atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer espécie de violência, o *Rugby* vem de encontro a esse objetivo, uma vez que uma prática calcada na disciplina, camaradagem, controle, respeito mútuo, espírito de equipe, conduta e contato controlado, caracteriza o *Rugby* podendo ser assim praticado por pessoas de biótipos, gêneros e idades variadas (MENDES et al., 2015, p. 03).

A necessidade de apresentar novidades com a finalidade de motivar os nossos alunos para as práticas da educação Física faz do *Rugby* uma



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

ferramenta importante. A modalidade oportuniza que alunos dos mais variados tipos físicos participem do jogo. As características do *Rugby* favorecem a inclusão e aceitação das diferenças (PINHEIRO et al., 2015, p. 91).

Nesse sentido, Sambrana (2014) propõe o *Tag Rugby* como uma importante ferramenta educacional a ser utilizada nas aulas de Educação Física, como instrumento auxiliar no processo de ensino e aprendizagem, possibilitando aos praticantes uma participação ativa, demonstrando na prática, uma nova visão de prática esportiva nas aulas de Educação Física.

De acordo com a autora acima, o Tag é um jogo pré-desportivo que traz em suas regras os valores e princípios do *Rugby*, podendo ser praticado em espaços reduzidos, como acontece na maioria das escolas e enquanto atividade inclusiva favorece a cooperação, o espírito de equipe e o trabalho coletivo, sem desmerecer nenhum participante, e o principal, sem contato físico direto, desmistificando a violência atribuída ao *Rugby*.

Os jogos pré-desportivos são citados por Teixeira (1993) como aqueles que, além de estimular as capacidades físicas e mentais, preparam para a prática formal de esportes individuais e coletivos. Praticando-o os reflexos tornam-se mais rápidos, aumentam as habilidades manuais e intensificam o trabalho em grupo, que é de suma importância para a prática coletiva do *Rugby* ou outro esporte da mesma natureza.

Entende-se que na utilização de jogos como o *Rugby* ou *Tag Rugby* no contexto escolar deve levar em conta a organização de espaços adequados para estimular o jogo, a disponibilidade de materiais, bem como, a verbalização entre adultos e crianças. Cabe ao professor dar informações sobre as diferentes formas de jogar, e também, agir demonstrando não só o prazer de jogar, mas estimulando os alunos para que tais ações se tornem aprendizado.

A interação cooperativa com os outros é necessária para o desenvolvimento da autoestima, da confiança e da identidade pessoal, que são elementos importantes o bem estar psicológico. Se o jogo tem presentes os valores de solidariedade e cooperação, começamos a descobrir a capacidade que cada um de nós tem em sugerir ideias (BROWN *apud* SOLER, 2006, p.24).

Além de contribuir efetivamente para o desenvolvimento de habilidades e capacidades motoras, o jogo como atividade é composto de elementos de regulação e

compensação das energias potenciais do sujeito, é um meio essencial de interação e socialização, instrumentos importantes no desenvolvimento das estruturas do pensamento, influenciando notavelmente na formação da personalidade.

Assim, jogar desenvolve a iniciativa, a imaginação, o intelecto, a curiosidade e o interesse, o corpo e a estrutura psíquica, o senso de responsabilidade individual e coletiva, a cooperação, colocar-se na perspectiva do outro, a capacidade de lidar com limites, a memória, a atenção e a concentração por longo período de tempo.

O professor tem papel importantíssimo no sucesso de seus alunos. Sua relação com os alunos, sua metodologia e sua postura propiciarão condições para o desenvolvimento máximo de sua turma. Parafraseando Kamii e Devries (1991) existem dois princípios básicos de ensino que o professor deve analisar no momento da elaboração de suas aulas: que os jogos sejam modificados a fim de se ajustarem à maneira como o aluno pensa, e que a autoridade do adulto seja reduzida tanto quanto possível.

As relações que o professor estabelece com seus alunos refletem e caracterizam o comportamento de sua turma. É importantíssimo que o professor reduza o seu poder tanto quanto possível, mas não esquecendo nunca de sua função de organizador e condutor do grupo. Os jogos em grupo são excelentes oportunidades de discussão e interação entre os alunos, a tomada de decisões deve ser feita por parte dos mesmos. O encorajamento dessas iniciativas estimula a autonomia intelectual e social da criança (KAMII e DEVRIES, 1991, p. 291).

A participação do professor como jogador é uma das melhores maneiras de encorajar seus alunos. Como participante o professor pode intervir como um jogador. Sendo assim, ele torna-se um participante no mesmo nível de seus alunos, suas ideias e sugestões devem ser discutidas e aceitas ou não pelo grupo, o que ocasiona reflexão e interação entre as crianças. Não importa o tipo de jogo que o professor sugere, mas sim as atitudes tomadas pelo mesmo, ou seja, que reduza o poder do adulto, dê tempo aos alunos, encoraje a cooperação entre eles e ajude-os a chegar a suas próprias decisões (KAMII e DEVRIES, 1991, p. 292).

Sendo assim, Sambrana (2014) ressalta que o Rugby dentro do espaço educacional é mais um suporte a ser trabalhado nas aulas de Educação Física, sem, no entanto, desmerecer as outras modalidades esportivas desenvolvidas na escola, mas trazendo consigo um jogo estratégico de caráter lúdico por meio do Tag, para que assim, se desmistifiquem os mitos/tabus do *Rugby* classificado como um jogo violento.

Este trabalho envolvendo o *Rugby* não desenvolve nos alunos somente uma melhor competência motora, mas sim um envolvimento mais amplo de todo o grupo participante. A conquista dos desafios através de ações coletivas desenvolve nos alunos o sentimento de pertencer a um grupo; a valorização da ação de cada indivíduo em prol de um resultado coletivo valoriza e encoraja os alunos; a relação de ajudar-se com maior frequência coloca os alunos diante das diferenças e ensina-os a lidar com as mesmas.

Na análise de Darido (1998) o jogo tem papel importantíssimo na metodologia construtivista e é considerado o principal modo de ensinar. Portanto, o mesmo deve ser introduzido de maneira clara e breve para assim os alunos interpretem e utilizem as regras durante a sua realização.

Na nossa sociedade, a violência atinge todas as camadas sociais e culturais, o esporte não foi descartado desse fenômeno, temos acompanhado através da mídia, brigas, ameaças, todos podem ser vítimas e agressores, ou seja, às vezes agredimos pessoas sem perceber por não entender culturas, hábitos e crenças. O *rugby* agrega diversos valores humanos o principal deles é o amor ao seu semelhante, todo praticante dessa modalidade aprende junto com o esporte a camaradagem, fraternidade, respeito ao próximo, compartilhar, entender as diferenças étnicas, religiosas e culturais. Cabe ao professor, reforçar os valores aprendidos pelo esporte de tal maneira, que possa ser utilizado na vida diária dos alunos praticantes de *rugby* (MENDES et al., 2015, p. 06).

Destaca-se que a oportunidade da prática deste tipo de jogo propicia ao aluno a experimentação de novas formas de vivenciar e aproveitar o jogo. Os princípios e objetivos destas atividades caracterizam-se pela valorização da construção de objetivos comuns, para a obtenção do prazer. Os alunos aprendem a jogar com e não contra seus colegas; a solidariedade e a confiança também são altamente estimuladas; a vitória é compartilhada entre todos e, com isso, os alunos expressam sentimentos de aceitação e demonstram vontade de permanecer jogando.

Os jogos, ao serem trabalhados com os alunos no Ensino Fundamental, representam os valores e os anseios da sociedade a qual pertencem, ou seja, através dos jogos elas retratam determinada estrutura social. No mundo atual, a capacidade de destacar-se individualmente como o melhor, o mais eficiente, torna-se muito importante em todos os setores da sociedade. O ser humano vem sendo valorizado por suas capacidades frente aos demais, sem que se leve

em conta suas estratégias ou mecanismos que utiliza, mesmo que os mesmos causem danos a outras pessoas.

Vale ressaltar que o professor de Educação Física ao propor atividades que envolvam jogos, deve estar atento ao tipo de jogo que irá propor, de modo que contribuam para a construção de um mundo melhor. Percebe-se, portanto, que os jogos conhecidos, com objetivos voltados à competição, não são as únicas possibilidades de atividades que podem ser desenvolvidas nas aulas de Educação Física.

De acordo com Brotto (1999) o jogo repercute em diversos níveis do desenvolvimento humano, tanto na linguagem, cognição, no campo afetivo, físico-motor, mental, moral e espiritual, envolvendo certa harmonia que integra virtudes e defeitos, habilidades e dificuldades.

Desse modo, considerando que todo ser humano independente da classe social da qual faz parte, em diversas circunstâncias, viveu experiências de brincar quando criança e que essa atividade específica é parte do ser humano integral, pode-se dizer que além do desenvolvimento físico e intelectual, o caráter lúdico do *Tag Rugby* favorece o desenvolvimento dos vínculos afetivos e sociais positivos como condição para que se possa viver em grupo, ou seja, constitui-se em um importante instrumento de educação para a vida.

Considerando o que foi exposto, entende-se que jogos como o *Rugby* ajudam a diminuir a exclusão dentro do contexto educacional, pois tiram o foco principal do jogo do ato de ganhar ou perder e passa a valorizar a criatividade dos alunos evitando confrontos individuais e coletivos uma vez que os alunos têm objetivos em comum, a relação de ganhador e perdedor não existe no jogo, os jogos cooperativos têm relação com, o jogar com o outro. Através do pensamento cooperativo, os jogadores são motivados a unir suas ações individuais em prol de um objetivo comum.

Ao trabalhar as questões da competitividade e cooperatividade nas aulas de Educação Física, o professor irá demonstrar que tal disciplina não tem apenas a característica de educadora do corpo, mas também fará uma importante contribuição na sua função social, numa sociedade que fragmenta e torna o ser humano individualista, as aulas de Educação Física oportunizarão o relacionamento de diferentes comportamentos ensinando a conviver de maneira justa.

As aulas de Educação Física devem oferecer princípios básicos de ensino para a formação e construção de valores de seus alunos. Esses princípios devem proporcionar a garantia de inclusão e participação de todos, o respeito, a corporeidade singular



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

dos alunos, o privilégio do caráter lúdico, a reflexão sobre as práticas competitivas, a problematização dos valores estéticos da cultura com relação às práticas corporais, entre outros.

### REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BROTTO, F. O. **Jogos cooperativos**: o jogo e o esporte como um exercício de convivência. Capinas, SP: [s.n.], 1999. Disponível em: <http://www.bibliotecadigital.unicamp.br> Acesso em: 07/04/2017.

CENAMO, Gabriel Colini. **História do Rugby**. (Monografia). São Paulo: Universidade de São Paulo. Escola de Educação Física e Esporte, 2010. Disponível em: <http://www.portaldorugby.com.br/2015/wp-content/uploads/2010/04/Hist%C3%B3ria%20do%20Rugby%20-%20Gab%C3%B3.pdf> Acesso em: 31/03/2017.

DARIDO, S. C. Apresentação e análise das principais abordagens da Educação Física escolar. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. UNESP-Rio Claro, SP, p. 58-65, set/1998.

FERREIRA, A. B. de H. **Novo Dicionário da Língua Portuguesa**. 2º edição. Rio de Janeiro, RJ: Nova Fronteira, 2001.

HUIZINGA, J. **Homo Ludens**: o jogo como elemento da cultura. 4º edição. São Paulo, SP: Perspectiva, 1996.

KAMII, C. e DEVRIES, R. **Jogos em grupo na educação infantil**: implicações da teoria de Piaget. São Paulo, SP: Trajetória Cultural, 1991.

MENDES, André da Silva. QUINTINO, Leonardo da Silva. FERREIRA, Rafaela Pereira. GOMES, Wagner Domingos Ferreira. **Rugby inserção nas aulas de Educação Física Escolar**. (Artigo *on-line*). 2015. Disponível em: [http://www.portaldorugby.com.br/2015/wp-content/uploads/2010/04/RUGBY\\_INSERT%C3%87%C3%83O\\_NAS\\_AULAS\\_DE\\_EDUCA%C3%87%C3%83O\\_FISICA\\_ESCOLAR\\_\\_Resumido.pdf](http://www.portaldorugby.com.br/2015/wp-content/uploads/2010/04/RUGBY_INSERT%C3%87%C3%83O_NAS_AULAS_DE_EDUCA%C3%87%C3%83O_FISICA_ESCOLAR__Resumido.pdf) Acesso em: 04/04/2017.

MORGATO, Felipe. **Rugby, sob o olhar da agressividade**. Trabalho de conclusão de curso (bacharelado – Educação Física). Rio Claro: Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, 2015.

PINHEIRO, Eraldo dos Santos Pinheiro. JÚNIOR, Mario Renato Azevedo Júnior. MIGLIANO, Mauricio Migliano. BERGMANN, Gabriel Gustavo Bergmann. **Rugby no Brasil**: Na escola! É possível?. In: **Congresso Internacional dos Jogos Desportivos** /organizadores Kátia Lucia Moreira Lemos, Pablo Juan Greco, Juan Carlos Pérez Morales. Belo Horizonte: EEEFTO/UFMG, 2015.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

SAMBRANA, Joeci das Dores Gonçalves. **A Inserção do Tag Rugby na escola: Uma visão dos acadêmicos de Educação Física do CPAN/UFMS.** (Monografia). Corumbá – MS: UFMS – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, 2014. Disponível em: <http://cpan.sites.ufms.br/files/2015/02/JOICE-SAMBRANA-TCC.pdf> Acesso em: 04/04/2017.

SOLER, R. **Jogos Cooperativos.** Rio de Janeiro: Sprint, 2006.

TEIXIERA, Hudson Ventura. **Trabalho dirigido da educação física: 1º grau.** São Paulo: Saraiva, 1983.



## **QUALIDADE DE VIDA E EDUCAÇÃO FÍSICA NO ÂMBITO ESCOLAR**

Autor 1: Edilaura Aguilera Nunes <sup>1</sup>

Autor 2: Raphael Oliveira Ramos Franco Netto <sup>2</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

O presente artigo tem como base, referências bibliográficas e artigos de revista que aborda a Qualidade de Vida, de crianças e adolescente, contudo ressaltar o conceito da qualidade de vida e a importância do profissional de Educação física no âmbito escolar de forma que interfira nos hábitos e no dia-dia de seus alunos, além de mostrar a eles o cuidado que deve ter com a saúde mediante a tantas interferência do mundo tecnológico (televisão, computador, vídeo game), onde faz com que crianças e adolescente tenha uma vida mais passiva, deixando de lados brincadeira ou até mesmo de se comunicar com o mundo exterior.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de vida; Educação Física; promoção da saúde

### **INTRODUÇÃO**

Para a Organização Mundial e Saúde (OMS), o conceito de qualidade de vida está diretamente associado com a autoestima e ao bem-estar pessoal e compreendem vários aspectos, nomeadamente, a capacidade funcional, o nível socioeconômico, o estado emocional, a interação social, a atividade intelectual, o autocuidado, suporte familiar, o estado de saúde, os valores culturais, éticos e religiosos, o estilo de vida, a satisfação com o emprego e/ou com atividades diárias e o ambiente onde se vive.

Para a OMS, a definição de qualidade de vida é a percepção que um indivíduo tem sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nos quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

A prática de Atividade física regular esta voltada para que o indivíduo possa ter uma boa qualidade de vida e bem-estar, níveis de atividades físicas regulares são importantes para a promoção de uma vida mais ativa e saudável e ativa ao longo da vida.

---

<sup>1</sup> Aluno do Programa de Pós-Graduação em Educação Física, Saúde e Qualidade de Vida (MAGSUL).

<sup>2</sup> Professor de Educação Física na Rede municipal de Ensino de Ponta Porã MS.

De acordo com Caspersen (1985) atividade física pode ser definida como qualquer movimento corporal produzido pelos músculos esqueléticos que resulta em gasto energético maior do que os níveis de repouso.

Cuidar da saúde é sempre muito importante para se viver bem e melhor, esse cuidado deve começar desde a infância, portanto, a prática regular de atividade física na escola ajuda no desenvolvimento físico e mental, além de melhora no desempenho escolar.

O profissional de Educação Física deve estar sempre atualizado para buscar a melhor forma de estar auxiliando os alunos no aumento da autoestima, no autoconhecimento corporal e no cuidado com a aparência física, ajudando a reduzir os níveis de sedentarismo, a obesidade e conseqüentemente a melhora na qualidade de vida.

As atividades físicas vivenciadas desde muito cedo na infância auxiliam no desenvolvimento de atitudes e hábitos que podem afetar na escolha de um estilo de vida ativo fisicamente na idade adulta.

Neste sentido, a escola é um espaço para o desenvolvimento de estratégias de promoção de atividade física e de educação para a saúde e, neste contexto, a Educação Física Escolar surge como importante ferramenta, pois muitas crianças e jovens veem nela uma das melhores oportunidades de aproximação às práticas de atividades físicas, principalmente para classes sociais menos favorecidas (MATTOS, 2000).

Sendo assim o objetivo deste trabalho foi verificar a importância da educação física escolar na melhoria de qualidade de vida dos estudantes.

## 1. METODOLOGIA

Esta pesquisa foi baseada na análise da literatura disponível em capítulos de livros e bases de dados para visualização on-line: BIREME, PubMed, SciELO e LILACS. Foi realizada uma revisão da literatura, com o qualitativo e preliminar seleção dos artigos na sua totalidade, concentrando diretamente ao tema e todos reconhecidos pelo portal QUALIS/CAPES e classificados com estrato entre A2 e B5 (o ano-base de referência no portal corresponde ao ano de 2016). As palavras-chave utilizadas foram: Qualidade de vida, Educação Física Escolar, Atividade Física, Promoção da Saúde, período utilizado para a pesquisa foi 1990-2016. Todos os trabalhos que realçavam tal relação foram considerados para análise e discussão neste artigo

## 2. HISTÓRICO DA QUALIDADE DE VIDA E CONCEITOS

A qualidade de vida vem sendo um fator de grande relevância perante as pessoas que buscam melhoria de vida e bem-estar apesar de que demorou para que as pessoas tivessem essa percepção, já que antigamente pensava-se que era para melhorar e não para evitar doenças, apesar de que a primeira ideia até então era de ser longevidade.

Segundo Pereira, Teixeira e Santos, (2012) “O termo qualidade de vida se popularizou por volta de 1960 quando políticos norte-americanos o usaram como plataforma política. Muitos políticos desde então, em diversos países, tem utilizado o conceito qualidade de vida para que haja sucesso administrativo”. E nos dias atuais ainda podemos notar essas ações em políticos.

Segundo Dos Santos; Simões (2012 *apud* MACHADO 2000, p.183) acrescenta também que o tema qualidade de vida passou a ser tratado cientificamente a partir da década de 70, a princípio com um forte viés político e que durante esse período houve um aumento significativo da produção literária na área. Contudo, (CANAVARRO *et al.* 2007 p.3) “relatam que é a partir da década de 80 que o conceito sobre a qualidade de vida começa a ser abordado, considerando-se diferentes dimensões”. A partir de então foi tomando uma nova direção da população referente à qualidade de vida.

A população poderia ter uma vida longa se tomasse cuidados com a própria saúde o quanto mais cedo possível, e então tornando uma crescente preocupação em questão a qualidade de vida, na qual era somente até então dentro das ciências humanas e biológicas no sentido de valorizar e controlar sintomas e com isso fazendo com que isso houvesse uma diminuição ou aumento de expectativa de cada indivíduo perante a sua vida. E conforme (PEREIRA *et al.* 2012 p.10) esclarece:

A crescente preocupação com questões relacionadas à qualidade de vida vem de um movimento dentro das ciências humanas e biológicas no sentido de valorizar parâmetros mais amplos que o controle de sintomas, a diminuição da mortalidade ou o aumento da expectativa de vida.

Porém no âmbito da doença crônica que se tem verificado um maior interesse em avaliar a qualidade de vida, sendo que a importância da conceptualização deste conceito está intimamente ligada à evolução das doenças prolongadas (Heinemann, 2000; Ribeiro, 1994).

Devido às doenças que estão aparecendo que a população está buscando praticas

atividades físicas, portanto acaba que sendo uma arma eficaz para a promoção de saúde, uma vez que o aumento de atividades físicas tende a reduzir os casos de doenças artérias e coronarianas, bem como controlar os fatores de risco e um poderoso caminho para a melhoria da qualidade de vida da população, segundo estudos difundidos.

Roeder (2003) também diz que “grande parte da população, infelizmente, apenas aprecia sua saúde quando está ameaçada”.

As pessoas apenas procuram mudar seus hábitos, quando realmente seu corpo dá sinal de mal-estar, e isso acaba que refletindo nas filas de hospitais e posto de saúde, por isso a importância de estar sempre com o corpo em movimento.

Pereira et al. (2012) abordam as principais abordagens sobre qualidade de vida de acordo com Day e Jankey (1996) que classificam qualidade de vida em 4 abordagens gerais sendo:

- Econômica,
- Psicológica,
- Biomédica.
- Geral ou holística).

A socioeconômica tem os indicadores sociais como principal elemento que abordavam o compromisso da sociedade em assegurar as pessoas, estruturas sociais mínimas que lhes permitissem perseguir sua felicidade.

A psicológica busca indicadores que tratam das reações subjetivas de um indivíduo, as suas vivências, dependendo assim, primeiramente da experiência direta da pessoa cuja qualidade de vida está sendo avaliada e indicada como os povos percebem sua própria felicidade, satisfação.

A questão médica trata primeiramente da questão de oferecer melhorias nas condições de vida dos enfermos

E a abordagem holística ou gerais baseiam-se na premissa segundo o qual o conceito de qualidade de vida é multidimensional, diferente de pessoa para a pessoa inserida no contexto similar.

De maneira geral pode interferir no bem-estar, porém não podemos generalizar, depende de como cada indivíduo vai lidar com variadas situações, até porque a saúde está ligada diretamente com a qualidade de vida, e são conceitos que apresentam expressividade, porém há uma grande relação entre si, além claro que o bem-estar das pessoas fica

invariavelmente depende da cultura ou da genética de cada pessoa, e sim expressa pelo estilo de vida que as pessoas levam e o ambiente em que vive.

Segundo Minayo, Hartz e Buss (2000) “qualidade de vida é como uma representação social criada a partir de parâmetros subjetivos (bem-estar, felicidade, amor, prazer, realização pessoal)”. E também subjetivos, cujas referências são as satisfações das necessidades básicas criadas pelos graus de desenvolvimento econômico e social de determinada sociedade.

É necessário que haja uma conceituação precisa para determinar o que é uma boa ou má qualidade de vida, para que possam definir que importância tem seus componentes, sejam objetivos ou subjetivos, até porque no que se diz qualidade de vida há várias nomenclaturas que direcionam para variadas áreas.

Atualmente o conceito mais aceito de qualidade de vida segundo Pereira, Teixeira e Santos (2002) é “buscar dar conta de uma multiplicidade de dimensões discutidas nas chamadas abordagens gerais ou holística”. Que no caso pode compreender venha ser independente de cada indivíduo, por mais que estejam inseridas no mesmo ambiente as reações e sensações poderão ser recebidas de outra maneira, o que para muitos a qualidade de vida pode ser vinculada somente quando a um completo bem-estar.

É importante ressaltar a atividade física diária que possibilita as pessoas ter movimento corporal voluntário, onde tem por sua vez tem gasto de calorias, pois acaba sendo um gasto acima do nível de repouso, que são caracterizados pelas atividades do cotidiano, como andar de bicicleta, praticar algum tipo de esporte, dançar, isso de certa ajuda na saúde evitando o sedentarismo e claro melhorando a saúde das pessoas. Contudo Oliveira (2005, p.32) relata que:

Desde a antiguidade a atividade física foi associada a saúde. Naquela época os hábitos de vida e o trabalho implicavam em atividade física, muitas vezes intensa, e não havia tempo específico para exercitar o corpo, através dos avanços que foram facilitando a vida do ser humano, modificando profundamente os hábitos, nem sempre com resultados favoráveis.

É fundamental que se pratique atividade física além de evitar doenças, possibilita um bem-estar, e a busca da saúde significa praticamente assumir responsabilidade com a qualidade de vida, pois a atividade física além de ser barata ela é também eficiente, onde faz com que as pessoas tenham disposição tanto no trabalho, quanto no lazer e no convívio social e com um estilo de vida ativo, seja individual ou até mesmo participativo na



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

comunidade.

Guedes e Guedes (1995) e Nahas (1997) reconhecem as vantagens da prática de atividade física regular na melhoria da qualidade de vida. E aonde a (CONFEEF, 2013.p6), afirma também que a atividade física é uma arma eficaz para saúde:

A atividade física representa uma arma eficaz para a promoção da saúde, uma vez que o aumento da atividade física tende de reduzir 1/3 os casos de doenças artérias e coronarianas, bem como para controle dos fatores de risco e um poderoso caminho para a qualidade de vida.

A atividade física quando orientados adequadamente por um profissional de educação física acaba sendo um fator determinante para combater doenças, já teve pode ser comprovada a sua relevância e formando o ser humano e sua qualidade de vida. Muitas vezes acaba interferindo na alimentação, que Gährke (2000), afirma que a alimentação “que a vida gira em torno da alimentação”. Uma alimentação aliada a uma atividade física pode proporcionar a determinado indivíduo uma melhoria na vida, muitas vezes um adulto, criança ou adolescentes, que apresenta a famosa pressão alta pode ser notável a melhoria.

### 2.1 QUALIDADE DE VIDA DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES:

Nos dias atuais aonde se impera a tecnologia, muitas crianças e adolescentes estão deixando de lado a prática de atividade física, e vivendo uma forma mais passiva e cômoda e logo acabam se alimentando de alimentos industrializados, devido a correria do dia-a-dia acaba que sendo prático, e onde acabam se alimentando mal. São fundamentais que as crianças façam atividade física para que tenham um crescimento saudável, pois traz vários benefícios. As atividades têm que ser brincadeira que estimulem as crianças e que movimentem seu corpo.

“A Organização Mundial de Saúde (OMS) define a qualidade de vida como sendo como uma noção eminentemente humana que se aproxima do grau de satisfação, encontrado na vida familiar, amorosa, social e ambiental”. No geral todos nós buscamos o bem-estar, seja com o corpo, mente ou com convívio social com as demais pessoas, e a prática de atividade física pode proporcionar isso.

E de acordo com Oliveira (2005, p.80) “o estímulo à atividade física regular e a prática desportiva deve se iniciar na infância, ou melhor, desde a fase intrauterina,

considerando os benefícios que a atividade física proporciona para a gestante e feto até a velhice”.

Hoje em dia pode se dizer que é complicado o professor de educação física tratar de qualidade de vida de crianças, até porque envolve muitas coisas, dentre elas no meio familiar, onde muitas crianças desde pequenos já estão conectadas, deixando de lado as brincadeiras, que antigamente não se importava com o lugar, se ia sujar a roupa ou não, as crianças digamos eram livres para brincar aonde queriam, porém hoje em dia devido a segurança muitos pais preferem dar algo tecnológico para digamos proteger seus filhos das ruas e isso faz com que acabe havendo vários aspectos.

É muito importante as crianças crescerem num âmbito aonde prevaleça a qualidade de vida, não somente quando estamos doentes mais que seja vista como prazer, que não deixe as brincadeiras antigas se perde no tempo como (soltar pipa, joga pião, bolita, brinquem de boneca, jogue bola) independente lugar e da hora, apenas divirta-se. E contudo, ainda Oliveira (2005, p.81) diz “que estratégia para estimular a criança e adotar como hábitos a prática regular de atividades físicas envolve aspectos ligados ao ambiente familiar, escola e ao próprio sistema de saúde pública”.

Antigamente não tinha tantas possibilidades que se tem hoje em dia, comidas e bebidas industrializadas como (refrigerantes, salgadinho, doces, comidas instantâneas) que se tem hoje em dia, e a qualidade de vida de crianças e adolescentes era mais saudáveis, como também encontramos grande índice de crianças e adolescentes que não tem o que comer, muito menos um ambiente adequado para se morar e que passam por precariedade, e necessidades básicas. Porém as pessoas antigamente plantavam e colhiam seus próprios alimentos, que por sinal eram bem mais saudáveis que de hoje em dia que se tem utilização de agrotóxicos, que é prejudicial à saúde. Conforme o ECA (estatuto da criança e do adolescente) diz em seu artigo 4º:

É o dever da família e da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes a vida, a saúde, a alimentação, educação, ao esporte, ao lazer, a profissionalização, a uma cultura, a dignidade, o respeito, a liberdade e a convivência familiar e comunitária.

Os adultos podem interferir muito para que hábitos saudáveis de crianças e adolescente de forma que priorize e estimule a prática de atividades físicas, o que deveria também ser prioridade na nossa sociedade, aonde os profissionais da área da saúde



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

também poderiam ajudar a combater o sedentarismo na infância e na adolescência, estimulando a prática regular de exercício físico no cotidiano, e também profissionais que tem mais contato com as crianças no caso professores de Educação Física devem priorizar seu aspecto lúdico, além da educação física escolar ser essencial deve ser bem aplicada, o próprio governo devem considerar a atividade física na criança e no adolescente como uma questão de saúde pública, possibilitando divulgações.

Boa parte das crianças faz atividade física somente na escola, durante as aulas de educação física e isso quando participam, por isso a importância do professor estimular seus alunos e mostrar a importância das atividades e os benefícios que podem trazer para a sua saúde, fazendo com os pais também crie hábitos de levar em parques, praças, em projetos que trabalham esportes, lutas, danças e várias outras atividades.

### 2.2 A IMPORTANCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NA ESCOLA

A educação física é um componente curricular obrigatório em todos os níveis da educação básica caracterizado pelo ensino de conceito, princípios, valores, atitudes e conhecimentos sobre o movimento humano. (CONFED, 2014, p 14).

Nas aulas de educação física pode-se ensinar hábitos que poderão ser levadas para o resto da vida, além de conhecimento específico que podem favorecer a aquisição de competências motoras, convívio social e proporcionar a cultura esportiva e o lazer, e onde se tem mais contato com os alunos podendo então vivenciar e ouvir dele suas aflições, e por determinadas atitudes que o aluno tem na escola.

No século passado a educação física esteve estreitamente vinculada às instituições militares e à classe média e esse vínculo foi determinante, tanto no que diz respeito à concepção da disciplina quanto ao seu campo de atuação e a forma de ser ensinada.

Segundo Oliveira (1987, p.16) relata que “a educação física enfrentou muitas barreiras até que finalmente, no ano de 1933 foi fundada a escola de educação física do exército, que permitia também a matrícula de professores civis”.

Houve diversas manifestações para que a física fosse reconhecida na sociedade enfrentando diversidades para que houvesse a conquista concreta dos profissionais de educação física no Brasil, que conforme CONFED (Conselho Federal de Educação Física) que houve a “afirmação do profissional na década de 1940, consolidado definitivamente com a

conquista da regulamentação da profissão em 01 de setembro de 1998, por meio da lei nº9.696/98”.

Desde a sua inserção na escola, a educação física assumiu diversas características e funções, não faltando motivo que justificassem no contexto escolar. (Confef,2014, p23)

A educação física acaba que assumindo uma responsabilidade de proporcionar as pessoas uma nova visão sobre novos hábitos, que sejam saudáveis deixando de lado o comodismo o sedentarismo, que de certa forma acaba tendo um impacto positivo na saúde de infante-juvenil, que hoje em dia devido a própria mídia enfatizar alimentações industrializadas, crianças já são diagnosticadas com doenças que veríamos somente em adultos, que segundo a Confef (2014, p23) “aponta outros motivos que justificam a pratica da Educação Física no currículo escolar que, por sua vez característica abrangente, proporciona o desenvolvimento de habilidades de ser, conviver, conhecer e fazer”.

- Estimular as capacidades cognitivas, ou seja, desenvolver o raciocínio, a memória, a logica, a criatividade e ensina a resolver problemas.
- Confere o domínio corporal das crianças que ao se movimentar testa seus proposito limites, experimentando diferentes formas de se relacionar com os outros e com o ambiente.
- Desenvolver e ampliar as habilidades motoras;
- Aprimorar competências, promovendo a concentração, atenção, determinação, comunicação, e expressão, além do equilíbrio emocional;
- Ensinar a trabalhar em grupo e reconhecer diferentes capacidades e habilidades;
- Colabora no processo de construção de hábitos para um estilo de vida ativo e saudável e dentre varais outras.

Diante disso é possível notar a importância da educação física no âmbito escolar pois são dentro das escolas que os alunos passam boa parte do seu dia, e educação física não está somente voltado para o corpo, mais através das aulas o profissional de educação pode ensinar aos seus alunos a ter um gosto de praticar atividade física, a desenvolver suas habilidades motoras, que quanto mais desenvolver mais estará preparado para desafios da vida.

Confef (2013 p.13) Diz que a “escola é um local privilegiado para desenvolver a

cultura do corpo e o gosto por um estilo de vida ativo, cabendo aos professores, pais e demais responsáveis, definir as melhores estratégias de intervenção para os grupos visando a participação de todos”.

A escola, família e a sociedade devem estar sempre unidas para que haja um trabalho coletivo aonde um caminhe com o outro, afinal não pode sobre carregar somente um lado, apesar que hábitos seja ele bons ou ruim são fortalecidos dentro de casa, seja na alimentação, ou de ficar várias horas conectada em computadores e celulares, pois as melhorias de corrente de hábitos saudáveis são proporcionadas para as ambas partes, seja dentro do âmbito escolar ou no convívio social. Porém ao falarmos de Educação Física logo buscamos entendê-la:

Sobre tudo a educação física não rotula seu aluno, e sim amplia o conhecimento de forma que trabalhe e faça com que os alunos sejam estimulados independente se são magros ou acima do peso, fazendo com que haja uma interação entre eles e o respeito. Para Confef (2013 p.6) a Educação Física é

Excelente elemento do desenvolvimento cultural de socialização e de liberação psicológica, buscando importantes necessidades das crianças adolescentes, adultos e idosos, ou seja, todas as fases do ser humano, independente de gênero.

Sobre tudo a educação física não rotula seu aluno, e sim amplia o conhecimento de forma que trabalhe e faça com que os alunos sejam estimulados independente se são magros ou acima do peso, fazendo com que haja uma interação entre eles e o respeito.

Confef (2014, p21) fala sobre que “A prática pedagógica da Educação física torna-se significativa para o aluno quando o professor tem a devida consciência de qual é efetivamente sua função social e sua importância no processo ensino-aprendizagem”.

O profissional de educação física é fundamental no desenvolvimento das crianças, adolescentes e até de adultos, que na infância acabam queimando etapas, acabam que tendo dificuldades em realizar determinados exercícios, as atribuições são inúmeras para a formação do aluno.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Contudo podemos notar a importância da Educação Física para crianças e adolescente, para que melhorem sua qualidade para que então crie novos hábitos, não só dentro



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

das escolas, mais que levem para seu dia-dia e que façam de exercício físico diariamente, o professor de Educação Física durante suas aulas acaba que sendo um fator crucial para que os alunos criem novos hábitos, através de atividades físicas e orientações sobre alimentação saudável, seja através de jogos, brincadeira, piquenique ou até mesmo estimulando a participar de projeto envolvendo esportes. No decorrer dos anos podemos notar as mudanças das crianças e adolescente, tanto na alimentação que boa parte é industrializada, como a falta de exercícios físicos o que acaba interferindo na saúde, e apresentando doença que possivelmente seria diagnosticada somente em adultos.

### REFERÊNCIAS

CATUNDA, Ricardo; SARTORI, Sergio kudsi; LAURINDO, Elisabete. **Recomendações para a Educação física escolar**.(confef). Brasilia-DF,p.1-61, 2014

CONFEEF. **Carta brasileira de prevenção integrada na área da saúde**. Rio de Janeiro.2013

DOS SANTOS, Ana Luiza Padrão; SIMÕES, Antônio Carlos. **Educação Física e Qualidade de Vida: reflexões e perspectivas**. São Paulo, v.21, n.1, p.181-192, 2012.

GÊHRKE, Arno. **Viva Mais e Melhor!** São Paulo, editora esfera,2000.

OLIVEIRA, Ricardo. **Saúde e Educação física**. Rio de janeiro: shape,2005

PEREIRA, Erico felden; TEIXEIRA, Clarissa Stefani; DOS SANTOS, Anderlei. **Qualidade de Vida: Abordagem, conceitos e avaliação**, São Paulo, v.26, p.241-50, abril/jun.2012.

ROEDER, Maika. **Atividade física, saúde mental e qualidade de vida**. Rio de janeiro: Shape, 2003.

STEINHILBER, Jorge. **Intervenção do Profissional de Educação Física**. 2002.

## **O TEMA TRANSVERSAL SAÚDE NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA FUNDAMENTAL DE UMA ESCOLA ESTADUAL DE PONTA PORÃ-MS<sup>1</sup>**

Autor 1: Keila Fernanda Farinelli Duarte<sup>2</sup>

Autor 2: Ana Paula Moreira de Sousa<sup>3</sup>

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

A presente pesquisa teve como escopo: compreender sobre saúde na literatura e nas aulas de Educação Física e observar se o tema transversal saúde é ou não trabalhado em turmas de 8º ano de uma escola estadual de Ponta Porã-MS. Visou também obter informações sobre a saúde através de um roteiro contendo 4 questões, entregues a 2 professores, identificados como A e B. Fizeram parte do estudo, 117 alunos, distribuídos em quatro turmas (A, B, C e D). Com relação aos resultados encontrados, os mesmos não foram favoráveis, pois, ainda existe a falta de interesse em desenvolver aulas relevantes. Torna-se mais viável ceder às aulas para que os alunos pratiquem apenas as atividades que mais gostam do que elaborar uma aula de qualidade. Portanto, verificou-se que a realidade precisa ser transformada, para que os alunos compreendam os objetivos da aula e conseqüentemente buscarão uma nova perspectiva de vida, que melhore sua própria saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação Física; escola; saúde.

### **1. CONCEITUAÇÃO SOBRE SAÚDE**

O tema saúde possui diversas concepções sobre seu processo saúde/doença. Silva (2013) ressalta que a saúde desde a história da humanidade significou a falta de doenças, a vida longa e o vigor tanto do físico quanto do mental. “A palavra saúde que originalmente é *salute* (do latim) que significa salvação ou conservação da vida” (SILVA, 2013, p.30).

Outra concepção vem da Organização Mundial da Saúde (OMS), ou seja, “saúde é o estado de completo bem estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença” (BRASIL, 2000, p. 65).

Através desta citação entendemos que a saúde não é uma realidade, mas é considerado um compromisso. A saúde não é um processo estável, pois, não é porque foi atingido que irá se manter. Isso implica em algo “a mais”, isto é, a vida é repleta de mudanças, portanto, a saúde está inserida nesse contexto de transformações. A partir dessa ideia observamos que a mesma, não pode ser reduzida a uma imagem que complementa a

<sup>1</sup> Esta pesquisa é resultado de uma pesquisa de Trabalho de Conclusão de Curso, defendida no ano de 2016.

<sup>2</sup> Graduada em Educação Física pelas Faculdades Magsul.

<sup>3</sup> Mestre em Educação, docente do Curso de Educação Física das Faculdades Magsul e orientadora da pesquisa.

doença, mas deve ser vista como uma construção do indivíduo e da sociedade (BRASIL, 2000).

Temos em vista um conceito utilizado pela Organização Mundial da Saúde segundo Brasil (2000, p. 66), o qual: “[...] Nenhum ser humano (ou população) será totalmente saudável ou totalmente doente. Ao longo de sua existência, viverá condições de vida e sua interação com elas”.

Alguns fatores nos remetem como serão as condições de vida de uma pessoa como nascem, morrem e a relação entre saúde e doença, por exemplo: condição biológica (sexo, idade, genética), meio físico (fontes de água para consumo, alimentos, espaço geográfico e etc.), meio socioeconômico e cultural (renda, educação e lazer, e etc.). Tratar sobre saúde sendo assim, é “entender as condições citadas, além de incluir a melhora da qualidade do ar que se respira, da água que se consome e também da desnutrição que por sua vez, está nos direitos e deveres”(BRASIL, 2000, p. 65-66).

A saúde está na legislação como um direito de todos e dever do Estado, contudo, uma grande conquista para a incorporação da mesma na legislação foi à promulgação da Constituição Federal de 1988, que legitimou o direito de todos, às ações de saúde. Como cita Brasil (2000, p. 67): “a constituição legitima o direito de todos, sem qualquer discriminação, às ações de saúde, assim como explicita o dever do poder público em prover pleno gozo desse direito”.

Brasil (2000) trata que as políticas públicas voltadas para a saúde estão inteiramente ligadas para o tratamento médico, essa concepção resulta em tratar da saúde somente quando a doença já se encontra no indivíduo. Através disso, entendemos que ao tratar da saúde, estaríamos falando em doença com o vírus ou bactéria propriamente dita, instalada no organismo e não na prevenção da doença.

A partir desse conceito, a legislação difundiu à Constituição o Sistema Único de Saúde (SUS) que por sua vez, possui cunho público e é formada em redes regionalizadas, hierarquizadas e descentralizadas. Entretanto no mesmo documento é descrito: “um passo importante foi dado ao se promulgar a Constituição de 1988 que prevê a implantação do SUS” (BRASIL, 2000, p. 67).

A promoção da saúde se faz então através da educação, da mudança dos hábitos, da prática da vida ativa e do ambiente saudável. Portanto, é primordial que a sociedade garanta políticas públicas para a qualidade de vida e que promova transformações nas condições de saúde.

Está estreitamente vinculada, portanto, à eficácia da sociedade em garantir a implantação de políticas públicas voltadas para a qualidade de vida e ao desenvolvimento da capacidade de analisar criticamente a realidade e promover a transformação positiva dos fatores determinantes da condição de saúde (BRASIL, 2000, p. 67).

Brasil (2000, p. 67), cita também sobre medidas que são importantes para proteger a saúde como: “(identificação, registro e controle da ocorrência de doenças), vacinações, saneamento básico, vigilância sanitária de alimentos, do meio ambiente e de medicamentos, adequação do ambiente de trabalho e aconselhamentos específicos como os de cunho genético ou sexual”.

Sendo assim, é desta maneira que entendemos que para manter uma boa saúde é imprescindível levar em consideração essas medidas, pois, através das mesmas podemos verificar se o indivíduo encontra-se em condições adequadas para a manutenção de sua saúde.

Para que os olhares voltem-se à saúde, é de suma importância realizar exames médicos e odontológicos, conhecer sobre a saúde da população e obter medidas em que previna a saúde e também que previna o agravamento de doenças, desta forma, a atenção é integral para a saúde (BRASIL, 2000).

Confirma Guiselini (2006, p. 70):

Junto com o retardamento da morte, a outra meta mínima de saúde para todos nós é obter um diagnóstico médico de que estamos livres de doenças (de que somos “aparentemente saudáveis”). Tentamos prevenir males, enfermidades e doenças conhecidas através da percepção, de avaliações de saúde e de hábitos saudáveis.

Portanto, através dessa concepção, além de retardarmos a morte levando uma vida com qualidade com hábitos saudáveis, outro ponto importante é a busca de resultados positivos na realização de exames clínicos, e é a partir disso, que podemos prevenir/evitar enfermidades.

## 2. TEMA TRANSVERSAL “SAÚDE”

Lômonaco (2004 *apud* SILVA, 2013, p. 30) aponta que o tema saúde foi trabalhado em diversos momentos, sendo o primeiro o higienismo, o qual se utilizava o uso de força policial quando se tratava da saúde. No início do século XX, acreditava-se que através do

higienismo se obtinha um bem-estar físico e também moral do ser. Ainda nos lembra de que, nesta época existiam regras dentro da escola: “Nesta época, o projeto pedagógico das escolas era composto por um conjunto de regras que, se bem seguidas, permitiriam ao indivíduo desfrutar de uma boa saúde apesar das desigualdades socioeconômicas da população”.

Através dessa ideia, denotamos que o ensinamento da saúde nessa época era voltado para o lado da higiene. Em meados da década de 20, o ensino da saúde abrangia temas como: “nutrição, desnutrição antropométrica, assistência médica-odontológica” (SILVA, 2013, p.30).

Tratar sobre a saúde, portanto, é levar em consideração seus outros fatores de influência, como cita Darido *et al* (2001, p. 23): “o meio ambiente, os aspectos biológicos, socioeconômicos, culturais, afetivos e psicológicos”.

De acordo com Darido *et al* (2001), é através desses fatores que tratamos da saúde como direito do cidadão, para que o mesmo possa desenvolver ideias, ser crítico tomando atitudes certas frente a diversas situações em sua vida e também ter ações saudáveis com relação à sociedade em que vive.

Os autores versam sobre a saúde ainda ter ligação com o biológico, mas afirma que após a reformulação dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), a Educação Física deve rever a saúde de uma forma mais ampliem todas as suas dimensões psicológicas, sociais, culturais e afetivas.

Segundo Brasil (1997 *apud* SILVA, 2013, p. 30) trabalhar o “tema transversal saúde é um desafio, pois, não se pretende ensinar apenas o conteúdo higiene e saúde, mas sim, ensinar as mudanças de comportamentos, os hábitos que são prejudiciais à saúde, epidemias e endemias”.

Contudo, verificamos que não basta somente passar conteúdos sobre o organismo, nem sobre doenças e suas especificidades, mas é imprescindível conscientizar os alunos: “É preciso conscientizar, educar para a saúde, fazendo o aluno estabelecer a relação entre a teoria e a prática no seu dia a dia; por isso saúde é um dos temas transversais, devendo, como tal, permear toda prática educativa” (BRASIL, 1997 *apud* SILVA, 2013, p. 30).

A conscientização dos alunos sobre saúde deve abarcar o pensamento de que não se deve tratar somente das doenças, mas, que os mesmos sejam capazes de criar sua própria concepção sobre saúde, levando os mesmos a procurar um estilo de vida mais saudável e conseqüentemente a melhora em sua qualidade de vida, sendo esta, um englobamento de bem estar físico, psíquico, social, ambiental e estético.

### 3. METODOLOGIA

A pesquisa foi de campo, de caráter qualitativo e descritivo. Foram buscadas informações através de uma entrevista com 2 professores de Educação Física da escola investigada, para obter respostas destinadas a um roteiro de 4 questões, tratando sobre o tema saúde.

O local escolhido para a pesquisa foi em uma Escola Estadual situada na cidade de Ponta Porã-MS, na área urbana, próximo ao centro da cidade. Com um número total de 1695 alunos matriculados. 321 estão matriculados no ensino fundamental, de 1º a 5º ano, 649 no 6º ao 9º ano e 724 alunos no ensino médio. A partir desse total, 736 estão no período matutino, 651 no vespertino e 308 no período noturno. Devido à sua localização, a escola atende alunos com diferenciadas classes sociais. Através disso, cerca de 15% são alunos paraguaios, contudo, há um alto índice de alunos que falam três línguas, as quais: guarani, português e espanhol (PPP, 2012).

De acordo com o Projeto Político Pedagógico (PPP, 2012), a escola conta com recursos do Governo Estadual e Federal para a merenda, tem por sua participação no Programa Dinheiro Direto na Escola (PDDE) e Programa de Desenvolvimento da Escola (PDE), participa do Programa Mais Educação e do Programa Escola Intercultural de Fronteira (PEIF) e a mesma ainda conta com uma promoção para arrecadar fundos através da Associação de Pais e Mestres (APM).

Os alunos escolhidos para a pesquisa foram de quatro salas do 8º ano do ensino fundamental e dois professores de Educação Física. A escolha das determinadas séries, justifica-se pelo fato dos alunos se encontrarem em um período de grandes transformações em vários setores de suas vidas, além de ocorrer à construção de sua identidade.

Nas aulas de Educação Física da escola investigada participou: turma A, B, C e D. As turmas A e B são alunos do professor B, enquanto C e D são da professora A. A turma A possui 31 alunos, a turma B 25 alunos, a turma C 33 alunos e a turma D 28 alunos. Entre as turmas, somente a turma A foi observada no período matutino, enquanto as turmas B, C e D foram observadas no período vespertino.

Na primeira turma, 16 alunos são do sexo masculino e 15 do feminino. Na segunda turma 11 alunos são do sexo masculino e 14 do sexo feminino. Na terceira turma, 15 alunos são do sexo masculino e 18 do sexo feminino. Na quarta turma, 11 alunos são do sexo

masculino e 17 são do sexo feminino. A observação foi realizada durante (03) três meses, sendo eles Agosto, Setembro e Outubro.

A pesquisa em si conta com observação não participante de 18 aulas de Educação Física, sendo que 10 foram da professora A e 8 do professor B. A coleta de dados aconteceu através das aulas de Educação Física, como citado, nos períodos matutino e vespertino na Escola Estadual localizada no município de Ponta Porã-MS.

Além disso, uma entrevista também foi feita com os professores, sendo que foi repassado a eles, um roteiro contendo 4 perguntas com o assunto saúde (o que os mesmos entendem por saúde, se em suas formações acadêmicas perpassou conhecimentos sobre o tema, como trabalham a saúde em suas aulas e suas opiniões sobre o tema). Foi entregue para a diretora da escola o Termo de Autorização Institucional, além disso, com os professores, houve uma conversação sobre a observação da pesquisadora em suas aulas.

Todas as salas observadas apresentaram uma dificuldade com a prática de atividades físicas relacionadas à saúde, pois, as aulas de Educação Física resumem-se em futsal, voleibol e queimada, isto é, a professora A e o professor B não diferenciam suas aulas e possuem o famoso pejorativo de “rola-bola”. Acerca disto, observamos que as utilizações de esportes em suas aulas se dão pelo fato da maioria dos alunos gostarem da prática e assim facilitar o trabalho da mesma em não criar nenhum tipo de atividade para os estudantes.

Em contrapartida, Brasil (1998) *apud* Darido *et al* [s.d.], p. 3, trata que a Educação Física na escola deve proporcionar aos alunos à:

Participar de atividades corporais adotando atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade; conhecer, valorizar, respeitar e desfrutar da pluralidade de manifestações da cultura corporal; reconhecer-se como elemento integrante do ambiente adotando hábitos saudáveis relacionando-os com os efeitos sobre a própria saúde e de melhoria da saúde coletiva; conhecer a diversidade de padrões de saúde, beleza e desempenho que existem nos diferentes grupos sociais, compreendendo sua inserção dentro da cultura em que são produzidos, analisando criticamente os padrões divulgados pela mídia; reivindicar, organizar e interferir no espaço de forma autônoma, bem como reivindicar locais adequados para promover atividades corporais de lazer.

Através da ideia dos autores acima, verificamos que os alunos devem participar de atividades dentro da Educação Física escolar que por meio desta, possam adquirir o respeito ao próximo, compreender sobre as mais diversas manifestações da cultura corporal, entender sobre a saúde e aprender a organizar-se de forma autônoma frente às atividades corporais.

Desta forma, entendemos a devida importância de uma aula de Educação Física em que o profissional interfira diretamente em suas aulas. Os alunos por sua vez, encontram-se em estado preocupante pela falta de coordenação motora, flexibilidade, agilidade e destreza. Enfim, não realizam atividade física orientada sistematizada nas aulas de Educação Física e sim, só realizam movimentos e ações por meio do futebol, voleibol e etc.

A partir disso, notamos que além da falta de interesse tanto da professora quanto dos alunos, não há uma cobrança com relação a roupas adequadas nas aulas de Educação Física. Com isso, os alunos realizam a mesma usando calças jeans, sapatilhas e rasteiras. A escola conta com uma quadra coberta, porém apenas um professor do ensino médio usa a quadra esportiva, enquanto a professora A observada utiliza um espaço ao lado desta, sendo que não há cobertura, possui grama e uma rede de voleibol com o chão de areia, enquanto o professor B utiliza outro espaço que se situa atrás da quadra.

O espaço que é utilizado pelos dois professores para as aulas no período vespertino o sol é muito forte, contudo, com frequência muitos alunos, tanto da sala B, C e quanto da D, utilizam a pouca sombra que resta de salas ao lado do espaço para sentar e esperar a aula terminar, enquanto alguns alunos jogam futebol em outra parte do espaço tem outro grupo de alunos que utiliza a rede de voleibol.

#### 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para a realização da pesquisa foram utilizadas 10 aulas de observação na Escola Estadual investigada, com o professor A e 8 aulas com o professor B, os quais atuam em turmas de oitavos anos.

As aulas foram observadas no período vespertino com o professor A e com o professor B, foi necessário observar tanto no período matutino quanto no vespertino, pois, as aulas do professor B são poucas durante a semana, entretanto, foram observadas as 4 salas, pois, são somente 4 oitavos divididos no período matutino e vespertino na escola investigada. As observações duraram 3 meses e a aplicação da entrevista durou cerca de 30 minutos com cada professor.

A análise de dados ocorreu através da pesquisa de campo (diário de campo), com observação não participante da pesquisadora, além da formulação de um roteiro de perguntas com os professores de Educação Física, contendo 4 questões relacionadas à saúde, sendo elas: Você sabe o que é saúde? Sua formação acadêmica te propiciou conhecimentos para trabalhar temas relacionados à saúde nas suas aulas na escola? O Referencial Curricular do

Estado prevê o tema saúde? Se sim, você trabalha? Como? Descreva. Qual a importância que tem o tema saúde para suas aulas de Educação Física Escolar?

A seguir, observamos as respostas dadas pelos professores na questão: Você sabe o que é saúde, os professores responderam: “saúde significa o estado de normalidade do funcionamento do organismo humano. Ter saúde é viver com boa disposição física, mental e bem estar” (PROFESSORA A, 2016). “Sim, a palavra saúde pode ter muitas definições, seria como se fosse a união de diversos fatores para se obter saúde como por exemplo: o bem estar físico, mental e social” (PROFESSOR B, 2016).

A partir das respostas da primeira questão, percebemos que ao tratarem da importância da saúde como um tema que deve ser trabalhado na Educação Física Escolar, acabam esquecendo-se muitas vezes de utilizá-la em suas aulas, como foi observado nas mesmas. Contudo, confirma Selli *et al* (2012, p. 7), “que este liga-se com a maneira que o indivíduo cuida do seu corpo, de suas emoções e da forma que interage com outras pessoas”, ou seja, a saúde tem uma relação com os cuidados que o ser toma consigo mesmo.

Na questão: “Sua formação acadêmica te propiciou conhecimentos para trabalhar temas relacionados à saúde nas suas aulas na escola”, as respostas foram: “uma disciplina específica que tratasse sobre a saúde do indivíduo não tinha no currículo do curso, porém as diversas outras disciplinas, de alguma forma seus conteúdos nos faziam pensar em como agregá-la em benefício a saúde do indivíduo” (PROFESSORA A, 2016). “Sim, tive disciplinas que trabalharam sobre saúde/qualidade de vida” (PROFESSOR B, 2016).

Em torno dessas respostas, vemos que é responsabilidade da universidade proporcionar aos acadêmicos à possibilidade dos mesmos atenderem aos mais diversos segmentos da sociedade, assim como, trata que as profissões existem para auxiliar pessoas que necessitam de alguns serviços. Como cita Ghilardi (1998):

A Universidade tem como uma de suas principais funções a formação de recursos humanos que vão possibilitar o atendimento às necessidades da sociedade em alguma área específica. Isto quer dizer que a sociedade demanda diferentes tipos de serviços, cada qual com o seu grau de especificidade, e o profissional deve, fundamentado num conhecimento específico a respeito deste serviço, oferecer programas e projetos que possam solucionar problemas existentes. Verificamos então que uma profissão só existe porque existe uma necessidade de se prestar um serviço específico à sociedade (p. 4).

Portanto, como citado acima, é papel da universidade abrir possibilidades para que o acadêmico após se formar, tenha conhecimentos para repassarão seus alunos, assim como

cabe à Educação Física desenvolver programas que sejam voltados para sua qualidade de vida, para a atividade física ou para aumentar sua *performance* (GHILARDI, 1998).

Barros (1993 *apud* GHILARDI, 1998, p. 4) trata que existem alguns aspectos que definem a profissão e a diferencia da ocupação, são elas:

Em primeiro lugar, é fundamental que as atividades desenvolvidas numa profissão sejam essencialmente de natureza intelectual, onde as decisões e opções de atividades são pautadas por um conjunto de conhecimento. Em seguida, temos que toda profissão é prática, ou seja, é prestadora de serviços a sociedade. Uma profissão também é dinâmica, estando aberta continuamente a novas ideias e conhecimentos assim como é organizada, ou seja, deve possuir uma instituição que a represente, que discuta a qualidade dos serviços prestados, criando códigos e normas de conduta. Além disso, preciso comunicabilidade, ou seja, os conhecimentos e habilidades desenvolvidos na profissão precisam ser comunicados e ensinados. E por fim, a característica altruísta, ou seja, existir para prestar sempre o melhor serviço. Através desses critérios é que entendemos que a profissão deve auxiliar a sociedade, sendo assim, prestando serviços que sejam de qualidade e que os acadêmicos ao saírem da universidade repassem os conhecimentos obtidos aos seus alunos.

No que tange a terceira questão (o Referencial Curricular do Estado, prevê o tema saúde? Se sim, você trabalha? Como? Descreva), e as respostas foram:

Sim. No Referencial Curricular voltado tanto para a saúde alimentar como para a própria saúde corporal. Procuro trabalhar com pesquisas utilizando os recursos tecnológicos como recurso de busca para coleta de informações, depois discutimos em sala de aula as informações coletadas pelos alunos, sobre o que as atividades físicas em aulas práticas proporcionam para a saúde (PROFESSORA A, 2016).

“Sim, sim, através de trabalhos, projetos que estimulam a prática esportiva, boa alimentação, entre outros” (PROFESSOR B, 2016).

Com isso, notamos que a fala da professora A e do professor B em trabalhar a saúde é um meio de trazer os alunos para o assunto sobre o tema, porém, nas aulas observadas, não verificamos nenhum estudo realizado na sala de recursos tecnológicos e também nenhum projeto do professor B quanto a projetos voltados para a saúde.

De acordo com o Referencial Curricular do Estado, no 1º bimestre das aulas de Educação Física devem ser trabalhados “o conhecimento sobre o corpo, abordando sobre higiene, sistema respiratório, metabolismo, sistema circulatório e frequência cardíaca” (MS, 2012, s.p.).

A quarta e última questão trata sobre: qual a importância que tem o tema saúde para suas aulas de Educação Física Escolar? As respostas foram: “são dois temas que devem caminhar lado a lado. Primeiro a atividade física beneficia na qualidade de vida dos alunos, este já é um ponto que podemos colocar como importante da Educação Física em relação à saúde” (PROFESSORA A, 2016). “Com certeza o tema saúde é o principal objetivo das aulas de Educação Física, pois, é o momento em que os alunos podem fazer a prática de jogos, esportes e se socializar com o resto da turma, contudo, as atividades devem ser direcionadas e planejadas para cada turma” (PROFESSOR B, 2016).

A partir das respostas acima, notamos que os professores de Educação Física possuem o conhecimento da importância de trabalhar a saúde em suas aulas e, é através dessa ideia que entendemos a relevância de trabalhar o tema, pois, a educação é um meio, a qual dá ao professor a possibilidade de oportunizar seus alunos a obterem uma vida mais saudável.

Como confirma Silva (2013, p. 30):

Queremos aqui destacar este aspecto que é o da educação, pois como sabemos a responsabilidade do educador em trabalhar o tema transversal saúde é muito grande e a maneira como ele for abordado em sala de aula, principalmente no ensino fundamental, terá, certamente, muita reflexão no tipo de vida e no comportamento saudável que adotará quando o aluno adulto for.

Desta forma, analisamos que é através do ensino e dos conhecimentos que a educação proporciona ao aluno a consciência sobre a saúde, assim, mudará suas atitudes frente ao tema e conseqüentemente terá uma vida mais saudável quando tiver na fase adulta. Assim confirma Loureiro (1996 *apud* BARROS; MATARUNA, 2005, p. 05): “a educação para a saúde é um instrumento viável que deve ser utilizado por educadores na promoção de qualidade de vida na sociedade brasileira”.

Através das respostas obtidas analisamos que o tema transversal saúde é reconhecido, porém, não é utilizado nas aulas de Educação Física, e isso se constatou através das 18 aulas observadas na escola investigada.

Nas 10 aulas observadas da professora A no período vespertino, vemos que, em todas as suas aulas, realizava a chamada em sala, após a chamada levava seus alunos para um espaço que utiliza ao lado da quadra esportiva. Com relação à vestimenta, ambos os professores não a exigem, sendo assim, os alunos utilizam roupas que dificultam a realização adequada dos movimentos nas aulas de Educação Física.

Quanto à vestimenta, Titon (2012, p. 12) aborda que a adequação das roupas possui uma grande importância, porém, é algo preocupante para os profissionais de Educação Física, pois, apesar de exigirem aos alunos, muitos acabam não levando em consideração seu uso.

Após o alongamento, alguns meninos pegavam a bola e jogavam até o final da aula, enquanto as meninas sentavam e ficavam conversando a aula toda, pois, o sol neste período é muito forte. Os alunos foram questionados se o professor nunca passava aulas diferenciadas, no entanto as respostas eram sempre as mesmas: “às vezes ele passa alguma coisa, mas quase todas as aulas são assim, só dá a bola, além de que, fazer exercícios é muito chato”.

Sendo assim, percebemos a falta de interesse dos alunos pelas aulas, além da desmotivação na realização das práticas da Educação Física e também no ambiente extraescolar. Contudo, verificamos que existem muitas situações que levam os alunos à perda da vontade de realizar as aulas, pois, atualmente a mídia proporciona muitos assuntos que interessam os mesmos, como aborda Silva (2010):

No entanto, temos que levar em conta que estamos vivendo uma época repleta de atrativos, que todos os dias são oferecidos pela mídia, despertando interesses tecnológicos e eletrônicos. Nem sempre a escola consegue oferecer esses atrativos, e precisa enfrentar outros fatores que também contribuí com a desmotivação dos alunos. A obesidade, a falta de habilidade na prática dos esportes, problemas psicológicos, físicos, sociais, a rejeição e incapacidade perante os colegas nas atividades que são desenvolvidas, podem gerar desinteresse e desmotivação (p. 19).

Deste modo, verificamos que os desafios em que os profissionais se deparam na realidade escolar são numerosos e um deles é motivar os alunos, mas, isso dependerá do professor em enfrentar esses obstáculos. Silva (2010, p. 20) corrobora que: “esse papel estimulador do professor é decisivo para que o aluno sintasse motivado”.

As aulas do professor B foram realizadas em dois períodos, pois, o mesmo possui poucas aulas no período vespertino e no total foram observadas 8 aulas. O professor conversa com seus alunos antes de levá-los até a quadra, o espaço que ele utiliza situa-se na parte de trás da quadra esportiva, um local que possui bastante sujeira, terra, grama, assim, como pedras, e uma cerca que separa o espaço utilizado da horta da escola e também das salas de um projeto, que a instituição possui.

O professor B utiliza atividades que necessitem de bolas e corda. Em uma das aulas observadas, foi percebido que, enquanto os meninos estão dispersos com a bola, o professor auxilia as meninas com a corda. Nesta mesma aula, alguns alunos machucaram-se,

enquanto o professor verificava a situação, outros alunos ultrapassavam a cerca que separava o espaço utilizado e as salas de aula. A atitude do professor foi levá-los para a sala novamente, pois, não obedeceram as suas ordens. Esta é uma atitude que o mesmo adota sempre que situações como essas ocorrem em suas aulas.

Entretanto, vemos que a Educação Física Escolar tem seus objetivos de ensino e aprendizagem, os quais deveriam ser seguidos pelos professores colaboradores. Os objetivos dos PCN's da Educação Física:

Participar da vida social, cultural e esportiva, sendo capaz de conhecer, reconhecer e problematizar sentidos e significados da sociedade por meio, da reflexão crítica; Apropriar dos conhecimentos teóricos e práticos da cultura corporal de movimento: jogos, danças, esportes, ginásticas, brincadeiras e utilizar esses conhecimentos na construção de novas estruturas cognitivas; Vivenciar as práticas corporais e nessa ação demonstrar respeito ao próximo, solidariedade e justiça na resolução das situações de conflito; Identificar as diferentes manifestações de esporte: esporte-educação (esporte educacional e esporte escolar). Esporte-lazer e esporte de desempenho (esporte de rendimento e esporte de alto rendimento); Reconhecer, compreender e analisar criticamente alguns padrões de estética corporal imposta pela mídia no contexto sociocultural. (BRASIL, 2000, p. 244).

Portanto, concluímos que trabalhar a Educação Física é muito importante, pois, o aluno obtém diversos conhecimentos sobre si e sobre seu corpo através da Cultura Corporal de Movimento, ao que se contradizem as aulas observadas dos professores, pois, não utilizam os conteúdos propostos pelos PCN's, e acabam tornando as aulas de Educação Física sem sentido e sem relevância, e isso tem resultados muito negativos para os alunos.

Deste modo, Silva (2010, p. 22) aborda que os alunos: “[...] não conseguem enxergar sentido para continuar na atividade, ou seja, não persistem frente às tarefas”.

Contudo, se os professores utilizassem os conteúdos propostos pelo Referencial Curricular do Estado, sobre a saúde, os alunos aprenderiam muito sobre qualidade de vida, atividades físicas, vivenciariam diferentes culturas, saberiam como se portar frente a situações preconceituosas, entenderiam sobre nutrição e hábitos mais saudáveis, higiene e adotariam a cooperação como forma de incluir todos os seus colegas, além de aprender sobre diversas outras coisas (MS, 2012).

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através desta pesquisa, compreendemos sobre a relação teoria e prática de trabalhar o

tema transversal saúde nas aulas de Educação Física. Atualmente, encontramos muitos profissionais capacitados, que levam muitas diversificações para os escolares. Por outro lado, observamos que alguns professores preferem dar a bola para seus alunos e deixá-los jogar até o final da aula, do que preparar uma aula em que os mesmos possam expressar-se através da Cultura Corporal de Movimento.

Trabalhar o tema saúde na escola é abordar sobre atividades físicas, exercícios físicos, alimentação e higiene como trata o Referencial Curricular do Estado:

[...] compreender a relação entre as práticas corporais, alimentação e hábitos saudáveis de vida. Adotar atitudes de respeito mútuo e cooperação, buscando solucionar os conflitos entendendo-os como possibilidades de aprendizagem. Enfrentar desafios e solucionar conflitos nos contextos das práticas corporais. Adotar hábitos de higiene e entre outros (MS, 2012).

Existem muitas formas de trabalhar a Educação Física na escola, e é através das aulas dessa disciplina curricular que os alunos sentem-se mais a vontade para expressar suas ideias, pensamentos, emoções e críticas. Portanto, as aulas são um meio do aluno encontrar espaço para expor estas ideias e é neste momento que o profissional poderá perceber se o indivíduo está passando por algum problema, como por exemplo: depressão, estresse, problemas familiares e entre outros.

O papel do professor é muito importante, pois, deve entender o estudante e conhecê-lo, assim, deve proporcionar aos alunos situações em que estes, utilizem sua criatividade que resulte em uma boa aprendizagem, através das regras e através de atividades relacionadas ao corpo, além de trabalhar todos os conteúdos propostos pelos PCN's, DCN's e Referencial Curricular do Estado.

Trabalhar o tema transversal saúde, portanto, é um desafio, mas não impossibilita o professor de tratar sobre o mesmo. A mídia hoje expõe informações a todo tempo, e é um obstáculo encontrado, pois, muitas vezes trazem informações que não são verídicas. Desta maneira, o professor pode utilizar assuntos que estão presentes na mídia, levar conhecimentos para dentro da sala de aula, debatendo com os estudantes sobre os mais polêmicos assuntos e abrir espaço para entender o que os mesmos pensam sobre os determinados temas.

Nas aulas observadas não encontramos resultados satisfatórios, pois, como aborda Darido [s.d.], (p. 23), “[...] os alunos apenas realizam o que desejam. Esse modelo denomina-se frequentemente de “rola bola”. A principal característica desse modelo é a falta de intervenção sistemática do professor durante a aula”.

A falta de intervenção do professor dá ao aluno a liberdade de realizar atividades que mais gostam, dessa forma, Darido [s.d.], ainda trata sobre algumas características:

Os alunos escolhem a atividade que desejam realizar, em geral os meninos preferem jogar futebol; as meninas, vôlei ou queimada. Os alunos que não desejam realizar a aula ficam tranquilamente sentados conversando (algumas vezes, com o próprio professor), esperando dar o tempo de subirem para outra sala. Os meninos costumam ser mais ativos e participarem dos jogos; e as meninas acabam se excluindo das aulas ou por não se considerarem habilidosas o suficiente, ou por medo de exporem o corpo, ou por receio de ficarem suadas. Os mais habilidosos têm a chance de escolherem os times e decidirem quem joga ou não e a nota é dada sem o uso de critérios refletidos e discutidos. O professor, quando tem a atribuição de dar uma nota, olha para o aluno e escolhe a nota na hora (p. 24).

Através da citação acima, encontramos a realidade vivenciada pelos alunos da escola investigada, pois, nas aulas observadas os alunos geralmente pediam futebol ou futsal e aqueles que não jogavam ou que não preferiam jogar voleibol, acabavam sentando para conversar até o término da aula.

A pesquisa tem suma importância para entendermos sobre o tema transversal saúde, abordando sobre as mudanças de hábitos ruins para os mais saudáveis, gerando conseqüentemente uma melhora na qualidade de vida, assim, entendemos também que é através dos hábitos saudáveis e de uma vida ativa que conseguimos retardar a morte.

Através disso, o meio responsável para que haja a promoção da saúde citada acima é a escola e os professores devem ensinar aos seus alunos sobre tal, ainda que para muitos seja um desafio trabalhar o tema, não os impossibilita de buscar conhecimentos para repassar aos seus alunos.

Desta maneira, vemos que os resultados obtidos foram negativos, pois, como foram destacados, os professores possuem o pejorativo “rola-bola” e acabam por deixar todas as aulas livres para os alunos, assim, a aula de Educação Física termina sem relevância e sem propósito.

De acordo com as respostas dos professores no questionário, percebemos o conhecimento que os mesmos detêm frente ao tema saúde, desta forma, notamos através das observações realizadas nas aulas que a realidade encontrada se mostra totalmente diferente.

Atentamos esta afirmação principalmente na questão “O Referencial Curricular do Estado, prevê o tema saúde? Se sim, você trabalha? Como? Descreva”, pois, de acordo com a professora A, a mesma trabalha o tema utilizando os recursos tecnológicos que a escola

dispõe aos alunos, porém, em vista de dez aulas observadas, em nenhuma delas, os alunos foram direcionados para a sala de tecnologia, todas as aulas foram práticas com o “tema livre” e foram realizadas em um espaço ao lado da quadra esportiva.

Ainda nesta questão, o professor B respondeu que trabalha o tema saúde através de trabalhos e projetos de práticas esportivas e boa alimentação, em vista ainda de oito observações, não existe nenhum projeto deste professor na escola e em relação aos trabalhos sobre práticas esportivas e alimentação, não foi constatado nenhum tipo de trabalho neste período e assim como a professora A, este professor também utilizou aulas voltadas para as atividades que os próprios alunos gostam de realizar como queimada, voleibol e futsal.

Através disso, os resultados alcançados foram insatisfatórios, pois, assim como citado, os alunos não realizam atividades físicas orientadas e sistematizadas propostos pelo Referencial Curricular do Estado e acabam perdendo todos os benefícios que a disciplina oferece.

#### REFERÊNCIAS

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais:** saúde. Secretária da Educação Fundamental. 2. ed., v. 9, Rio de Janeiro, 2000.

BARROS, L.O.; MATARUNA, L. **A saúde na escola e os parâmetros curriculares nacionais:** analisando a transversalidade em uma escola fluminense, 2005. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/>> Acesso em: 14 set. 2016.

DARIDO, S. C. *et al.* **A Educação Física, a formação do cidadão e os Parâmetros Curriculares Nacionais,** 2001. Disponível em: <<http://www.ufscar.br/~defmh/spqmh/pdf/rpefglau.PDF>>. Acesso em: 15 out.2016.

DARIDO, S. C. **Educação Física na escola:** realidade, aspectos legais e possibilidades, [s.d]. Disponível em: <<http://www.acervodigital.unesp.br/bitstream/123456789/41547/4/01d19t01.pdf>>. Acesso em: 16 nov. 2016.

GHILARDI, Reginaldo. **Formação profissional em Educação Física:** a relação teoria e prática. Disponível em: <[www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/04n1\\_ART01.pdf](http://www.rc.unesp.br/ib/efisica/motriz/04n1_ART01.pdf)>. Acesso em: 27 out. 2016.

GUISELINI, Mauro. **Aptidão física saúde bem-estar:** fundamentos teóricos e exercícios práticos. São Paulo: Phorte, 2006.

MATO GROSSO DO SUL. **Referencial Curricular da Rede Estadual de Mato Grosso do Sul.** Campo Grande: SED, 2012.



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

PPP. **Projeto Político Pedagógico**. Ponta Porã-MS: Escola, 2012.

SELLI, J. C. M. *et al.* **Abordagem a cerca dos temas transversais na prática escolar**. 2012. Disponível em: <<http://docplayer.com.br/storage/25/5943664/5943664.pdf>>. Acesso em: 27 out. 2016.

SILVA, Márcio Marcos da. **Razões da desmotivação nas aulas de Educação Física no ensino médio**. 2010. Disponível em: <[www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/000042/0000424F.pdf](http://www.bib.unesc.net/biblioteca/sumario/000042/0000424F.pdf)>. Acesso em: 27 out. 2016.

SILVA, Tamar Vieira da. **Tema transversal saúde na escola: diagnóstico e possibilidades**. Rio Claro, 2013. 57 f. Disponível em: <<http://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/121288/000797398.pdf>>. Acesso em: 01 set. 2016.

TITON, Thaisa Faiane de Oliveira. **A importância do uso de vestimenta adequada nas aulas de Educação Física Escolar: um estudo de caso na escola Mário Quintana**. Ariquemes, 2012. Disponível em: <[http://bdm.und.br/bitstream/10483/6135/1/2013\\_ThaisaFaianedeOliveira.pdf](http://bdm.und.br/bitstream/10483/6135/1/2013_ThaisaFaianedeOliveira.pdf)>. Acesso em 27 out. 2016.



## **PSICOMOTRICIDADE E O DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS COM SÍNDROME DE DOWN ATÉ OS TRÊS ANOS DE IDADE**

Autor 1: Anne Jhociane de Almeida Lima

Eixo Temático: Esporte, Saúde e Lazer

### **RESUMO**

A estimulação precoce é fator importante nesse conjunto, uma criança bem estimulada desenvolve-se por completo com maior eficácia em tempo hábil, uma criança que não recebe estímulos adequados desenvolve-se de maneira inadequada. Além da estimulação é primordial a participação da família no processo como um todo. A criança precisa entender como funciona o mundo que a cerca, entender a si própria e por fim seu papel na sociedade, a partir disto pode-se considerar desenvolvida por completo. O fato de ser uma criança portadora de síndrome de Down, não limita seu desenvolvimento apropriado para a sociedade, enganam-se aqueles que entendem deficiência como limitação para o mundo, possivelmente haverá um atraso em seu desenvolvimento por falta de conhecimento e habilidades em desenvolvê-lo por educadores e familiares com pouco conhecimento sobre como tratá-la, como estimular suas habilidades.

**PALAVRAS-CHAVE:** Psicomotricidade - Estimulação Precoce - Desenvolvimento.

### **INTRODUÇÃO**

Este artigo tem por finalidade elencar fatores que auxiliam no desenvolvimento integral de crianças portadoras da síndrome de Down, se tem por principal fator atividades que visam maior esforço de amplos aspectos do desenvolvimento, principalmente motor e cognitivo.

A principal busca neste, é através da psicomotricidade aliada à educação da criança, resultado satisfatório, tornando-os seres independentes, cidadãos críticos responsáveis capazes de atuar ativamente junto ao meio social em que se encontram inseridos, desenvolver-se por completo.

A estimulação precoce é fator importante nesse conjunto, uma criança bem estimulada desenvolve-se por completo com maior eficácia em tempo hábil, uma criança que não recebe estímulos adequados desenvolve-se de maneira inadequada. Além da estimulação é primordial a participação da família no processo como um todo.



## **XIII Semana Acadêmica de Educação Física**

### **IX Encontro Técnico-Científico**

Justifica-se a importância de atividades quais promovem saúde e bem estar aos portadores da síndrome de down, através de atividades específicas em cada caso vir a prevenir doenças e incapacidades, melhorando a qualidade de vida dos portadores.

#### **1 METODOLOGIA**

A metodologia utilizada para realização deste se faz por meio de revisão bibliográfica, baseada em livros, artigos científicos e internet, bem como um estudo de caso realizado em sala de aula na Educação Especial sala de estimulação. Buscando salientar a importância de atividades psicomotoras com portadores de síndrome de down, atuando na educação escolar ou em tratamento especializado aproveitando ao máximo as habilidades e capacidades de cada um, tornando-os indivíduos mais independentes junto à sociedade.

Pesquisa de caráter qualitativo e observação, para o estudo de caso foi eleita uma criança portadora da síndrome de down entre três crianças, por conter características fortes e desenvolvimento muito tardio para sua faixa etária em relação às demais. Foi realizada uma observação a princípio, diária pelos três primeiros meses, aplicadas atividades psicomotoras diferenciadas diariamente, aliadas a fisioterapia, foram utilizadas bolas de Pilates, rolos fisioterápicos e alguns feitos com cobertor infantil e fita larga, caixas pequenas encapadas com papel laminado de cores quentes e chamativas, mobiles musicais, fantoches, livros coloridos, cones, bolas de tamanhos e cores variadas, garrafas, giz colorido, tinta guache, massinha de modelar, ursos de pelúcia, notebook e aparelho de som. Foi necessária adaptação de inúmeras atividades, possibilitar a sua realização de formas variadas, pela idade da criança em questão.

Passados seis meses, a observação passa a ser feita semanalmente, de acordo com a evolução da criança. Atualmente a observação vem sendo feita quinzenalmente, pelo fato da mudança de horário e turma da criança.

#### **2 DISCUSSÃO TEÓRICA**

A síndrome de Down é definida a partir de uma alteração cromossômica específica, pode ser definida como uma deficiência múltipla, caracterizada por alterações físicas, orgânicas e intelectuais provocadas pelo distúrbio no 21º cromossomo. Existem três possíveis



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

falhas na distribuição cromossômica que podem gerar a síndrome de down: trissomia típica, translocação e mosaicismos.

Essa síndrome pode ocasionar uma série de sequelas físicas, orgânicas e intelectuais, entre as sequelas físicas mais comuns são:

- Desenvolvimento intelectual lento.
- Desenvolvimento motor lento
- Desenvolvimento biológico/físico comprometido.
- Problemas comportamentais.
- Infecções do aparelho respiratório.
- Infecções de pele.
- Diabetes.

Entre as características físicas associadas à síndrome de Down estão: olhos amendoados são menores em tamanho. Também é importante destacar que a síndrome de Down é uma condição inerente à pessoa, não uma doença, portanto não se deve falar em tratamento ou cura. Entretanto, como esta condição está associada a algumas questões de saúde que devem ser observadas desde o nascimento da criança.

Toda criança deve ser incluída na sociedade desde que ela nasce, começando com a inclusão em sua própria família, para então criar bases para inclusão escolar e social. A criança com síndrome de Down deve ser inserida na sociedade desde bem pequena quando frequenta em seus passeios de carrinho os mesmos lugares que os outros bebês.

É importante essa aproximação e convivência com outras crianças de condição semelhante ou não a sua, para que compreenda que somos todos diferentes em alguns aspectos e temos habilidades diferenciadas. Uma criança com síndrome de Down, se bem integrado no meio social tem maior possibilidade de desenvolver-se integralmente do que a criança que tem apenas contato com familiares, aquela que não tem familiarizado em seu cotidiano o meio social.

É de fundamental importância que esta criança venha ser estimulada desde seu nascimento como todas as outras crianças, para que desenvolva adequadamente suas habilidades motoras quais competem seu desenvolvimento integral e social. As crianças com



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

desenvolvimento afetado, assim que recebem estímulos adequados, conseguem vê-los com maior clareza e discernimento a cerca de tudo que esta a sua volta, de sua inserção social e ambiente familiar, qual sendo participativo na educação de crianças com síndrome auxiliam de forma efetiva o desempenho escolar dessa criança.

A maturação desempenha um papel muito importante no desenvolvimento mental, embora não fundamental, pois tem-se que levar em consideração outros fatores como a transmissão social, a interação do individuo com o meio, através de exercícios e de experimentação em um processo de auto regulação, (Jean Piaget, Psicomotricidade).

Pode-se observar através das diversas leituras sobre tal assunto, o quanto uma criança estimulada adequadamente desenvolve-se com mais facilidade em amplos aspectos observados. As diversas atividades psicomotoras contribuem de forma específica em cada área de desenvolvimento, há sempre uma atividade a ser aplicada em cada faixa etária tanto no desenvolvimento motor como o cognitivo, principalmente.

Segundo MÜTSCHLE, 1996 a psicomotricidade pode ser entendida como a educação do homem pelo movimento. Uma base de apoio para o desenvolvimento psicomotor.

A motricidade tem um papel fundamental na vida intelectual e constitui uma de suas origens. A psicomotricidade é um dos elementos sociais na educação pedagógica, pois é, tanto ação como expressão servindo de elo entre o sujeito e o meio ambiente. A evolução psicomotora está internamente ligada ao descobrimento das coisas, do espaço, do tempo, do mundo externo. (MAGALHÃES, 2006, p. 26)

A educação psicomotora visa desenvolver práticas preventivas e educativas frente às escolas de forma a desenvolver integralmente essa criança, garantindo que chegue ao final da sua infância com amplos aspectos de maturação neurofisiológica desenvolvidos, assim descobrindo o mundo a sua volta e se autodescobrindo com mais tranquilidade e segurança.

A criança precisa entender como funciona o mundo que a cerca, entender a si próprio e por fim seu papel na sociedade, a partir disto pode-se considerar desenvolvida por completo. O fato de ser uma criança portadora de síndrome de down, não limita seu desenvolvimento apropriado para a sociedade, enganam-se aqueles que entendem deficiência como limitação



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

para o mundo, possivelmente haverá um atraso em seu desenvolver por falta de conhecimento e habilidades em desenvolvê-lo por educadores e familiares com pouco conhecimento sobre como trata-lo, como estimular suas habilidades.

É importante salientar que a principal fonte de conhecimento que toda criança possui é seu próprio corpo, portanto todo conhecimento adquirido desde a vida intrauterina é através de seu esquema corporal, a medida que descobre novas formas de conhecimento passa a explorá-las de forma significativa, o seu aprendizado é através de sensações.

Sendo a maior fonte de aprendizado as sensações vividas e experiências obtidas, deve-se trabalhar um maior número de atividades, sempre com bons estímulos de forma que a criança memorize e interiorize o que está vivenciando. Tudo o que é vivenciado é memorizado e vira experiência para as próximas atividades, sendo estimulada a utilizar de sua experiência anterior a criança passa a memorizar seus aprendizados de forma mais eficaz.

### 3 EXPOSIÇÃO DOS RESULTADOS (EM ANDAMENTO)

Observando o trabalho de uma professora da educação especial com estimulação precoce, foi possível concluir claramente o quanto a psicomotricidade é fator essencial no desenvolvimento da aluna observada.

Araci\*, uma menina portadora da síndrome de down entrou na estimulação precoce com 1 (um) ano e 2 (dois) meses de idade em fevereiro de 2016, a aluna apresentava desenvolvimento motor de uma criança de aproximadamente 4 (quatro) meses de idade, hipotonia muscular exacerbada, resposta motora e cognitiva tardia ao estímulo. Foi trabalhada com a criança, posicionamento na bola de Pilates, para que a mesma pudesse realizar o movimento de elevação do pescoço e tronco, movimentação dos braços, posicionamento em decúbito ventral com os braços apoiados no rolo pequeno, onde se estimulou a movimentação lateral da cabeça e apoio do cotovelo como forma de manter sua postura, posicionou-a num tapete de borracha com vários brinquedos coloridos a sua volta para que pudesse tocá-los, procurando sempre estimular a mesma a manter-se sentada, com a cabeça firme e tronco ereto, através da musicalidade pudemos observar o desenvolver cognitivo da criança, qual passados poucos meses começava a emitir sons de comunicação, recebendo estímulos necessários, com 2 (dois) anos e 4 (quatro) meses senta-se em cadeiras adequadas para a idade escolar, realiza suas atividades com maior independência, agarra brinquedos, utiliza giz de



## XIII Semana Acadêmica de Educação Física IX Encontro Técnico-Científico

cerca para colorir suas atividades, responde oralmente quando lhe é feito algum questionamento.

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Toda criança deve ser inserida desde seu nascimento no meio social, tudo começa com os passeios diários, visitas ao pediatra, onde esta se encontra próximo a outras crianças não portadoras, começa a inclusão desde sua saída da maternidade.

A psicomotricidade tem sido uma ferramenta importante para estimular o desenvolvimento da criança com Síndrome de down.

Todas as atividades trabalhadas com a criança formam um conjunto de fatores condizentes ao sucesso no desenvolvimento da criança, temos resultados muito satisfatórios, o trabalho em conjunto com a fisioterapia, fonoaudiologia, atividades psicomotoras e a família vem sendo fator primordial para resultados tão significativos.

### REFERÊNCIAS

CASTRO, Adriana Galhardo, Psicomotricidade no desenvolvimento de portadores de Retardo Mental, disponível em:

<<http://www.avm.edu.br/monopdf/7/ADRIANA%20GALHARDO%20DE%20CASTRO.pdf>

> Acessado em Dezembro de 2015.

COLL, César; MARCHESI, Alvaro; PALACIOS, Jesus. Desenvolvimento psicológico e educação: transtornos de desenvolvimento e necessidades educativas especiais. 2 ed Porto Alegre Artes Médicas Sul, 2004 v3.

MAGALHÃES, W. de A. Contribuição da psicomotricidade para o desenvolvimento psicomotor de crianças portadoras de síndrome de down. Niterói, 2006.

MENDES, Eniceia Gonçalves; ALMEIDA, Maria Amélia (orgs). Das margens ao centro: perspectivas para as políticas e práticas educacionais no contexto da educação especial inclusiva Magsul. Araraquara – SP Junqueira&Marin, 2010.



## **XIII Semana Acadêmica de Educação Física** **IX Encontro Técnico-Científico**

BANCO DE SAÚDE. <<http://www.bancodesaude.com.br/sindrome-dawn/sindrome-down>> Acessado em Novembro de 2015.

Minha vida, saúde síndrome de Down, disponível em:

<<http://www.minhavidacom.br/saude/temas/sindrome-de-down>> Acessado em Janeiro de 2016

Movimento Down, Características Síndrome de Down, disponível em:

<<http://www.movimentodown.org.br/sindrome-de-down/caracteristicas/>> Acessado em Novembro de 2015.