

UNIVERSIDADE DO VALE DO RIO DOS SINOS - UNISINOS
UNIDADE ACADÊMICA DE GRADUAÇÃO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

TAIRINE DA SILVA NEVES

**A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL I E SEUS
PROCESSOS DE ENSINO-APRENDIZAGEM COMO PREVENÇÃO AO
SEDENTARISMO INFANTIL**

São Leopoldo

2021

TAIRINE DA SILVA NEVES

A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR NO ENSINO FUNDAMENTAL I E SEUS
PROCESSOS DE ENSINO-APRENDIZAGEM COMO PREVENÇÃO AO
SEDENTARISMO INFANTIL

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado como requisito parcial para
obtenção do título de Licenciado em
Educação Física, pelo Curso de Educação
Física da Universidade do Vale do Rio dos
Sinos - UNISINOS

Orientador: Prof. Ms. Milton Hartmann

São Leopoldo

2021

AGRADECIMENTOS

Venho por meio deste agradecer a todas as pessoas que fizeram parte da minha trajetória acadêmica, sem vocês nada disso seria possível, já que, como dizia um grande professor meu, a graduação não pode e nem deve ser um caminho solitário.

Gostaria de agradecer primeiramente aos meus pais Vani e Telmo Neves por me proporcionarem as condições necessárias para que eu pudesse estudar, pelo estímulo diversas vezes silencioso, mas contínuo, por acreditarem que eu seria capaz de chegar até aqui e por todos os ensinamentos que me passaram sobre a vida, sobre o valor das pequenas coisas e na força da superação dos obstáculos.

Gostaria de agradecer ao meu irmão Erick Neves, que em sua maneira de ser também me acompanhou durante esta jornada e nos últimos meses tem sido um dos meus alicerces, sempre de poucas palavras, porém sábias. Junto a ele também não poderia esquecer-me de sua namorada Eduarda Alles que nos últimos anos faz parte dessa família e ajudou a tornar juntamente com o meu irmão esse processo de conclusão de curso um pouco mais leve nas horas em que eu mais precisei, a vocês obrigada! Ainda nessa família perfeita em suas imperfeições, gostaria de agradecer também ao meu sobrinho Pedro Henrique que compartilha o mesmo teto com a minha família e nos traz alegria nos momentos mais diversos, espero que um dia quando ele for mais velho possa entender a importância que teve em nossas vidas.

Aos meus sogros, que também torceram por mim, em especial ao meu sogro José Sérgio Padilha, pelo companheirismo, risadas e por me mostrar que a vida é boa de ser vivida através da sua serenidade e tranquilidade nos momentos mais tempestuosos. A sua sogra Vó Maria por todos os abraços, conversas, rezas ao meu favor e por todo amor que dedicou a mim como neta postíça.

Ao meu orientador, Prof. Ms. Milton Hartmann por toda a parceria e paciência durante a construção desta pesquisa, por ter aceitado embarcar nesta viagem comigo sem soltar a minha mão mesmo nos momentos de incerteza, meus mais sinceros agradecimentos, és um mestre sensacional!

Aos meus amigos e irmãos Alana Schuck e Augusto Blume por serem luz em meio a escuridão, por todo o apoio incondicional durante todos esses anos de amizade, por acreditarem que a Educação é transformadora e por serem

simplesmente quem são. Não tenho palavras para agradecê-los por todos esses momentos. Amo vocês.

E por fim, ao meu namorado Tiago Padilha para o qual palavras não seriam suficientes para agradecer por tudo o que tem feito por mim nos últimos anos. Gostaria de voltar no tempo pra que a cada incentivo teu eu te dissesse muito obrigada, pois ao acreditar nas minhas ideias por mais loucas que parecessem, eu, com muita alegria consegui chegar até aqui.

E a todos os outros que não foram mencionados recebam a minha mais sincera gratidão, pois todos que fizeram parte desta jornada deixaram um pouco de si e levaram um pouco de mim. Muito obrigada á todos vocês!

“Deixem que o futuro diga a verdade e avalie cada um de acordo com o seu trabalho e realizações. O presente pertence a eles, mas o futuro pelo qual eu sempre trabalhei pertence a mim”. (NIKOLA TESLA, 1927).

RESUMO

O presente estudo tem o objetivo de verificar como a Educação Física escolar no Ensino Fundamental I a partir dos seus processos de ensino-aprendizagem pode prevenir o sedentarismo infantil. A pesquisa apresenta características de um estudo transversal, de abordagem qualitativa. A amostra utilizada foi não probabilística por acessibilidade, composta por 5 professores de Educação Física atuantes no Ensino Fundamental I da rede municipal de ensino, 3 do município de Morro Reuter/RS, 1 de Novo Hamburgo/RS e 1 do município de Sapucaia do Sul/RS. Para coleta de dados foi realizada uma entrevista semiestruturada de maneira individual com todos os participantes escolhidos em horário acordado, após as mesmas foram transcritas e devolvidas aos participantes para que validassem as mesmas e as devolvessem para dar continuidade a pesquisa. Como procedimento de análise de resultados foi utilizado à análise de conteúdo. As categorias de análise utilizadas na entrevista foram: os conteúdos trabalhados; os processos de ensino-aprendizagem utilizados; investigação dos hábitos dos alunos em relação à prática de atividades físicas; a percepção dos docentes acerca do tema “sedentarismo infantil”; o trabalho de temas relacionados à saúde nesta faixa etária e se acreditam que a Educação Física pode ajudar a prevenir o sedentarismo infantil. A partir disto concluiu-se que a Educação Física no Ensino Fundamental I pode dentro de suas possibilidades e realidades ajudar na prevenção ao sedentarismo infantil através das próprias atividades praticadas em aula, de forma lúdica e prazerosa, porém deve-se também fazer um trabalho de conscientização junto às famílias, citadas como um dos motivos de adoção de hábitos de vida pelos filhos, já que elas muitas vezes não detêm as informações necessárias sobre o assunto, tornando-se assim um trabalho conjunto entre a disciplina e a família, impactando também o sistema de saúde a longo prazo com o incentivo de adoção de uma vida ativa desde a infância.

Palavras-chave: Sedentarismo infantil. Educação Física Escolar. Ensino Fundamental I. Processo ensino-aprendizagem.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	8
2.1 Sedentarismo infantil.....	8
2.2 Educação Física escolar no Ensino Fundamental I.....	9
2.3 Processo ensino-aprendizagem.....	11
3 METODOLOGIA.....	12
3.1 Colaboradores da pesquisa e procedimentos éticos.....	13
3.2 Procedimentos de coleta de dados e análise das informações.....	13
4 DESCRIÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESUSULTADOS.....	14
4.1 Os conteúdos e processos de ensino-aprendizagem.....	14
4.2 Sedentarismo Infantil: O saber dos docentes.....	17
4.3 Educação Física escolar e saúde: as possibilidades no Ensino Fundamental I.....	20
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	26
REFERÊNCIAS.....	27
APÊNDICE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.....	31
APÊNDICE B- ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA.....	32

1 INTRODUÇÃO

Os hábitos da sociedade moderna juntamente com os avanços tecnológicos vêm criando uma geração de crianças sedentárias que permanece mais tempo em frente às telas do que praticando atividades físicas. Durante a minha trajetória como estagiária da rede municipal de ensino do município de Morro Reuter/RS, de maio de 2016 a maio de 2018, pude perceber que os alunos não tinham disposição física para praticarem as atividades das aulas de Educação Física, relatando cansaço durante a prática. Ao serem questionados sobre como passavam seu tempo livre a resposta era quase unânime, assistiam TV ou ficavam sentados em frente aos smartphones, informação preocupante, já que a infância é uma fase marcada por brincadeiras e constante movimentação corporal. As crianças então estavam se tornando sedentárias nesta etapa tão importante para o seu desenvolvimento, um período crucial na incorporação de hábitos que levamos para a vida.

O sedentarismo na infância pode dar início a problemas de saúde os quais irão se manifestar ao longo da vida. Como forma de evitá-los a Sociedade Brasileira de Pediatria por meio do Manual de Orientação: Grupo de Trabalho em Atividade Física, Promoção da Atividade Física na Infância e na Adolescência (2017) recomenda por dia ao menos 60 minutos de atividade física intensa ou moderada para crianças e adolescentes na faixa etária dos 6 aos 19 anos de idade, meta que poderia ser facilmente alcançada já que as atividades físicas durante a infância são caracterizadas por brincadeiras que fazem uso do peso corporal. Infelizmente cada vez mais elas estão deixando de ser corriqueiras, e a atividade física que seria praticada durante sua realização acaba por não existir.

Uma pesquisa promovida pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística-IBGE (BRASIL, 2015) intitulada “Prática de Esporte e Atividade Física” evidenciou dados alarmantes de que, 62,1% da população brasileira não praticavam atividades físicas. Os dados preocupam e nos fazem pensar em como tentar mudar as estatísticas e transformar essa geração sedentária em uma geração fisicamente ativa. Esse é um questionamento que nos remete ao lugar onde muitas vezes a população tem o primeiro contato com esportes variados e noções das possibilidades de seu corpo: as aulas de Educação Física na escola.

A Base Nacional Comum Curricular- BNCC (BRASIL, 2018) especifica que temas pertinentes às práticas corporais dentro e fora do ambiente escolar, bem

como a sua realização em contextos que envolvam o lazer e a saúde dos indivíduos devam ser trabalhados a partir do 6º ano do Ensino Fundamental, mas também é possível trabalhar esses temas de forma lúdica nos anos anteriores, dando às crianças a chance de conhecer as possibilidades e o funcionamento do seu corpo, as conscientizando durante as brincadeiras sobre os benefícios de mantê-lo em constante movimento.

Sendo assim o estudo se propõe a contemplar como a Educação Física escolar no Ensino Fundamental I, a partir de seus processos de ensino-aprendizagem pode prevenir o sedentarismo infantil, tendo como objetivo verificar de que forma isso é possível dentro de suas possibilidades e diferentes contextos.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Sedentarismo infantil.

Problemas relacionados ao sedentarismo são alvo constante de pesquisas. O sedentarismo na infância também desperta preocupação já que as crianças estão cada vez mais trocando as atividades físicas por horas sentadas em frente às telas.

Para Mendes e Leite (2008 apud MENEGAZ e MARCELINO 2013, s/p),

A condição de sedentarismo está relacionada ao nível de condicionamento físico baixo, e não à idade avançada e/ou a um percentual de gordura elevado. Uma pessoa sedentária ou fisicamente inativa não realiza habitualmente atividade física com intensidade suficiente, volume adequado e frequência compatível para o desenvolvimento de aptidão física.

Segundo Carmo et al. (2013), a falta de informação sobre os benefícios de levar uma vida fisicamente ativa é um fator preponderante para o alto índice de indivíduos sedentários. De acordo com Alves (2007) o sedentarismo se tornou um problema criado pela modernidade, alavancado com o avanço das tecnologias onde tudo está ao alcance diminuindo o esforço físico e conseqüentemente o gasto energético proveniente deste. Oliveira, D. e Oliveira, E. (2020) também ressaltam que as interações com as novas tecnologias levaram a uma cultura de consumo que começa a surgir ainda na infância, e a apropriação desta abundância de recursos tecnológicos acarreta a redução dos movimentos motores contribuindo para o sedentarismo. Vítimas destas comodidades, as crianças se acostumaram a não se

esforçar fisicamente, e ao não praticarem a média diária de 60 minutos de exercício indicada para crianças a partir dos 6 anos de idade (Manual de Orientação: Grupo de Trabalho em Atividade Física, Promoção da Atividade Física na Infância e na Adolescência, 2017), elas estão deixando de melhorar e aperfeiçoar as suas capacidades físicas e assim evitar problemas de saúde que em sua maioria, surgirão na fase adulta.

A motivação para adoção das tecnologias muitas vezes é proveniente dos familiares que proporcionam o acesso das crianças a elas, e além de aspectos tecnológicos a família acaba também inspirando outras condutas e hábitos aos jovens. Neto (1997 apud JUNIOR e FERREIRA, 2000) elucida que aspectos familiares como a relação social entre eles e o comportamento dos pais quanto à prática de atividades físicas entre outros, são fatores que influenciam na decisão da família para o envolvimento de seus filhos em atividades físicas, os tornando responsáveis pela adoção de um estilo de vida mais saudável. Segundo Hallal et al. (2006), apesar da maioria das doenças ligadas ao sedentarismo apenas se manifestarem na fase adulta, suas raízes estão ligadas a infância e adolescência, portanto estimular a prática de atividades físicas ainda nessa etapa deveria ser um fator prioritário no que se refere a saúde. A fase da infância é um período de educar para a vida, de adquirir e desenvolver hábitos, tanto bons quanto ruins (ARRAZ, 2018). Crianças que não praticam atividades físicas durante a sua infância dificilmente se tornarão adultos fisicamente ativos, não incorporando o costume de se exercitar e desconhecendo seus benefícios.

2.2 Educação Física escolar no Ensino Fundamental I

Teve início no período Imperial, onde fez parte do cenário da educação sem muito aporte bibliográfico e pedagógico. De acordo com Betti (1991 apud Darido, 2015, s/p), “No Brasil, a Educação Física na escola recebeu influências da área médica com ênfase nos discursos pautados na higiene, saúde e eugenia dos interesses militares e do nacionalismo”. Ao longo dos anos foi adotando características pertinentes as diferentes épocas, seguindo tendências como a inclusão das atividades desportivas no currículo depois da Segunda Guerra mundial e a adoção do trabalho com o conceito da psicomotricidade no início dos anos 70 (GALLARDO et al., 1998).

Muito presente até hoje nos anos iniciais do ensino, a psicomotricidade, segundo Darido e Rangel (2005, apud SOARES, 2012, s/p),

É o primeiro movimento mais articulado que surgiu a partir da década de 1970, em oposição aos modelos pedagógicos anteriores. A concepção psicomotricidade tem como objetivo o desenvolvimento psicomotor, extrapolando os limites biológicos e de rendimento corporal, incluindo e valorizando o conhecimento de ordem psicológica. Para isso a criança deve ser constantemente estimulada a desenvolver sua lateralidade, consciência corporal e a coordenação motora.

A partir dos anos 80 de acordo com Grespan (2002) a Educação Física escolar que primava pela formação no 1º grau se volta também para os anos iniciais de ensino, onde busca moldar sua identidade através dos aspectos lúdicos e espontâneos pertencentes aos seus frequentadores.

Conforme Silva, J. e Sampaio (2012) apenas em 2001 a Educação Física veio a se tornar componente curricular obrigatório integrada à proposta pedagógica das escolas, através da Lei nº 10.328 de 12 de dezembro, excluindo de sua obrigatoriedade os estudantes frequentadores do ensino noturno. Fato que mudou em 2003 com a Lei nº 10.793 que modificou o 3º parágrafo do artigo 26 das Leis de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) permitindo que apenas pessoas que se encaixem em certos grupos, como mães, não participassem das aulas, estendendo a sua obrigatoriedade para os demais. (MIQUELIN et al., 2014).

Mais recentemente, em 2018 a BNCC, veio para ressignificar e nortear o que deveria ser trabalhado nas diversas áreas de conhecimento e em cada etapa da educação. No capítulo destinado ao Ensino Fundamental, no subcapítulo referente à Educação Física, a BNCC (2018, p. 213) destaca que,

A Educação Física é o componente curricular que tematiza as práticas corporais em suas diversas formas de codificação e significação social, entendidas como manifestações das possibilidades expressivas dos sujeitos, produzidas por diversos grupos sociais no decorrer da história. [...] Nas aulas, as práticas corporais devem ser abordadas como fenômeno cultural dinâmico, diversificado, pluridimensional, singular e contraditório. Desse modo, é possível assegurar aos alunos a (re) construção de um conjunto de conhecimentos que permitam ampliar sua consciência a respeito de seus movimentos e dos recursos para o cuidado de si e dos outros e desenvolver autonomia para apropriação e utilização da cultura corporal de movimento em diversas finalidades humanas, favorecendo sua participação de forma confiante e autoral na sociedade.

No Ensino Fundamental I, que contempla alunos do 1º ao 5º ano de ensino, dá continuidade às experiências construídas na Educação Infantil através do brincar, respeitando suas particularidades e vivências, ajudando na sua construção como indivíduos dentro de uma sociedade multicultural. (BNCC, 2018). Para Severino e Porrozzi (2010) nesta etapa a Educação Física deve levar em conta que a criança constrói seus conhecimentos, socializa, desenvolve suas habilidades motoras e estreita seus laços com o meio em que vive através das brincadeiras. De acordo com Freire (2011, p.42), “Ao situar nosso enfoque em crianças de escola de ensino fundamental, estamos tratando de um universo em que os atos motores são indispensáveis, não só em relação com o mundo [...] mas também na compreensão destas relações”. A Educação Física no Ensino Fundamental está então atrelada ao desenvolvimento pleno do educando.

Segundo Zunino (2008 apud MIQUELIN et al.,2015, p. 12),

Para se entender a importância da Educação Física deveremos antes de tudo conjecturar sobre o seu papel nesta fase que não se prende somente a construção e aprimoramento das habilidades motoras, mas estará também focada na inserção de informação e formação.

Portanto “É tarefa da Educação Física preparar o aluno para ser um praticante lúcido e ativo, que incorpore o esporte e os demais componentes da cultura corporal em sua vida, para deles tirar o melhor proveito possível”. (BETTI e ZULIANI, 2002, p. 75).

2.3 Processo ensino-aprendizagem

Como norteador da educação como um todo, é um processo complexo que envolve diversas variantes e está em constante movimento.

Para Kubo e Botomé (2001, s/p),

O processo ensino-aprendizagem é um nome para um complexo sistema de interações comportamentais entre professores e alunos. Mais do que “ensino” e “aprendizagem”, como se fossem processos independentes da ação humana, há os processos comportamentais que recebem o nome de “ensinar” e de “aprender”.

São diversos os fatores que o influenciam, vão desde os aspectos de cunho individual, podendo ser destacadas as habilidades cognitivas e sociais, fatores familiares, o ambiente escolar que inclui a relação entre colegas, professores e o grupo escolar como um todo, fatores culturais e até socioeconômico que intervêm no ser em seus diferentes aspectos. (BARONE e ANDRADE, 2012). O principal agente desse sistema é o professor, ele é o mediador do conhecimento e de todas as discussões que ocorrem sobre ele e ao redor dele.

De acordo com Abreu e Masseto (1990, p. 115 apud BRAIT et al., 2010, p.5),

[...] É o modo de agir do professor em sala de aula, mais do que suas características de personalidade que colabora para uma adequada aprendizagem dos alunos, fundamentada numa determinada concepção do papel do professor, que por sua vez reflete valores e paradigmas da sociedade.

Todo este processo se centra nos eixos, professor-aluno, a forma como é conduzido e o resultado que se obtém a partir do mesmo através da relação entre eles. Portanto toda a dinâmica que os envolve acaba por se tornar a peça principal de seu sucesso.

Logo, deve-se estabelecer relação entre os conteúdos estudados e a realidade dos alunos, suas experiências e saberes, sendo o professor aquele quem instiga e conduz o processo de ensino-aprendizagem através de condutas e procedimentos que respeitem as particularidades de sua turma. (LIBÂNEO, 1994 apud SILVA, G. e NAVARRO, 2012).

3 METODOLOGIA

A pesquisa é de caráter qualitativo, pois ela oferece um leque de possibilidades ao investigador, proporcionando respostas para as perguntas do sujeito que pesquisa. Segundo Gerhardt e Silveira (2009, p.32), “Os pesquisadores que utilizam os métodos qualitativos buscam explicar o porquê das coisas, exprimindo o que convém ser feito [...]”. Quanto ao objetivo é descritiva, já que a pesquisa qualitativa em sua essência visa à descrição da realidade e dos fenômenos que fazem parte dela. (TRIVIÑOS, 1987, apud GERHARDT e SILVEIRA, 2009). Além de ser uma pesquisa qualitativa e descritiva, é um estudo transversal. “No estudo transversal (ou seccional), a pesquisa é realizada em um curto período de tempo, em um

determinado momento, ou seja, em um ponto no tempo, tal como agora, hoje”. (FONTELLES, 2009, s/p.).

O tipo de amostra utilizada nesta pesquisa é a amostra não probabilística por acessibilidade. Ela é muito utilizada em estudos qualitativos onde os elementos que fazem parte da pesquisa são aqueles a quem o pesquisador pode consultar. Para Costa Neto (1977, p.43 apud OLIVEIRA; ALMEIDA e BARBOSA, 2012, p.18), “Nem sempre é possível se ter acesso a toda a população objeto de estudo, sendo assim é preciso dar segmento a pesquisa utilizando-se a parte da população que é acessível na ocasião da pesquisa”. Os participantes escolhidos por acessibilidade representaram o universo da pesquisa realizada.

3.1 Colaboradores da pesquisa e procedimentos éticos

O critério de seleção dos colaboradores foi baseado na área de atuação, professores de Educação Física atuantes no Ensino Fundamental I, e que aceitaram fazer parte do estudo. Sendo assim, participaram cinco professores, três do município de Morro Reuter/RS, um do município de Novo Hamburgo/RS e uma do município de Sapucaia do Sul/RS. Todos os participantes como forma de preservar suas identidades tiveram seus nomes substituídos pela palavra professor e representados por letras na ordem em que as entrevistas foram realizadas: Professor “A”, Professora “B”, Professor “C”, Professora “D” e Professora “E”.

Como forma de esclarecer sobre natureza da pesquisa e assegurar seus direitos durante a sua realização os participantes receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido- TCLE (APÊNDICE A), onde foram informados dos procedimentos a serem adotados durante a realização da mesma e explicitaram a sua concordância através de suas assinaturas.

3.2 Procedimento de coleta e análise das informações

Para a coleta das informações foi realizada uma entrevista semiestruturada (APÊNDICE B) de forma individual pela plataforma Google Meet, em dia e horário combinado com eles. Segundo Bogdan e Biklen (2010, s/p apud PEREIRA et al., 2011, p. 3), “Uma entrevista é utilizada para recolher dados descritivos na linguagem do próprio sujeito, permitindo ao investigador desenvolver intuitivamente uma ideia

sobre a maneira como os sujeitos interpretam aspectos do mundo.” A entrevista semiestruturada vai um pouco além de uma entrevista tradicional, mantém a essência de recolhimento de dados através da conversa, porém novas perguntas podem ir surgindo se tornando assim, parte da entrevista.

As entrevistas foram registradas com o uso de um smartphone modelo iPhone 6S, através de seu aplicativo Gravador. Após elas foram transcritas e enviadas aos participantes para que as validassem e posteriormente as devolvessem para dar seguimento ao estudo.

Como procedimento de análise de resultados foi utilizado à análise de conteúdo que busca compreender o que o participante está tentando transmitir através de sua fala já que elas representam o pensamento do sujeito acerca do objeto estudado. (MENDES, 2018).

4 DESCRIÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

4.1 Os conteúdos e processos de ensino-aprendizagem

De acordo com Libâneo (1994 apud DARIDO, 2015), os conteúdos de ensino devem englobar conhecimentos e habilidades de forma didática e pedagógica de forma a possibilitar sua aplicação na vida cotidiana dos alunos. Betti e Zuliani (2002) expõem que os conteúdos na Educação Física escolar devem estar alinhados a quatro princípios metodológicos, classificados da seguinte maneira: Princípio da inclusão, onde devem incluir todos os alunos independente de suas diferenças; da diversidade onde todas as culturas do movimento devem, sempre que possível estar incluídas; da complexidade, onde com o avançar das séries, os conteúdos devem se tornar mais complexos, tanto nos aspectos motores como nos cognitivos; e por fim o Princípio da adequação ao aluno, onde as características do docente devem ser consideradas durante todo o processo de ensino.

A partir do exposto, os professores foram questionados sobre quais os principais conteúdos trabalhados em Educação Física no Ensino Fundamental I, as respostas obtidas foram parecidas, todos foram categóricos em afirmar que o seu trabalho se norteia pelas competências impostas na BNCC:

“Brincadeiras, jogos, esportes, ginástica, lutas, práticas corporais alternativas e práticas corporais rítmicas. A escolha é feita a partir das competências propostas na BNCC e de seus objetos de conhecimento, adaptado à realidade e ao material e espaço disponível. Ano passado e esse ano continuei ainda dentro do que é possível, seguindo todos os protocolos sanitários.” (Professora B).

“Brincadeiras e jogos populares que desenvolvam coordenação, raciocínio e agilidade, trabalho muito com esportes de marca para iniciação ao atletismo e jogos de invasão. Sempre escolhi as atividades de acordo com as turmas, suas características, habilidades e conhecimentos, porém com a BNCC comecei a focar no que ela pede.” (Professor C).

“Todas as redes de ensino seguem alguma linha. Onde trabalho o que nos rege é a Base Nacional Curricular e a Matriz Curricular da cidade, assim os conteúdos a serem desenvolvidos nas aulas são os apontados nos dois documentos orientadores, sendo brincadeiras e jogos, esportes, lutas, ginástica e danças.” (Professora E).

Através dos relatos acima podemos compreender que a BNCC é o documento oficial que norteia o trabalho dentro da disciplina. A Professora E cita utilizar além da BNCC, a Matriz Curricular da sua cidade como forma de organizar o que será trabalhado em suas aulas, fato também citado pelo Professor A, já que ambos pertencem à mesma rede de ensino:

“Os conteúdos são variados de acordo com o ano de ensino e estipulados por um documento orientador da cidade e pela Base Nacional Curricular Comum. Os conteúdos são estipulados por Unidades temáticas, Objeto de conhecimento e Competências a serem desenvolvidas, nessa faixa etária trabalho muito com jogos e brincadeiras regionais.” (Professor A).

Podemos notar ao longo das narrativas que as brincadeiras e jogos são os primeiros a serem lembrados pelos professores, pois estão muito presentes no universo infantil nesta fase de ensino, seguidos dos esportes, ginásticas e lutas. Segundo Silva, J. e Sampaio (2012), as atividades na infância são pautadas nas experiências corporais que devem ser estimuladas de forma adequada e diversa, onde os jogos e as atividades recreativas devem ajudar no desenvolvimento integral e pessoal dos alunos, já que acabam por possibilitar situações da vida cotidiana, como as de conflito, trabalho em grupo e respeito a diversidade, indispensáveis na formação dos indivíduos da nossa sociedade.

A pergunta seguinte se referiu aos processos de ensino-aprendizagem em suas aulas, em que estavam fundamentados. Kubo e Botomé (2001) elucidam que o processo de ensino-aprendizagem, como o próprio nome expressa, refere-se ao processo que constitui o “ensinar” e o “aprender”, sendo algo que não pode ser fixo, é uma dinâmica desenvolvida entre professores e alunos através de conhecimentos, comportamentos e interações responsáveis por constituir esse fenômeno.

A partir deste questionamento os professores expuseram respostas diversas. O Professor A enfatizou que os processos de ensino-aprendizagem variam de acordo com a faixa etária com a qual ele está trabalhando:

“Tudo depende da faixa etária. Desde a Educação infantil Nível 4 e 5 ao ensino fundamental 9º ano, os conteúdos constituem um processo de aprendizagens que acompanha o crescimento da criança no processo de ensino escolar. (Professor A).

Para os Professores B e C, professor e aluno estão em constante aprendizado, muitas vezes de forma conjunta, onde o professor é quem proporciona o aprendizado de forma prazerosa aos seus educandos:

“Todos estamos sempre aprendendo, todos são capazes, principalmente as crianças. Eu acredito muito que o professor deve oportunizar aos alunos as mais diversas atividades motoras, deve utilizar estratégias com o objetivo de possibilitar as crianças situações conflitantes, promovendo desestruturações e reestruturações cognitivas, procurando auxiliá-los a elaborarem hipóteses e testarem essas hipóteses, encontrando possíveis soluções, além de propor atividades de interação, cooperação e competição.” (Professora B).

“Acredito que em minhas aulas ninguém está no centro do aprendizado, ou seja, todos aprendem, todos ensinam. Sempre busquei no Fundamental I deixar com que os alunos aprendam se divertindo na prática e de acordo com a capacidade de cada um. Não busco atletas, árbitros ou técnicos, acredito que a Educação Física escolar precisa ensinar, porém precisa muito mais deixar essa hora dos alunos mais divertida e leve, isso não significa que não estarão aprendendo, isso é muito diferente de largar uma bola e cada um faz o que quer. Mas é possível alcançar um objetivo de maneira muito mais prazerosa que outras mais diretas e maçantes.” (Professor C).

Para ambos é um sistema onde todos aprendem e todos ensinam respeitando as estratégias de ensino adotadas nas aulas. Segundo Silva, G. e Navarro (2012) é nesta forma de interação, professor-aluno que o processo educativo ganha sentido, pois apenas de forma conjunta os indivíduos são capazes de construir conhecimento. A Professora D por sua vez fez questão de frisar que os seus processos de ensino-aprendizagem se baseiam na realidade dos seus alunos, pois segundo ela, eles aprendem de acordo com o seus interesses:

“Eu procuro trabalhar com a realidade do aluno. Procuro planejar as aulas conforme o interesse e participação dos alunos, porque não adianta eu fazer um planejamento lindo no papel, mas na realidade não conseguir atingir meus objetivos.” (Professora D).

A professora D diz trabalhar com os interesses de seus alunos, porém temo que o repertório de suas aulas possa se tornar pobre, pois às vezes as crianças desconhecem que outras atividades podem trazer experiências boas de aprendizado, atividades estas que devem ser apresentadas e estimuladas pelo professor, sempre respeitando a realidade do aluno durante o processo. Para Brait et al. (2012) quando a realidade do aluno está inserida no processo de ensino-aprendizagem, o aprender se torna mais atrativo e prazeroso para ele, e o prazer pelo aprendizado deve ser despertado pelo professor, trazendo consigo a curiosidade por aquilo que está sendo ensinado através das atividades realizadas pelo docente, proporcionando a busca por novos conhecimentos durante e depois da sua realização. Portanto é importante mesclar atividades de interesse dos alunos com experiências de aprendizado, para que as aulas se tornem um momento que oportuniza descobertas diárias aos discentes.

4.2 Sedentarismo infantil: o saber dos docentes

Conforme Antunes et al. (2019 apud OLIVEIRA, D. e OLIVEIRA, E., 2020) a condição do sedentarismo está relacionado ao gasto energético inferior a 1,5 MET durante as atividades corporais. Para Arraz (2018) a prevalência do sedentarismo se dá pelo aumento da inatividade física e pela ascensão das tecnologias que requerem o mínimo de esforço físico, tudo isso alinhado as propagandas da indústria alimentícia. Carmo et al. (2013) ressalta também que o sedentarismo é tido como

fator de risco para o aumento da incidência de doenças crônico-degenerativas na população, o que acaba por impactar diretamente nos gastos com a saúde pública, sendo cada vez mais comum encontrar crianças e adolescentes sedentários.

Os relatos abaixo revelam o conhecimento dos professores acerca do tema sedentarismo. Todos os colaboradores revelaram estar cientes do assunto e concordam com a ideia de que as crianças estão cada vez mais sendo afetadas pelo problema. Para o professor A, a pandemia que nos cerca desde o ano de 2020 foi um fator que colaborou para que seus alunos se tornassem menos ativos fisicamente, o que foi visível, segundo ele, pelo aumento de seus pesos corporais:

“Este assunto é discutido há muito tempo. Com a pandemia percebi que muitos alunos em casa, sem oportunidade de estarem na escola mergulharam no sedentarismo, este ano com o retorno, muitos vieram muito diferentes, entre os fatores presenciados até o momento, posso citar: cansam muito rápido, alunos mais pesados, mais gordinhos. Como disse antes, tudo é um processo de construção, contudo os hábitos da família em casa interferem muito. Se os pais têm o hábito de se exercitarem os filhos terão também. Alguns têm apenas a escola como recurso de mudança de hábitos e prática de atividades físicas.” (Professor A).

Para o Professor A, a grande maioria de seus alunos só praticam atividades físicas e tem como alternativa de mudança de hábitos as aulas de Educação Física na escola. O Professor C nos descreve algo semelhante ao expor seu conhecimento sobre o assunto:

“Sei o que leio, nunca realizei nenhum curso referente ao assunto, porém sabemos que criança que não se movimenta na infância tem grandes probabilidades de ser um adulto sedentário, com isso desenvolver problemas cardíacos, obesidade e diabetes, algo que cada vez se inicia mais cedo, justamente por falta de atividade enquanto criança e principalmente má alimentação, ou alimentação exagerada de produtos industrializados e com alto teor de açúcar. Cada vez mais temos crianças na escola com problemas de saúde justamente por não terem essa cultura de se movimentar fora dela, já que a família na maioria das vezes também não tem esse hábito.” (Professor C).

As Aulas de Educação Física estão sendo, então, na grande maioria dos casos, o único lugar onde os alunos praticam atividades físicas, cabe assim aos professores atuarem com responsabilidade sobre temas que envolvam saúde e

bem-estar tanto físico como mental, exaltando a contribuição da prática regular destas atividades para a manutenção de um estilo de vida saudável e com qualidade, despertando nestes alunos o interesse pela prática não como obrigação, mas por prazer, criando cidadãos mais conscientes e preparados para pôr esse conhecimento em prática não apenas no ambiente escolar, mas também fora dele. (DARIDO, 2004 apud CARMO et al.,2013). Desse modo o professor deve ser capaz de instigar seus alunos e transformar suas aulas em momentos de debate para que se crie o gosto pela prática de atividades físicas e se entenda o porquê de sua importância.

Uma fala muito recorrente a todos os colabores envolvia a família como fator para o incentivo a prática e conseqüentemente a prevenção ao sedentarismo na infância. Como já citado, para os Professores A e C a maioria das vezes a família também não tem o hábito de se exercitar, para o Professor A este é um fator que justifica o fato dos filhos não se exercitarem também. As Professoras D e E também citam a família como parte da responsabilidade pela inatividade física das crianças, e a Professora E alerta que esse ainda é um assunto a ser tratado de forma cautelosa com os familiares:

“Sedentarismo infantil é quando as crianças não têm hábitos saudáveis tanto na parte de alimentação como na prática de atividade física. Sem a ajuda dos pais, e o incentivo deles, geralmente essas crianças ficam no ócio, podendo ocasionar várias doenças, entre elas a depressão.” (Professora D).

“É um assunto muito delicado quando tratado com a família, já que muitas vezes eles não entendem que o sedentarismo não traz só problemas como a obesidade, mas atrapalha outros aspectos tanto motores como sociais, é difícil pra eles entenderem isso. É uma doença que está a cada dia avançando entre as crianças e adolescentes em decorrência da falta de atividades físicas e má alimentação.” (Professora E).

Os aspectos familiares citados pelas Professoras D e E surgem como narrativa as dificuldades encontradas para combater amplamente o sedentarismo na infância. Para Junior e Ferreira (2000) o comportamento familiar influencia diretamente o estilo de vida dos filhos, já que familiares que se dispõem a se envolver com atividades físicas não apenas atléticas, mas também as espontâneas motivam seus filhos a fazerem o mesmo, adotando assim um estilo de vida mais ativo. O

relato dos colaboradores vai de encontro ao exposto ao mencionarem que a família também tem o dever de incentivar as atividades físicas e alertar sobre os perigos de se levar uma vida sedentária, o que para os docentes seria um trabalho conjunto entre a escola e os familiares.

4.3 Educação Física escolar e saúde: as possibilidades no Ensino Fundamental I

Segundo Betti e Zuliani (2000) a Educação Física escolar passou ao longo dos anos por diversas transformações, e atendendo as necessidades de agora deve, neste momento social e cultural ser capaz de através da cultura corporal do movimento equipar seus alunos para que eles, munidos do conhecimento necessário, possam transformá-los e aplicá-los como forma de obtenção de qualidade de vida, o que significa, além de trabalhar aspectos motores e desenvolvimento de capacidades físicas, trabalhar aspectos de organização no meio social.

Podemos notar que os professores entrevistados estão empenhados em fazer com que seus alunos levem os conhecimentos adquiridos desde a mais tenra idade para a vida. Ao serem questionados se acreditam ser importante inserir em seu planejamento conteúdos que relacionem a Educação Física com saúde ainda na infância os relatos foram afirmativos:

“Sim, é muito importante. Na verdade, os documentos orientadores preveem este tema. Nas séries finais do 6º ao 9º trabalhamos mais aprofundado com os alunos, mas costumo trabalhar com os menores também de uma forma mais lúdica, eles aprendem na hora em que estão nas brincadeiras.” (Professor A).

“Tenho plena certeza! Um dos meus objetivos como educadora física é esse. Mostrar para a criança o quanto é bom, bacana, legal realizar práticas corporais, tudo isso regado de muitas brincadeiras e de forma lúdica.” (Professora E).

Para os colaboradores A e E, no Ensino Fundamental I o tema “saúde” deve ser trabalhado de forma lúdica, levando os alunos a se familiarizarem com o assunto de forma divertida durante as brincadeiras. As crianças nesta faixa etária tendem a se envolver de forma espontânea nas brincadeiras e delas tirarem o máximo

proveito. Para Freire (2011) esse tipo de atividade proporciona às crianças o aprendizado através do prazer, mesmo que estas exijam mais delas, elas irão se dedicar em sua realização, conseqüentemente as atividades lúdicas, as brincadeiras, acabam proporcionando um aprendizado mais significativo, já que nesta fase elas aprendem a partir de suas vivências, de suas experiências corporais que as conectam com o mundo que as cercam, estes conhecimentos então devem ser produzidos através deste jeito infantil de aprender, com o corpo dando significado ao que se aprende.

Já os professores B e C citaram a pandemia como fator decisivo para o trabalho do tema “saúde” em suas aulas, julgando que, agora mais do que nunca, ele se fez necessário:

“Sim, pois é crescente o número de crianças e adolescentes obesos e sedentários, principalmente desde o início da pandemia. E o professor sempre é uma pessoa de referência.” (Professora B).

“Sim. Especialmente durante a pandemia consegui elaborar algumas aulas que buscavam justamente conscientizar para os problemas da falta de atividade física, da má alimentação e da influencia negativa da mídia em questões de bullying e depressão. Pretendo manter o tema para minhas aulas presenciais quando a pandemia passar.” (Professor C).

Para o professor B a pandemia criou um número maior de crianças e adolescentes sedentários, aumentando à responsabilidade do professor de Educação Física, neste caso, a referência em hábitos de vida saudáveis, em tentar sanar e conscientizar sobre esse problema. O professor C é mais categórico e abrangente em seu relato, associa a pandemia não apenas ao agravamento do sedentarismo, mas também cita a má alimentação e questões de saúde mental provocados pelo longo período de isolamento em casa como motivos para trabalhar a temática em suas aulas, já que esta é a realidade enfrentada pelos seus alunos neste momento. De acordo com Miquelin et al. (2014) a Educação Física escolar além de trabalhar aspectos referentes ao desenvolvimento cognitivo e motor, deve ser capaz de formar cidadãos críticos perante a realidade que os cerca, deve ser lugar de reflexão mas também de acolhimento proporcionado pelo professor, sendo ele o maior responsável por disseminar os benefícios da atividade física, capaz de

mudar de forma positiva aqueles que a praticam, fortalecendo não somente o corpo, mas também a mente de seus educandos.

Outra questão abordada nas entrevistas debatia se os professores consideravam oportuno buscar informações sobre os hábitos de seus alunos em relação a atividades físicas e práticas corporais. Todos os professores afirmaram que sim, porém o professor A ressaltou que em sua opinião a Educação Física vai além da prática de exercícios, neste momento expliquei que a questão aqui não se referia apenas a prática de exercícios, mas sim as atividades físicas que deveriam fazer parte do cotidiano infantil, como as brincadeiras que muitas crianças estão trocando pelas telas, ele disse que compreendia e deu seguimento a sua resposta:

“Sim acho importante, mas a Educação Física escolar para mim vai além da prática do exercício físico. Ela é um processo de educação que deve acontecer de forma prazerosa, por etapas. Quando o professor desenvolve seu trabalho por um longo tempo numa escola, consegue acompanhar os alunos, o que facilita compreender os hábitos de cada um. A educação física na escola é um processo de construção, de hábitos também, que se inicia na educação infantil. Dependendo da forma como este trabalho é apresentado aos alunos, pode ou não influenciar nos hábitos e aprendizados dos mesmos.” (Professor A).

A Educação Física aqui, de acordo com este professor vai para além das práticas corporais, é algo mais profundo, com um significado maior. Sendo assim, o professor de Educação Física tem o dever de despertar em seu aluno a criticidade para além das práticas corporais, colaborando para a transformação efetiva de sua realidade (NAHAS, 2003, apud CARMO et al. 2013). Ele deve ser um agente transformador para além do espaço escolar, tudo dependendo de sua forma de trabalho. O professor C cita algo semelhante ao afirmar que é dever do professor ter um olhar diferenciado para com o aluno:

“Sempre! A aula de Educação Física é uma troca entre professor e aluno, não conheço nenhum professor que tenha esse poder nas mãos. E de forma mais técnica é nosso dever ter esse olhar para com o aluno, pois podemos ajudar ou prejudicar muito uma criança em nossa aula. Em nosso chão conseguimos perceber coisas imperceptíveis dentro de uma sala de aula tradicional.” (Professor C).

Os demais colaboradores citaram que conversam sempre que possível com seus alunos sobre suas rotinas fora da escola:

“Sim, converso bastante com eles, para a partir da realidade deles propor minhas aulas. Inclusive em diversas aulas, como nas de ginástica, proponho atividades e alternativas de atividades para serem feitas em casa. Estímulo e incentivo a prática fora da escola, não só dos alunos e sim de seus familiares também.” (Professora B).

“Sim, é essencial saber o que eles fazem fora da escola pra poder contribuir e/ou modificar hábitos que lhes fazem mal, incentivando a ter bons hábitos alimentares e a praticar atividade física regular, essa é uma conversa que sempre tenho com eles.” (Professora D).

“Sempre que posso converso com as crianças acerca da sua vida diária, o que fazem, se brincam fora ou dentro de casa, o que gostam de comer, se jogam muito no computador. Faço esse estudo para conhecer um pouco mais dos hábitos de cada um deles.” (Professora E).

Para os professores B e D conhecer a rotina dos alunos faz parte de propor e incentivar práticas corporais que possam ser realizadas fora do ambiente escolar, adequadas claramente, a realidade dos alunos. Para a Professora B é um ato que visa estimular não apenas os alunos, mas seus familiares também, tudo partindo das atividades realizadas em aula. De acordo com Betti (1997) é dever da Educação Física instruir o aluno para que ele possa, a partir das aprendizagens obtidas através das culturas corporais trabalhadas em aula, incorporar em sua vida as que melhor se identifiquem com ele, formando um cidadão crítico capaz de analisá-las e transformá-las para que se adaptem a sua realidade e sejam capazes de lhe proporcionar qualidade de vida.

A última pergunta da pesquisa propunha saber se os professores acreditavam que a Educação Física no Ensino Fundamental I pode ajudar de alguma forma na prevenção ao sedentarismo na infância. Todos os colaboradores responderam afirmativamente. Os professores A e E relataram ainda que tudo depende do professor:

“Com certeza, tudo vai depender da forma como o professor desenvolve seu trabalho Aliado a tudo isso, toda a rede de ensino tem acompanhamento de nutricionista. A nossa merenda da escola é pensada para que os alunos também adquiram outros hábitos de alimentação mais saudáveis. Lembrando que a escola, aqui onde trabalho, é pensada a

oferecer aos alunos brinquedos e espaços na escola que ajudam a promover as atividades físicas, ou seja, o recreio dos alunos é muito movimentado, todos tem várias opções de atividades.” (Professor A).

“Pode sim. Primeiro, tendo um profissional de Educação Física habilitado para desenvolver as propostas e que seja capaz de adaptá-las e variá-las de acordo com as necessidades de sua turma para atender a esse fim, segundo propondo o maior número de práticas corporais para que a criança tenha, ela própria a oportunidade de poder escolher qual das experiências ofertadas mais lhe agradou para poder realizar fora do âmbito escolar.” (Professora E).

Para o professor A o sucesso do trabalho de prevenção ao sedentarismo se dá pela forma como o profissional entende e constrói seu trabalho dentro da escola, para a professora E há a importância de haver um profissional habilitado na escola e capaz de adaptar as propostas para atender a este propósito. Grespan (2002) salienta que as necessidades do mundo atual requerem a construção de indivíduos amplamente capazes de serem críticos quanto a sua visão de mundo nos aspectos culturais, corporais, sociais, políticos e tecnológicos, para tanto, os profissionais de Educação Física também precisam acompanhar essa mudança, que sejam versáteis, adaptáveis, sem deixar de trabalhar as competências necessárias e que saibam reconhecer o seu papel como construtores efetivos deste conhecimento, que procurem sempre estar em formação para poder ajudar a formar o outro.

O professor A ainda em sua fala ressalta que a desde a merenda escolar até os espaços da escola são pensados de maneira a promover bons hábitos alimentares e as atividades físicas, portanto a escola colabora para tal, sendo um trabalho conjunto entre a disciplina e a instituição escolar. Para Freire (2011) este é um fato importante, visto que no Ensino Fundamental I as crianças tem um vasto repertório corporal próprio da faixa etária, que muitas vezes é deixado de lado pelas instituições de ensino como forma de aprendizagem, separando o aprendizado corporal do mental, quando na verdade, é de suma importância às escolas valorizarem e estimularem esse repertório que tem como característica a liberdade do movimento infantil.

Os relatos dos professores B e C é muito parecido com os anteriores ao voltar à possibilidade de prevenção ao trabalho desenvolvido pela disciplina, ressaltando que é dever dela trabalhar essa temática:

“Sim, pois ela pode incentivar e despertar nas crianças o interesse pela atividade física e conseqüentemente o exercício físico. Além disso o professor pode com o auxílio de outros professores aprofundar essa temática.” (Professora B).

“Sim. Na escola a criança aprende o gosto pela leitura, pela escrita, pelas artes e não seria diferente para o esporte. Cabe ao professor fazer com que a criança tenha gosto pelo brincar, pelo movimento, pela interação com as pessoas, e esse é um dos motivos que tento ensinar enquanto se divertem, cobrando postura, mas sem acuar a criança, mostrando como fazer enquanto estão fazendo, afinal nada melhor do que aprender sem perceber que está aprendendo”. (Professor C).

O relato da professora B manifesta que o tema pode ser trabalhado para além da disciplina de Educação Física, possibilitando o trabalho conjunto com outras disciplinas, a chamada interdisciplinaridade. Para Darido (2004) a interdisciplinaridade é um trabalho que serve para estimular o aluno a procurar nas demais disciplinas a compreensão do objeto de estudo, onde cada uma delas pode contribuir com o conhecimento que lhe compete a cerca do assunto estudado, é um trabalho conjunto e não invalida o conhecimento específico de cada profissional.

Para o Professor C aprender durante as brincadeiras é um caminho para incentivar as crianças a se movimentarem, ele acredita que assim a criança aprende sem perceber. Severino e Porrozzi (2010) em seu estudo ressaltam que cabe ao professor ofertar momentos aos alunos que possibilitem apropriar-se do conteúdo de forma prazerosa nas mais diversas situações, podendo experimentar a ludicidade como forma de aprender.

Pode-se perceber então que todos os colaboradores acreditam que a Educação Física pode ajudar na prevenção do sedentarismo, sendo de forma lúdica e cada um dentro de suas possibilidades de trabalho.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto, através das informações coletadas pude observar que todos os colaboradores acreditam que a Educação Física nesta etapa de ensino, pode ajudar na prevenção ao sedentarismo na infância. Eles estão cientes de que este é um problema que merece atenção, já que todos dentro de suas realidades e norteados pela BNCC procuram trabalhar aspectos voltados à promoção de saúde, sempre de forma lúdica e prazerosa para seus educandos.

Os processos de ensino-aprendizagem são realizados em conjunto, o professor e o aluno são protagonistas na construção de conhecimento. Os colaboradores da pesquisa sabem reconhecer que o professor não é o único detentor do saber, fato significativo, pois é comum ver dentro do ambiente escolar um pensamento contrário.

Baseado no referencial teórico e nos resultados da pesquisa nota-se que a família também deve estar incluída no processo de prevenção ao sedentarismo infantil, porém mesmo que os colaboradores a tenham citado como um dos motivos de incentivo à mudança de hábitos, nenhum deles apresentou ações efetivas para incluí-la neste processo. Sugere-se aos professores que em conjunto com suas escolas estabeleçam estratégias para incluí-las e conscientizá-las, pois muitas vezes elas não detêm o conhecimento necessário sobre o assunto. Palestras, reuniões e atividades que envolvam os alunos e seus familiares seriam de grande valia para ajudar na conscientização sobre o problema.

Essas ações juntamente com o pensamento de que as crianças aprendem dentro de seu universo, de forma lúdica e de acordo com suas particularidades demonstram que a Educação Física escolar, consciente de todas as suas possibilidades de ensino e fazendo uso de um trabalho que inclua a família e a comunidade escolar pode ajudar na formação crítica destas crianças sobre o tema, seus riscos e sobre os benefícios de manter o corpo em movimento desde a infância, podendo contribuir para a construção de uma geração mais consciente de si, do funcionamento do seu corpo, dos perigos da inatividade física e do mundo que a cerca, ocasionando menos impacto a longo prazo nos sistemas públicos de saúde e uma melhora expressiva na qualidade de vida dos cidadãos brasileiros.

Para encerrar minhas reflexões sugiro novos trabalhos que explorem como a Educação Física escolar pode influenciar os hábitos de vida ao longo dos anos.

REFERÊNCIAS

- ARRAZ, Fernando Miranda. A Importância da Atividade Física na Infância. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 03, Ed. 08, Vol. 01, pp. 92-103, Ago. 2018. ISSN:2448-0959. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/educacao/atividade-fisica-na-infancia>. Acesso em: 20 set. 2020
- ALVES, Ubiratan Silva. Não ao sedentarismo, sim a saúde: contribuições da Educação Física escolar e dos esportes. **O Mundo da Saúde**. São Paulo, out/dez. 2007, 31(4):464-465. Disponível em: http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/56/01_ao_sedentarismo.pdf. Acesso em: 20 ago. 2020
- BARROS, Ricardo do Rêgo et al. **Manual de Orientação**: Grupo de Trabalho em Atividade Física, Promoção da Atividade Física na Infância e na Adolescência. Sociedade Brasileira de Pediatria, n.1, p. 3, jul.2017. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/19890d-MO-Promo_AtivFisica_na_Inf_e_Adoles.pdf. Acesso em: 27 ago. 2020.
- BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz Roberto. Educação Física Escolar: Uma Proposta de Diretrizes Pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação e Esporte**, 2002, p. 75. Disponível em: <https://cienciadotreinamento.com.br/wpcontent/uploads/2020/06/EDUCA%C3%87%C3%83O-F%C3%8DSICA-ESCOLAR-UMA-PROPOSTA-DE-DIRETRIZES-PEDAG%C3%93GICAS.pdf>. Acesso em: 24 mar. 2021.
- BETTI, Mauro. **A Janela de Vidro**: Esporte, Televisão e Educação Física. 1997. Trabalho de Conclusão de Curso (Doutorado em Educação) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997. Disponível em: <http://repositorio.unicamp.br/jspui/handle/REPOSIP/252765>. Acesso em: 04 abr. 2021.
- BARONE, Leda Maria Codeço; ANDRADRE, Márcia Siqueira. **Aprendizagem Contextualizada**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2012. E-Book. Disponível em: <https://plataforma.bvirtual.com.br/Leitor/Publicacao/3338/pdf/1?code=5Su6q+pMHP/CpJVdmcnNgV6fBSQbbfnvUclY1tSEI/ualdYhz9gBX1oV48YsWpIV4hseieh2IcNjB4b03EjRQ==>. Acesso em: 03 set.2020.
- BRAIT, Lílian Ferreira Rodrigues et al. A relação professor/aluno no processo de ensino e aprendizagem. **Revista Eletrônica Itinerarius Reflectionis**, Jataí, v.8, n.1, p. 5, jan/jul.2010. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/304480864_A_RELACAO_PROFESSORA_LUNO_NO_PROCESSO_DE_ENSINO_E_APRENDIZAGEM. Acesso em: 02 set.2020.
- BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular/Ministério da Educação. Secretária de Educação Básica**. Diretoria de Currículos e Educação Integral. Brasília: MEC, 2018, p. 213. Disponível em:

http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_versaofinal_sit e.pdf. Acesso em: 27 ago. 2020.

CARMO, Natasha, do et al. A importância da Educação Física escolar sobre aspectos de saúde: sedentarismo. **Revista Educare CEUNSP**, v.1, n. 1, 2013. Disponível em:

<http://www.saosebastiao.sp.gov.br/ef/pages/Sa%C3%BAde/Atividade/leituras/a2.pdf>. Acesso em: 30 mar. 2021.

DARIDO, Suraya Cristina. **Os conteúdos na Educação Física escolar**. 24 jul. 2015, s/p. Disponível em:

https://www.researchgate.net/profile/SurayaDarido/publication/266186057_OS_CONTEUDOS_NA_EDUCACAO_FISICA_ESCOLAR/links/55b2271108ae9289a0851071/OS-CONTEUDOS-NA-EDUCACAO-FISICA-ESCOLAR.pdf. Acesso em: 18 set. 2020.

DARIDO, Suraya Cristina. **Educação Física na Escola: Conteúdos, Duas dimensões e Significados**. 2004. Disponível em:

<https://acervodigital.unesp.br/bitstream/123456789/41549/1/01d19t03.pdf>. Acesso em: 07 abr. 2021.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro: teoria e prática da educação física**. São Paulo: Scipione, 2011, p. 42.

FONTELLES, Mario José et al. **Metodologia de Pesquisa científica: Diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa**. 2009, s/p. Disponível em:

<http://cienciasecognicao.org/redeneuro/wp-content/uploads/2019/06/DIRETRIZES-PARA-A-ELABORA%C3%87%C3%83O-DE-UM-PROTOCOLO-DE-PESQUISA.pdf>. Acesso em: 08 set. 2020.

GALLARDO, José Sergio Perez, et al. **Didática da Educação Física: A criança em movimento**. São Paulo: FTD, 1998, p. 22.

GERHARDT, Tatiana Engel; SILVEIRA Denise Tolfo. **Métodos de Pesquisa**. Porto Alegre: Editora UFRGS, 2009, p. 32. E-Book. Disponível em:

<https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/52806/000728684.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 04 set. 2020.

GRESPLAN, Marcia Regina. **Educação Física no Ensino Fundamental: Primeiro Ciclo**. Campinas, SP: Papirus, 2002. E-Book. Disponível em:

<https://plataforma.bvirtual.com.br/Leitor/Publicacao/2341/pdf/1?code=8fK/k8O3etzev WWYxOJ7y4eSwTIXKIm3sBWIXEUMEnoLu6C5Zci1jAw/2dR2xbhz2SEB3mbJgG/02fXerVOqGQ==>. Acesso em: 23 mar. 2021.

HALLAL, Pedro Curi et al. Prevalência de sedentarismo e fatores associados em adolescentes 10-12 anos de idade. **Caderno Saúde pública**, Rio de Janeiro, 22(6), p. 1277, jun. 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csp/v22n6/17.pdf>. Acesso em: 31 ago. 2020.

HISTÓRICO BNCC. **Base Nacional Comum Curricular**: Educação é a base.2018. Disponível em: basenacionalcomum.mec.gov.br/histórico. Acesso em: 18 set.2020.

IBGE-INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios**: Prática de Esporte e Atividade Física. Rio de Janeiro, 2015, p. 26-47. Disponível em: [https:// biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv100364.pdf](https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv100364.pdf). Acesso em: 27 ago. 2020.

JUNIOR, Aylton J. Figueira; FERREIRA, Maria Beatriz Rocha. Papel Multidimensional da Família na Participação dos Filhos em atividades Físicas: Revisão de Literatura. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, Brasília, v. 8, n. 2, p. 33-40, mar. 2000. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/download/361/413>. Acesso em: 31 mar. 2021.

KUBO, Olga Mitsue; BOTOMÉ, Sílvio Paulo. Ensino-aprendizagem: uma interação entre dois processos comportamentais. **Revista Interação em Psicologia**, Florianópolis, v.5, s/p.2001. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/3321>. Acesso em: 03 set.2020.

MENEGAZ, Glaris; MARCELINO, Patricia Carlesso. Algumas considerações sobre sedentarismo x benefícios da prática regular da atividade física. **EFDeportes.com**: Revista Digital, Buenos Aires, ano 18, n. 187, dez. 2013. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd187/algumas-consideracoes-sobre-sedentarismo.htm#:~:text=Al%C3%A9m%20dos%20efeitos%20ben%C3%A9ficos%20na,do%20diabetes%20mellitus%20e%20da>. Acesso em: 31 ago. 2020.

MENDES, Daniele Cristina Bahniuk. Considerações elementares da metodologia de análise de conteúdo em pesquisa qualitativa no âmbito das ciências sociais. **Faculdade Sant'Ana em Revista**, Ponta Grossa, v.3, p. 4-15, 1.Sem.2018, ISSN on-line:2526-8023. Disponível em: <https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/fsr/article/view/118>. Acesso em: 24 de out.2020.

MIQUELIN, Eric Carvalho et al. **A Educação Física e seus benefícios para alunos do Ensino Fundamental**. 2015, p. 7-12. Disponível em: https://www.inesul.edu.br/revista/arquivos/arq-idvol_32_1421443852.pdf. Acesso em: 24 mar. 2021.

OLIVEIRA, Kenny Delmonte; ALMEIDA Keylla Lopes; BARBOSA, Thiago Leite.. **Amostragens Probabilísticas e não probabilísticas**: Técnicas e aplicações na determinação de amostras. Projeto de Pesquisa (Pós-Graduação em Ciências Florestais)- Programa de Pós-Graduação, Universidade Federal do Espírito Santo, Jerônimo Monteiro, 2012, p.18. Disponível em: <https://www.passeidireto.com/arquivo/19646641/amostragens-probabilistica-e-nao-probabilisticas-tecnicas-e-aplicacoes-na-determ>. Acesso em: 20 out. 2020.

OLIVEIRA, Denis Willian; OLIVEIRA, Evandro Salvador Alves de. Sedentarismo infantil, cultura do consumo e sociedade tecnológica: implicações à saúde. **Revista Interação Interdisciplinar**. v. 04, nº. 01, p.155-169, Jan - Jun., 2020. Disponível em: <https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/interacao/article/view/870>. Acesso em: 20 out. 2020.

PEREIRA, Alda et al (org). **Análise de Conteúdo de uma Entrevista semi-estruturada**. 8 Jan. 2011, p. 3. Disponível em: <http://mpelearning.pbworks.com/f/MICO.pdf>. Acesso em: 10 set. 2020.

SILVA, Junior V. P da; SAMPAIO, Tânia M.V. Algumas considerações sobre sedentarismo x benefícios da prática regular da atividade física. **Revista Brasileira Ciências do Movimento**. 2012:20(2), p. 107. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/3007> Acesso em: 18 set. 2020.

SILVA, Garcia Ormenzina da; NAVARRO, Cristina Elaine. A relação professor-aluno no processo ensino-aprendizagem. **Revista Eletrônica da Univar**, v.3, n. 8, 2012. Disponível em: <https://www.unioeste.br/portal/arquivos/pibid/docs/leituras/A%20rela%C3%83%C2%A7%C3%83%C2%A3o%20professor-aluno%20no%20processo%20ensino-aprendizagem.pdf>. Acesso em: 24 mar. 2021.

SEVERINO, Cláudio Delunardo; PORROZI, Renato. A ludicidade aplicada a Educação Física: a prática nas escolas. **Revista Práxis**, ano 2, n. 3, jan. 2010. Disponível em: <http://revistas.unifoa.edu.br/index.php/praxis/article/view/919/969>. Acesso em: 07 abr. 2021.

SOARES, Carmen Lúcia. Educação Física Escolar: conhecimento e especificidade. **Revista Paulista de Educação Física**. São Paulo, supl. 2, p. 10, 1996. Disponível em: https://www.educmunicipal.indaiatuba.sp.gov.br/shared/upload/z_outros/files/material_curso/monitores/tema_7/psicomotricidadei.pdf. Acesso em: 20 set. 2020.

SOARES, Everton Rocha. Educação física no Brasil: da origem até os dias atuais. **Revista Digital**. Buenos Aires, n. 169, s/p, 2012. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd169/educacao-fisica-no-brasil-da-origem.htm>. Acesso em: 22 set. 2020.

TESLA, Nikola. [Frases]. *In*: PENSADOR. [S.l.], c2021. Disponível em: https://www.pensador.com/autor/nikola_tesla/. Acesso em: 13 abr. 2021.

APÊNDICE A- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO.

Eu, Tairine da Silva Neves do Curso de Educação Física - Licenciatura da UNISINOS, sob orientação do Prof. MS.Milton Hartmann, estou realizando a pesquisa sobre o tema” A Educação Física escolar no Ensino Fundamental I e seus processos de ensino-aprendizagem como prevenção ao sedentarismo infantil” que corresponde ao meu Trabalho de Conclusão de Curso.

Os professores que participarem da pesquisa serão submetidos a uma entrevista semiestruturada, diante das respostas obtidas através da entrevista será feita uma análise de conteúdo, a qual ficará armazenada, por no mínimo cinco anos sob o cuidado da pesquisadora e descartados após este período. A identidade dos participantes será preservada, pois não serão divulgados nomes ou informações que possam identificá-los. Os dados obtidos serão utilizados apenas para os fins da investigação. Os participantes receberão cópia da entrevista para validar, retirar ou modificar as informações a seu critério, antes de o texto ser transformado em fonte de pesquisa. Os riscos aos participantes são mínimos. O (a) participante poderá desistir de fazer parte do estudo em qualquer etapa da pesquisa, sem prejuízo algum.

Outros esclarecimentos acerca deste estudo poderão ser obtidos junto aos pesquisadores, pelo telefone (51) 995226442 ou pelo e-mail tairine_1997@outlook.com ou com o orientador do Trabalho de Conclusão de Curso, Professor MS. Milton Hartmann pelo e-mail mhartmann@unisinós.br. Este documento é impresso em duas vias, deverá ser assinado, ficando uma via com o (a) participante e a outra entregue a pesquisadora por meio eletrônico.

São Leopoldo.../.../....

Assinatura do participante

Tairine da Silva Neves

Prof. MS. Milton Hartmann
Pesquisador responsável – Orientador

APÊNDICE B – ROTEIRO DA ENTREVISTA SEMIESTRUTURADA

1. Quais os principais conteúdos que você trabalha com as suas turmas do Ensino Fundamental I? Como são escolhidos?
2. Como você descreveria os processos de ensino-aprendizagem em suas aulas? Em que eles estão fundamentados?
3. Você considera oportuno buscar informações sobre os hábitos dos seus alunos em relação a atividades físicas e práticas corporais?
4. Qual seu conhecimento sobre o tema “sedentarismo infantil”?
5. Acredita ser importante inserir em seu planejamento conteúdos que relacionem a Educação Física com saúde ainda na infância? Em caso positivo ou negativo, comente.
6. Você acredita que a Educação Física no Ensino Fundamental I pode ajudar de alguma forma na prevenção do sedentarismo na infância? Em caso positivo ou negativo, comente.