

O PROCESSO INVESTIGATIVO E A FORMAÇÃO PROFISSIONAL EM EDUCAÇÃO FÍSICA



PESQUISA EM EDUCAÇÃO FÍSICA: DIMENSÕES SOCIAIS E PSICOMOTORAS 2019

ORGANIZADORES: ELISABETH BARETTA | GRACIELLE FIN | JOSIANE
APARECIDA DE JESUS | RENAN SOUZA | RUDY JOSÉ NODARI JÚNIOR



**editora
unoesc**

© 2019 Editora Unoesc
Direitos desta edição reservados à Editora Unoesc
É proibida a reprodução desta obra, de toda ou em parte, sob quaisquer formas ou por quaisquer meios, sem a permissão expressa da editora.
Fone: (55) (49) 3551-2000 - www.unoesc.edu.br - editora@unoesc.edu.br

Editora Unoesc

Coordenação
Tiago de Matia

Revisão metodológica: Bianca Regina Paganini
Agente Administrativa: Caren Scalabrín
Projeto gráfico e capa: Saimon Guedes
Diagramação: Saimon Guedes

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

P474	Pesquisa em Educação Física: dimensões sociais e psicomotoras 2019 / organizadores Elisabeth Baretta ... [et al.]. - Joaçaba: Editora Unoesc: IHMN, 2019. 148 p. - (O processo investigativo e a formação profissional em Educação Física). ISBN 978-85-8422-211-7 1. Capacidade motora. 2. Educação física. 3. Formação profissional. I. Baretta, Elisabeth, (org.), [et al.], II. Série. CDD 796
------	--

Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca Universitária - Campus Joaçaba

Universidade do Oeste de Santa Catarina - Unoesc

Reitor

Aristides Cimadon

Vice-reitores de Campi

Campus de Chapecó
Ricardo Antonio De Marco
Campus de São Miguel do Oeste
Vitor Carlos D'Agostini
Campus de Videira
Ildo Fabris
Campus de Xanxerê
Genesio Teo

Diretora Executiva da Reitoria

Cleunice Frozza

Pró-reitora de Graduação

Lindamir Secchi Gadler

Conselho Editorial

Fabio Lazzarotti
Tiago de Matia
Andréa Jaqueline Prates Ribeiro
Jovani Antônio Steffani
Lisandra Antunes de Oliveira
Marilda Pasqual Schneider
Claudio Luiz Orço
Ieda Margarete Oro
Silvio Santos Junior
Carlos Luiz Strapazzon
Wilson Antônio Steinmetz
Maria Rita Chaves Nogueira
Marconi Januário
Marciéli Maccari
Daniele Cristine Beuron

Pró-reitor de Pesquisa, Pós-graduação e Extensão

Fábio Lazzarotti

Sumário

Prefácio	09
----------------	----

ARTIGOS

ABRINDO NOVOS CAMINHOS PARA A DANÇA ESCOLAR: PERCEPÇÕES DE ESCOLARES SOBRE A DANÇA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	13
Bárbara Schuermann, Elisabeth Baretta	

CORPOS EM OBRAS: A BUSCA PELA IMAGEM CORPORAL PERFEITA NAS ACADEMIAS.....	27
Vanessa Silveira de Lima, Andréa Bona, Ben Hur Soares	

GRAU DE FUNCIONALIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES IDOSAS RESIDENTES EM MONTAURI, RS.....	39
Gilmarice De Marco, Andréa Bona, Ben Hur Soares, Adriano Pasqualotti	

PERCEPÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE ÁGUA DOCE SOBRE A INCLUSÃO DO ALUNO COM DEFICIÊNCIA	55
Diogo Signori Colombo, Marly Baretta	

PERCEPÇÃO DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE O CONTEÚDO E PRÁTICA DO ATLETISMO EM ESCOLAS ESTADUAIS DE CAMPOS NOVOS, SC.....	71
Vitória Ribas Lago, Leoberto Ricardo Grigollo	

PROJETO ESPORTIVO SOCIAL EXTRAESCOLAR: PERCEPÇÕES DE ESCOLARES, PROFESSORES E GESTORES.....	85
Matheus Lehrer, Elisabeth Baretta	

SINTOMAS DE ESTRESSE PRÉ-COMPETITIVO DE ALUNOS PRATICANTES DE HANDEBOL ...	99
Gabriel Werlang Alberguini, Marly Baretta	

RESUMOS

A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SUA RELAÇÃO COM A SAÚDE DOS ADOLESCENTES	115
William Boesing Pereira, Elisabeth Baretta	
A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA ADOLESCÊNCIA	116
Pedro Henrique Dalmedico Menegat, Josiane Aparecida de Jesus	
A PRÁTICA DO <i>FRISBEE</i> NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	117
Bianca Marchioro, Marly Baretta	
A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA POR MEIO DO TÊNIS DE MESA.....	118
Maria Eduarda Alcântara, Elisabeth Baretta	
ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO ESCOLAR	119
Milena Rodrigues Sobrinho, Marly Baretta	
APLICAÇÃO DE JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS VOLTADOS AO HANDEBOL NO ENSINO MÉDIO	120
Andressa Vedovatto Rayzer, Josiane Aparecida de Jesus	
APTIDÃO FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE ADOLESCENTES DO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL	121
Kagella Caroline Pimentel, Marly Baretta	
ATLETISMO NA ESCOLA E OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA SAÚDE	122
Alan Gross, Elisabeth Barreta	
AVALIAÇÃO DO ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL POR MEIO DO PENTÁCULO DO BEM-ESTAR.....	123
Paula Bizotto, Marly Baretta	

CONTRIBUIÇÕES DO PIBID NA FORMAÇÃO DOCENTE NO CENTRO EDUCACIONAL ROBERTO TROMPOWSKY	124
Alex da Silva Angeli, Andressa Rayser, Guilherme Bissani, Higor Matheus Alves Garcia, Jhonatan Wesley Oliveira Dos Santos, Samuel Carlos Meisterlin, Jacqueline Salete Baptista Righi, Elisabeth Baretta	
ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO I: OS ESPORTES NA ESCOLA	126
Leticia Welter de Lima, Gracielle Fin	
ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO I: O FUTSAL COMO CONTEÚDO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO.....	127
Karen Fabiana Fiorio, Gracielle Fin	
ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO I: EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO.....	128
Maieli Bertotti Stank, Josiane Aparecida de Jesus	
ESTEREÓTIPO DE BELEZA: EDUCAÇÃO FÍSICA, PADRÃO DE BELEZA E ESTÉTICA.....	129
Isadora Santos da Silva, Elisabeth Baretta	
EXERCÍCIOS FUNCIONAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR VOLTADOS PARA A SAÚDE.....	130
Gustavo Valmorbida, Josiane Aparecida de Jesus	
EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA COMO FORMA COMPLEMENTAR NO PROCESSO DE ENSINO E DE APRENDIZAGEM	131
Renan Souza, Elisabeth Baretta	
IMPORTÂNCIA DA PERCEÇÃO DE IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES	132
Patrícia Cardoso de Oliveira, Josiane Aparecida de Jesus	
ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E AUTOPERCEÇÃO DE IMAGEM EM ADOLESCENTES	133
Camila Marafon, Leoberto Ricardo Grigollo	
INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA QUALIDADE DE VIDA DOS ESCOLARES.....	134
Murilo Henrique Galvão, Elisabeth Barreta	

INTERNACIONALIZAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE PESQUISADOR DA UNOESC EM MISSÃO DE MOBILIDADE ACADÊMICA EM INSTITUIÇÕES MEMBROS DA REMH NA EUROPA.....	135
Eliton Marcio Zanoni, Elisabeth Baretta, Rudy José Nodari Júnior	
JOGOS COOPERATIVOS: PRÁTICAS PEDAGÓGICAS POR MEIO DO PIBID EDUCAÇÃO FÍSICA.....	137
Bruna Aparecida Schneider , Gabriela Aparecida da Costa, Igor do Espirito Santo da Cruz , Jacqueline Salete Baptista Righi, Elisabeth Baretta	
MOVIMENTOS CORPORAIS POR MEIO DO VOLEIBOL: ESTIMULANDO SISTEMAS IMPORTANTES PARA O EQUILÍBRIO E O CONTROLE POSTURAL	139
Andrei Da Caz, Josiane Aparecida de Jesus	
NOÇÕES DE PRIMEIROS SOCORROS PARA ESCOLARES	141
Claudir Fernando Pressel Arenhart, Josiane Aparecida de Jesus	
O FUTSAL COMO CONTEÚDO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO	142
Bruno Antonio Bet, Josiane Aparecida de Jesus	
O LAZER E SUA RELAÇÃO COM A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO: PROMOVENDO SAÚDE EM FORMA DE DIVERSÃO	143
Sander Junior Alves, Gracielle Fin	
OS ESPORTES FUTSAL E VÔLEI E SUA PRÁTICA NO ENSINO MÉDIO	144
Willian de Souza Gonçalves, Gracielle Fin	
PRÁTICAS DO FUTSAL NO ENSINO MÉDIO	145
Jaks Douglas Santos, Josiane Aparecida de Jesus	
PROJETO ESTÁGIO SUPERVISIONADO I DE EDUCAÇÃO FÍSICA: O ENSINO DO FUTSAL NO ENSINO MÉDIO	146
Higor Matheus Alves Garcia, Josiane Aparecida de Jesus	

VIVÊNCIAS PIBIDIANAS: A GINÁSTICA INFANTIL E SUAS POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS	147
Fernanda Cristiane Müller, Higor Matheus Alves Garcia, Marcos Paulo Mazieiro, Jacqueline Baptista Righi, Elisabeth Baretta	

PREFÁCIO

Coube a mim a honrosa missão de prefaciar a 4ª série do e-book do Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina (Unoesc) intitulado *O processo investigativo e a formação profissional em Educação Física*.

Do latim, prefácio significa dito antes (*fatio prae*). Portanto, vamos à necessária introdução desta importante obra.

Este e-book é resultado do trabalho articulado de um grupo de professores do Curso de Educação Física da Unoesc, que desde 2001 forma profissionais e se preocupa com a discussão aprofundada dos pressupostos dessa formação. Nesse sentido, compila artigos de acadêmicos e docentes do Curso de Educação Física da Unoesc e de autores convidados da Universidade de Passo Fundo.

Os artigos buscam, de forma aprofundada e consistente, discutir os processos investigativos e os princípios da competente formação profissional. Não restam dúvidas de que o papel do professor de Educação Física vai além da pura transmissão de técnicas de atividades desportivas e recreativas. Estamos tratando da atuação de um agente de transformação social, capaz de contribuir significativamente no processo de desenvolvimento dos seres humanos, buscando por meio de projetos educativos a sua formação integral.

Esse é o único caminho para a efetiva melhoria da qualidade de vida e promoção da saúde dos alunos e da sociedade.

Os artigos constantes neste e-book certamente trarão importantes ferramentas científicas de atuação ao profissional de Educação Física, mas, mais do que isso, servirão de inspiração aos que se dedicarem à sua leitura atenta.

Parabéns aos autores e organizadores pela belíssima e consistente obra.

Ótima leitura!

Prof.^a Jéssica Romeiro Mota
Diretora da Agência de Inovação e Relações Institucionais (Agir)
Diretora de Pesquisa, Pós-graduação e Extensão
Unoesc Joaçaba

ARTIGOS

ABRINDO NOVOS CAMINHOS PARA A DANÇA ESCOLAR: PERCEPÇÕES DE ESCOLARES SOBRE A DANÇA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Bárbara Schuermann¹

Elisabeth Baretta²

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física sempre esteve ligada ao movimento e à cultura corporal, contemplando muitos conhecimentos produzidos pela sociedade e usufruídos não somente na escola, mas também fora dela. A expressão de sentimentos, o lazer, a cultura e a comunicação são benefícios que essa área pode trazer. Quando trabalhada nas séries finais do ensino fundamental, a Educação Física possibilita aos alunos uma ampliação da visão a respeito da cultura corporal de movimento, viabilizando, assim, a autonomia para o desenvolvimento de uma prática pessoal em que tenham a capacidade de interferir na comunidade, participando de forma responsável de atividades culturais, como jogos, esportes, lutas, ginásticas e danças (BRASIL, 1998).

Com a formulação dos Parâmetros Curriculares Nacionais, os conteúdos da Educação Física foram divididos em três blocos, visando alcançar os objetivos propostos em cada ciclo de estudo, sendo o primeiro Conhecimento sobre o corpo; o segundo Esportes, jogos, lutas e ginásticas; e o terceiro Atividades rítmicas e expressivas. O bloco de Atividades Rítmicas e Expressivas é representado pelo conteúdo dança, o qual dispõe de subsídios enriquecedores ao processo de formação do aluno (BRASIL, 1998).

A Base Nacional Comum Curricular (BNCC) é um documento norteador da educação no Brasil e é ele que define os aprendizados que os alunos precisam desenvolver na escola. A Educação Física se encontra na área das linguagens e tem como objeto de estudo as práticas corporais que se insere em seis unidades temáticas:

¹ Graduanda em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; barbaraschuermann@hotmail.com

² Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

Brincadeiras e jogos, os esportes, as ginásticas, as danças, lutas e práticas corporais de aventuras. Observa-se que a dança está presente em todas as etapas de ensino que se inicia na educação infantil até o ensino fundamental anos finais e caracteriza-se sendo muito importante para o desenvolvimento de habilidades como experimentar, fluir e recriar (BRASIL, 2018).

O movimento é a base da Educação Física, e a dança consegue desenvolver uma ampla possibilidade de conhecimentos, contribuindo para a valorização da cultura, da estética, da qualidade de vida e, conseqüentemente, da saúde. Contribui para a melhoria da aprendizagem do educando, trabalhando a percepção do próprio corpo, possibilitando a ele ampliar sua capacidade de interação e hoje, considerado muito importante, conhecer e respeitar a diversidade (FURTADO, 2012). Corroborando esse autor, Strazzacappa (2001) cita que a dança, além de educativa e expressiva, possibilita o desenvolvimento motor, a criatividade e a imaginação de crianças e adolescentes. Por meio do movimento corporal o indivíduo consegue se comunicar, aprender, sentir e ser sentido.

Considerando a importância da construção de conhecimentos relacionados a uma melhor qualidade de vida e um estilo de vida ativo, o Conselho Federal de Educação Física (CONFED, 2014) expõe que “pelas funções que exerce na escola a Educação Física assume a responsabilidade de promover atitudes favoráveis para a formação de hábitos saudáveis, com impacto positivo na saúde da população infanto-juvenil”, evidenciando que a dança é uma das principais expressões corporais que favorecem o desenvolvimento harmonizável entre o corpo e a mente, colocando como conteúdo de ensino relacionado à dança:

[...] conhecer o conceito, contexto e origem da dança; conhecer os aspectos culturais atrelados à origem e à permanência das danças folclóricas; vivenciar os movimentos básicos das danças trabalhadas como conteúdo específico; ampliar repertório pessoal de movimentos; experimentar formas variadas de se mover; vivenciar experiências de criação e recriação da dança; reconhecer e inovar movimentos; Conhecer e compreender a dança como manifestação cultural; conhecer e compreender elementos estéticos; identificar e compreender a influência da mídia, ciência e indústria cultural no âmbito da dança; vivenciar processos coreográficos, elaboração e produção; compreender

aspectos relativos a apresentações, festivais e concursos de dança. (CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, 2014, p. 28).

Apesar de ser tão importante aplicar a dança no âmbito escolar, percebe-se que em pleno século XXI existe um preconceito em relação a esse conteúdo nas aulas. A falta de conhecimento, por parte dos que integram o espaço escolar, ainda é um problema. O pensamento equivocado dos professores, gestores e alunos faz com que exista ainda uma barreira, no sentido de imaginar que a dança seja apenas reproduzir repertórios prontos, repetir exaustivamente coreografias feitas para apresentar em atividades, a exemplo das clássicas festas de São João, de Carnaval e de Páscoa (BRASILEIRO; NASCIMENTO FILHO, 2017).

Dessa maneira, precisa-se estudar um método estimulador de práticas criativas que beneficiem a autonomia individual e coletiva. Considerando que não se trata de aulas e músicas livres, mas de propor uma estratégia pedagógica que durante as aulas sejam criadas capacidades imaginativas, criativas, entre outras (KUNZ *et al.*, 2014).

Segundo Costa *et al.* (2004), o papel de uma metodologia relacionada à saúde é preparar as pessoas para seu bem-estar, e isso está ligado a mudanças de atitudes. É nesse processo que a dança na escola pode contribuir na vida de crianças e adolescentes, uma vez que engloba possibilidades no desenvolvimento de um raciocínio mais rápido e lógico, e a energia do movimento, na dança, ajuda para o equilíbrio geral da saúde. Por ser na adolescência que ocorrem mudanças corporais e há maior possibilidade de situações preocupantes encontradas na sociedade, como drogas, criminalidade, gravidez precoce, além de doenças, como depressão e outros males, a dança pode proporcionar benefícios mais significativos nessa fase de vida.

Assim, compreende-se que a dança não se limita apenas a imitar gestos ou se mover de forma diversificada, mas se trata de um conjunto de elementos corporais e emocionais que podem influenciar em diversos campos da vida do aluno em formação.

Compreende-se, então, a importância de o conteúdo dança ser trabalhado nas aulas de Educação Física, pois as crianças necessitam de experiências que possibilitem o aprimoramento de sua criatividade, com atividades que favoreçam a sensação de alegria, por meio da liberdade de movimento, em uma corporeidade plena e consciente. Pois dançar é

a efetivação da corporeidade através de uma experiência transcendente, na qual se vivencia o processo de aprendizagem na educação [...] quando preocupado em deixar fluir nos educandos suas emoções, seus anseios e desejos, por meio dos movimentos que não necessariamente envolvam a técnica. (FERNANDES, 2009).

Desse modo, com este trabalho objetiva-se investigar qual a percepção dos escolares em relação à dança nas aulas de Educação Física no Município de Capinzal, SC.

2 MÉTODO

Os participantes deste estudo foram 277 alunos de ambos os sexos matriculados nas turmas de Ensino Fundamental séries finais do 7º e 8º anos das 4 escolas municipais de Capinzal, Santa Catarina.

Os dados foram coletados pela pesquisadora diretamente nas escolas a qual cada turma frequenta. Os alunos receberam o questionário e as orientações para preenchê-lo. A pesquisadora realizou a leitura do questionário, e os alunos o preencheram durante a aula de Educação Física.

O instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário adaptado de Silva (2016) com 15 questões que buscaram identificar os sujeitos em relação à idade, sexo, turma e escola, e também sendo relacionadas sobre a prática de dança nas aulas de Educação Física e em períodos extraclasse, se os alunos praticam aulas de dança fora da escola, se gostam ou gostariam que a dança fosse trabalhada nas aulas de Educação Física, os benefícios da dança relacionados à qualidade de vida, entre outros.

Quanto às questões éticas, foi encaminhado o pedido de autorização à Secretaria de Educação do Município e solicitada permissão às direções das escolas e professores regentes das aulas de Educação Física das turmas investigadas. Os alunos tiveram a liberdade para participar do estudo.

Foi feita uma análise descritiva dos dados, os quais foram processados e analisados em planilhas do Microsoft Office Excel 2010.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 277 alunos, com média de idade de 13 anos, com idade mínima de 12 e máxima de 16 anos. Dentre os entrevistados 27,5% (n=76) dos alunos são do sexo masculino, e 72,5% (n=201) são do sexo feminino. Em relação às turmas do ensino fundamental anos finais investigadas, 53,7% (n=149) pertenciam ao 7º ano, e 46,3% (n=128) pertenciam ao 8º ano.

Quando questionados se é trabalhada a dança nas aulas de Educação Física 18,7% (n=52) alunos responderam que sim, e 81,3% (n=225) relataram que a dança não é trabalhada nas aulas de Educação Física, o que é considerado um dado importante para as respostas seguintes do questionário aplicado.

Bohm e Toigo (2012), em sua pesquisa, quando perguntaram aos alunos se havia atividades relacionadas à dança na escola, a maioria dos alunos (90,9%) respondeu que não havia nenhuma atividade relacionada à dança nas aulas de Educação Física. Já 3,4% dos alunos afirmaram que a dança é trabalhada, e 5,6% afirmaram ter esse tipo de aula em alguns momentos.

Levando em consideração os dados levantados nas pesquisas, nota-se que a maioria dos alunos relata que a dança não é trabalhada no âmbito escolar, especificamente durante as aulas de Educação Física. Sabe-se que o conteúdo da dança não é nada fácil para a maioria dos professores de Educação Física, por esse motivo muitos deles o deixam de lado justamente por não saberem de que maneira trabalhar essa prática com os alunos. Apesar de ser considerada complexa, não se pode desconsiderar que a dança é fundamental no desenvolvimento dos alunos e, portanto, não pode ser ignorada. Não precisa, necessariamente, ser a dança em si, porém o contato dos alunos com atividades com música já pode ser o primeiro passo para posteriormente aplicar atividades sobre a dança propriamente dita (SILVA; ALVEZ; RIBEIRO, 2010).

Os alunos também responderam se gostam ou não de dançar, assim, um total de 63,5% (n=176) dos alunos afirmaram gostar (151 do sexo feminino e 25 do sexo masculino), e 36,5% (n=101) dos alunos afirmaram não gostar de dançar (50 meninas e 51 meninos). Observa-se que, em relação ao gosto pela dança, o sexo masculino demonstra

uma preferência maior que o sexo masculino, mas 62,5% (n=173) responderam que a dança deve ser ofertada nas aulas de Educação Física como acontece nos demais esportes, e 37,5% (n=104) responderam que ela não deve ser ofertada.

Considerando-se que a música é o principal instrumento para se trabalhar a dança e em muitas atividades, mesmo não a envolvendo como conteúdo, a música pode ser utilizada, os alunos foram questionados se nas aulas de Educação Física eram utilizadas músicas, e 92,5% (n=21) alunos responderam que sim, e 7,5% (n=256) responderam que não é utilizada música nas aulas.

O movimento é a base da dança, assim, o fenômeno corporal que a música traz, por meio do ritmo, poderá se traduzir na expressão corporal de cada aluno, para que seja atingido o objetivo principal que é mover o aluno durante as aulas de maneira mais coordenada. Elementos como melodia, espaço e tempo são essenciais para o aprendizado do aluno em meio à dança na escola como proposta pedagógica. Também é válido e deve-se ressaltar sua importância nas habilidades e capacidades físico-motoras: velocidade, força, equilíbrio, agilidade, resistência, coordenação, ritmo e flexibilidade (VERDERI, 2009).

Em relação à participação de grupo de dança na escola (atividade extraclasse), 100% (n=277) dos alunos afirmaram não participar, assim também foi perguntado se participam de algum grupo de dança fora do ambiente escolar e 94,5% (n=262) afirmaram que não participam, sendo 190 do sexo feminino e 72 do sexo masculino e apenas 5,5% (n=15) alunos afirmaram que participam, sendo 11 do sexo masculino e 7 do sexo masculino.

Na dança não existe certo ou errado, todo movimento é válido, porém a dança está presente muito mais fora do que dentro da escola, ficando restrita a eventos comemorativos como festas juninas e homenagens, usando coreografias já prontas, de forma que não existe a produção de conhecimentos e que nem sempre contribuem com ritmos ou expressões corporais (SILVA; ALVEZ; RIBEIRO, 2010).

Na Tabela 1 apresentam-se as respostas do que levou ou do que pode levar à prática da dança, sendo mais assinalada a alternativa que corresponde por gostar, com um total geral de 49,8%.

Tabela 1 - Valores referentes à pergunta sobre o que levou ou pode levar os alunos a praticar dança

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n	%	n	%	n
Por gostar	40,8	113	9,0	25	49,8	138
Pelo(a) parceiro(a)	3,3	9	1,4	4	4,7	13
Pelos amigos	4,7	13	7,2	20	11,9	33
Por estética	1,8	5	0,4	1	2,2	6
Porque está na moda	0,7	2	0,0	0	0,7	2
Porque gosto de dançar sozinho em casa	15,5	43	2,9	8	18,4	51
Para dançar em festas com os amigos	1,8	5	2,9	8	4,7	13
Outros	4,0	11	3,6	10	7,6	21
Total geral	72,6	201	27,4	76	100,0	277

Fonte: os autores.

De acordo com Ávila (2009), o indivíduo gosta do que se identifica, e o mesmo acontece na dança. O gostar de dançar está em quais estilos de dança as crianças reconhecem, que músicas que elas escutam, de que maneira se identificam com os movimentos. Dessa maneira se percebe que a dança ainda se encontra empobrecida no ambiente escolar.

Quando questionados sobre o que incomoda ou atrapalha o desempenho da participação de um grupo de dança, 44% (n=122) dos alunos responderam ter vergonha, e considerando o número de alunos do sexo masculino na pesquisa, a falta de interesse deles foi um valor que chamou a atenção, sendo de 10,8% (n=30) (Tabela 2).

Tabela 2 - Valores referentes ao que impede, incomoda ou atrapalha a participação em grupos de dança

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n.	%	n.	%	n.
Vergonha	34,7	96	9,4	26	44	122
Falta de interesse	13,7	38	10,8	30	24,5	68
Preconceito	1,8	5	0,7	2	2,5	7
Não sei dançar	10,5	29	3,6	10	14,1	39

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n.	%	n.	%	n.
Falta de tempo	9,7	27	0,7	2	10,5	29
Outros	2,8	6	2,2	4	4,3	10
Total geral	72,6	201	27,4	76	100,0	277

Fonte: os autores.

A Educação Física e a escola têm a responsabilidade de ensinar e agregar conhecimentos criando novas estratégias de atividades que possibilitem uma maior aprendizagem corporal e que, por meio do ensino, o aluno consiga enfrentar desafios propostos por uma cultura imposta no ambiente familiar e até mesmo conceitos vindos de uma sociedade ainda em evolução (SILVA, 2012).

Tabela 3 - Valores referentes à importância da prática da dança nas aulas de Educação Física

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n.	%	n.	%	n.
Não	24,9	69	16,3	45	41,2	114
Sim	47,6	132	11,2	31	58,8	163
Total geral	72,5	201	27,5	76	100,0	277

Fonte: os autores.

Em relação à importância da prática da dança nas aulas de Educação Física, 58,8% (n=163) afirmaram que é importante que seja trabalhada a dança, e 41,2% (n=114) afirmaram que não acham importante (Tabela 3). Os alunos investigados tinham como opção justificar o porquê de achar ou não importante a prática da dança, e obteve-se um total de 179 justificativas, sendo 127 positivas quanto à importância da dança, com 29 respostas de alunos do sexo masculino e 98 respostas do sexo feminino, e 52 justificativas consideradas negativas, com nove respostas de alunos do sexo feminino e 43 de alunos do sexo masculino. Com base nas justificativas positivas dos alunos, considera-se que a dança seria capaz de trazer aulas diferenciadas, agregando com o movimento corporal a interação com os colegas de maneira divertida. Além disso, com base nas justificativas negativas dos alunos, as aulas de Educação Física servem para a prática de esportes, tendo como ênfase a modalidade de futsal.

Segundo Ávila (2009), precisa ser aberto um caminho para a dança escolar de maneira dialética, pois ainda existem categorias impostas pela sociedade e por uma cultura local que muitas vezes impedem o crescimento da dança na escola. Por meio de um trabalho educativo sobre o que é a dança escola, qual é o objetivo de ser trabalhada e acrescentar os seus benefícios, acredita-se que o pensamento equivocado ainda existente possa ser transformado pelos profissionais de Educação Física, levando e criando para seus alunos novos meios de movimentos corporais através da dança.

Em relação a como se sentem quando dançam, observa-se na Tabela 4 que mais de 50% dos investigados se sentem satisfeitos ou muito satisfeitos quando praticam a dança.

Tabela 4 - Valores referentes a como os adolescentes se sentem quando dançam

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n	%	n	%	n
Muito insatisfeito	4,0	11	6,5	18	10,5	29
Insatisfeito	9,7	27	5,5	15	15,2	42
Pouco satisfeito	13,0	36	6,1	17	19,1	53
Satisfeito	24,2	67	6,1	17	30,3	84
Muito satisfeito	21,7	60	3,2	9	24,9	69
Total geral	72,6	201	27,4	76	100,0	277

Fonte: os autores.

Sabe-se que, além dos inúmeros benefícios físicos proporcionados pela dança, há também os benefícios psicológicos aos seus praticantes, os quais auxiliam em muitos aspectos de sua vida e quando trabalhados contribuem para o desenvolvimento integral dos sujeitos. A dança, quando inserida na rotina escolar, pode promover a satisfação por parte do educando, o alívio de tensões internas e externas à escola, trazendo momentos de descontração e euforia entre os alunos, sendo esses momentos primordiais para que o professor perceba e tome conhecimento da situação interna de seus educandos. Além disso, a dança também possui um aspecto terapêutico que ajuda os alunos a extravasarem suas angústias, medos, agressividade e limites, tornando possível, assim, o desenvolvimento de um

melhor relacionamento do aluno consigo mesmo, com os demais colegas e com outros que fazem parte de seu convívio (VARGAS, 2007).

Seguindo essa premissa, a Tabela 5 refere-se à percepção dos escolares sobre as contribuições que a dança pode trazer para suas vidas. Pode-se analisar que em relação às atividades de convívio, os aspectos mais apontados pelos alunos investigados foram que ela contribui pouco (45,1%), assim como pode contribuir muito (44,4%). Com os outros aspectos apontados de que a dança pode ser benéfica, o aumento do bem-estar obteve 63,5%, a imagem corporal 59,9% e o aumento da autoestima 53,1%. Desse modo, para os alunos, independentemente das atividades que cada um pratica, as amizades/convívio podem se manter, ou a dança também pode abrir novos meios de convivência, e mesmo que a maioria não dance na escola ou fora dela, acreditam que a dança contribui de forma benéfica para a saúde, pois eles têm a visão de que ela também é uma atividade física.

Tabela 5 - Valores referentes à percepção dos alunos em relação a contribuições da dança em suas vidas

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n.	%	n.	%	n.
Para o aumento das atividades de convívio						
Muito	36,5	101	7,9	22	44,4	123
Pouco	30,3	84	14,8	41	45,1	125
Nada	5,8	6	4,7	13	10,5	29
Total	72,6	201	27,4	76	100	277
Para o aumento do bem-estar						
Muito	50,5	140	13,0	36	63,5	176
Pouco	20,2	56	10,1	28	30,3	84
Nada	1,8	5	4,3	12	6,1	17
Total	72,6	201	27,4	76	100	277
Para melhoria da imagem corporal						
Muito	48,4	134	11,5	32	59,9	166
Pouco	18,8	52	10,1	28	28,9	80
Nada	5,4	15	5,8	16	11,2	31
Total	72,6	201	27,4	76	100	277

	Feminino		Masculino		Total	
	%	n.	%	n.	%	n.
Para melhoria em relação à autoestima						
Muito	44,4	123	8,7	24	53,1	197
Pouco	21,3	59	12,6	35	33,9	94
Nada	6,9	19	6,1	17	13,0	36
Total	72,6	201	27,4	76	100	277

Fonte: os autores.

Segundo Ferreira *et al.* (2010), a dança pode trazer benefícios específicos no domínio pessoal, com uma melhor percepção de si, maior autoestima e segurança diante das situações do dia a dia, sendo também uma atividade de expressão que consegue de maneira criativa e saudável ser, sentir e agir.

Para finalizar o questionário, os alunos poderiam manifestar sua opinião sobre a dança. Têm-se, por exemplo, as seguintes respostas:

É muito bom dançar, seria legal na Educação Física, pois não deixa de ser um exercício. (Aluno 1).

Eu acho que é importante para a nossa saúde e bem-estar. (Aluno 2).

Deveria ter música durante as demais atividades, nos deixando mais animados. (Aluno 3).

Dançar é ótimo, mas não na aula de Educação Física. (Aluno 4) (informações verbais).

Dentre os 277 alunos participantes desta pesquisa, a maioria citou aspectos positivos em relação à dança nas escolas, principalmente durante as aulas de Educação Física, o que torna este estudo ainda mais relevante.

4 CONCLUSÃO

Diante das respostas, observou-se que a percepção dos alunos em relação à dança nas aulas de Educação Física é positiva, sendo possível analisar que os fatores que impedem a prática da dança entre os sexos são diferentes. Para o sexo masculino,

a falta de interesse se destaca, e para o sexo feminino, a vergonha ganha ênfase, percebendo-se que existem ainda padrões de pensamentos equivocados no que é dançar e qual é o objetivo da sua prática; cada sexo pensa de maneiras diferentes, trazendo consigo culturas e regras muitas vezes estabelecidas pela sociedade. Também se pode relacionar ao gostar de dançar, que acaba influenciando a ideia de aceitar a dança no âmbito escolar ou não. Percebe-se que existem influências de padrões sociais que ainda interferem na prática da dança, contendo nessa pesquisa um número muito pequeno de praticantes da modalidade fora da escola.

Compreende-se que a vergonha, a falta de interesse e o “não sei dançar” pode ser resultado de não ser trabalhada a dança na maioria das escolas, e apesar da falta desse conteúdo nas aulas de Educação Física, os alunos reconhecem os benefícios que a sua prática pode trazer à saúde, o que poderia ser um número bem maior se trabalhado.

Existe, então, a necessidade de se criarem mecanismos eficientes para a dança no ambiente escolar e enfrentar as barreiras existentes, criando meios pedagógicos criativos com consciência e colocando em prática objetivos relacionados ao desenvolvimento das habilidades que precisam ser desenvolvidas nos escolares. Os profissionais de Educação Física precisam compreender a importância e os benefícios que a prática da dança pode oferecer aos alunos, abrindo novos pensamentos e reflexões a esse conteúdo, criando novas oportunidades de desenvolvimento em suas aulas.

Por fim, a dança, quando inserida no ambiente escolar, além de trazer benefícios com aspectos motores, desenvolve também os fatores sociais, podendo gerar nos alunos novos pensamentos e opiniões. Se trabalhada de maneira equivocada e sem objetivos pode impactar em fatores negativos para a sua prática, cabendo ao profissional de Educação Física elaborar e construir atividades que contribuam de maneira positiva para a vida de seus escolares e assim abrindo um novo horizonte de atividade física para suas vidas dentro e fora da escola.

REFERÊNCIAS

ÁVILA, R. Pedagogia Histórico-Crítica e o Ensino da Dança: construindo uma ação pedagógica possível. In: ENCONTRO ESTADUAL DE DIDÁTICA E PRÁTICA DE ENSINO, 3., 2009. **Anais** [...] Goiás: EDIPE, 2009.

BOHM, N. V. da S.; TOIGO, A. M. A dança nas aulas de educação física: A visão de alunos e professores das 5^o e 6^o séries de uma escola municipal de Canoas, RS. **Revista Cippus**, Canoas, v. 1, n. 2, p. 1-12, nov. 2012.

BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum. 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/wp-content/uploads/2018/02/bncc-20dez-site.pdf>. Acesso em: 14 nov. 2018.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação física**. Secretaria de Educação Fundamental. Brasília, DF: MEC/SEF, 1998.

BRASILEIRO, L. T.; NASCIMENTO FILHO, M. J. do. A contribuição de Isabel Marques nas produções sobre “dança” e “ensino de dança” na Educação Física. **Revista Brasileira Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 31, n. 1, p. 223-233, jan. 2017.

CONSELHO FEDERAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA. **Intervenção do Profissional de Educação Física**. 2014. Disponível em: <http://www.confef.com.br>. Acesso em: 4 abr. 2018.

COSTA, A. G. M. *et al.* A dança como meio de conhecimento do corpo para a promoção da saúde dos adolescentes. **Jornal brasileiro de Doenças Sexualmente Transmissíveis**, v. 16, n. 3, p. 43-49, 2004. Disponível em: <http://www.dst.uff.br//revista16-3-2004/5.pdf>. Acesso em: 19 fev. 2018.

FERNANDES, M. de M. Dança escolar: sua contribuição no processo ensino-aprendizagem. **Revista Digital, Buenos Aires**, ano 14, n. 135, 2009.

FERREIRA, S. A.; VILLELA, W. V.; CARVALHO, R. **Dança na Escola: uma contribuição para a promoção de saúde de crianças e adolescentes. Investigação**, v. 10, 2010. Disponível em: <http://publicacoes.unifran.br/index.php/investigacao/article/view/347>. Acesso em: 21 fev. 2018.

FURTADO, M. J. S. S. **A Dança na Escola**. 2012. 93 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal de Brasília, Porto Velho, 2012. Disponível em: http://bdm.unb.br/bitstream/10483/4585/1/2012_MariaJonaciSilvaSousaFurtado.pdf. Acesso em: 22 fev. 2018.

KUNZ, E. *et al.* Processos de criação na dança: Abordagem pedagógica a partir de uma perspectiva histórica e fenomenológica. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, Florianópolis, v. 36, n. 2, p. 167-181, jun. 2014. Disponível em: <http://www.rbce.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/view/2125/1083>. Acesso em: 11 nov. 2018.

SILVA, J. H. R. da. Gênero e Dança na Educação Física escolar. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 17, n. 175, 2012.

SILVA, L. J. B. N. da. **Percepção de Escolares sobre a Dança**. 2016. 16 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física)–Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba, 2016.

SILVA, W. F.; ALVEZ, D. S.; RIBEIRO, G. F. F. A dança nas escolas da rede estadual de ensino fundamental na cidade de Porteirinha/MG: Análise de sua aplicabilidade e metodologia. **Educação Física em Revista**, Porteirinha, v. 4, n. 2, p. 1-22, ago. 2010.

STRAZZACAPPA, M. A educação e a fábrica de corpos: a dança na escola. **Cadernos Cede**, Tupã, v. 21, n. 53, p. 69-83, abr. 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ccedes/v21n53/a05v2153.pdf>. Acesso em: 22 fev. 2018.

VARGAS, L. **Escola em dança**: movimento, expressão e arte. Porto Alegre: Mediação, 2007.

VERDERI, É. **Dança na escola**: uma proposta pedagógica. São Paulo: Phorte, 2009.

CORPOS EM OBRAS: A BUSCA PELA IMAGEM CORPORAL PERFEITA NAS ACADEMIAS

Vanessa Silveira de Lima¹

Andréa Bona²

Ben Hur Soares³

1 INTRODUÇÃO

As relações com a imagem corporal de acordo com Dantas (2005), são atualmente influenciadas por diversos fatores socioculturais, dos quais atingem as mulheres, onde as preocupações e insatisfações com a imagem corporal fazem com que essas procurem exercitar e cuidar do corpo, tendo como principal objetivo, melhorar ou ao menos manter a aparência do corpo. Sant'Anna (2000) afirma que o fato de olhar no espelho e se avaliar como ser humano modificável não se torna nada fácil para quem quer conhecer a si mesmo, e admitir que com o tempo o corpo acabe sofrendo modificações consideráveis que atingem tanto as formas físicas como a mente, dessa maneira podendo reconhecer sua verdadeira identidade, imagem está representada no espelho, mas muitas vezes escondida para seu inconsciente.

São diversos fatores que podem influenciar a formação da imagem corporal, dentre eles, o sexo, idade, redes sociais, bem como as ações em relação a execução de movimentos realizados pelo corpo. Segundo Dantas (2005), provavelmente o meio social influencia sobre a imagem que o indivíduo tem de si mesmo sobre seu corpo, como por exemplo, os corpos sarados ou corpos definidos, vistos como perfeitos ou ideais pela maioria das pessoas. Dessa forma, a imagem corporal faz parte de uma peça importante do complexo de identidade pessoal, que está relacionado a identidade de uma pessoa, com suas medidas específicas do seu corpo (COSIO; ROMERO; ROSSI, 2008).

¹ Graduanda em Educação Física pela Universidade de Passo Fundo; nessasaude@hotmail.com

² Mestre em Educação pela Universidade de Passo Fundo; Professora na Universidade de Passo Fundo; andrea@upf.br

³ Mestre em Envelhecimento Humano pela Universidade do Contestado; Professor na Universidade de Passo Fundo; benhur@upf.br

Para Novaes (2001), as redes sociais, o grande desenvolvimento tecnológico, utilizam imagens belas, de corpos esculturais, aparentemente perfeitos e saudáveis, sem doenças e enfermidades, dando a entender que o desenvolvimento muscular e a beleza que são os caminhos para uma vida saudável, deixando de lado, o real objetivo dos exercícios físicos, bem como suas funções em relação à saúde.

Pelos variados benefícios trazidos pelos exercícios, Novaes (2001) frisa que as atividades aeróbicas, juntamente com a autoestima e continuidade da prática, fazem com que exista o equilíbrio referente às funções orgânicas, tônus musculares melhorados, estética corporal mantida, e por consequência, a satisfação com o corpo. Muitas mulheres ao se avaliarem como corpo, ser e ambiente, estão intimamente ligadas em sentir suas emoções e necessidades pelos desejos pela maioria da sociedade. Esta relação implica que estão frequentemente descobrindo seu corpo.

Exercícios aeróbicos quando praticados regularmente nas academias, com orientação de profissionais de Educação Física, proporcionam a conquista da satisfação corporal, além é claro dos benefícios à saúde. Samulski (2002) considera que além dos vários benefícios para a saúde das pessoas, as atividades aeróbicas, por exemplo, trazem um excelente bem-estar psicológico, sobretudo devido aos seus efeitos positivos em relação ao humor, estresse e autoconceito. Quevedo (2006) acrescenta que a prática frequente das atividades aeróbicas permite que as pessoas vivam de maneira mais saudável, além de reduzir o percentual de gordura e fortalecer os músculos, aumenta a energia e disposição para enfrentar o dia a dia, diminuição de dores físicas, combate o estresse, elevação da autoestima, dentre outros.

Segundo Dantas (2005), a prática das atividades aeróbicas é executada na maioria dos casos nas academias, onde se busca uma melhora significativa da imagem corporal. Algumas pesquisas realizadas com mulheres que praticam exercícios físicos, resultaram em insatisfação com a imagem corporal, mesmo com a prática. Vieira *et al.* (2005) concluem que a preocupação maior está relacionada em reduzir gordura e medidas corporais, a fim de harmonizar as linhas do corpo idealizado. Dessa forma, algumas pesquisas tentam provar que a prática de atividades físicas está intimamente ligada a melhora da imagem corporal o que se confronta a estudos que mostram a insatisfação constante de mulheres que buscam um ideal estético que imaginam nunca alcançar (VIEIRA *et al.*, 2005).

Existem na literatura inúmeras formas para avaliação da imagem corporal. O *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, utilizado nesse estudo, foi criado por Cooper *et al.* em 1987, sendo traduzido para o português por Cordás, Castilho em 1994, e serve para medir o nível de distorção da imagem corporal (BOSI *et al.*, 2006).

Os estudos relacionados a imagem corporal constituem objeto de investigação dentro das Ciências Humanas e Sociais, que inclui a estética da existência (característica da Grécia antiga de corpo musculoso e forte), e vem permanecendo nos dias atuais, com a preocupação das formas corporais vistas como ideais pela sociedade (NOVAES, 2001; DANTAS, 2005).

Sobretudo na revisão de literatura, temos como exemplo a mulher nos primórdios, onde era desejada pelo corpo mesmo roliço, onde a gordura acumulava principalmente nos quadris, coxas, barriga e mamas. Nesse período quando havia carência alimentar, a mulher que tinha excesso de peso era símbolo de mulher forte, podendo aguentar muito tempo com muita energia (BOSI *et al.*, 2006).

No século XX a mulher vem representada por uma silhueta marcante, caracterizada como “mulher-flor”, onde utilizava-se o espartilho para apertar e moldar a cintura, sendo que 42 cm era o ideal, pois assim aparentemente aumentava os seios e glúteos (SILVA; CARAMASCHI, 2018). Na década de 1960 a busca era por um corpo magro, com formas definidas, sendo esse um objeto de consumo que cresce a cada dia. A busca pelo corpo perfeito leva a insatisfação das pessoas, estando esse associado ao poder, beleza e status social (BOSI *et al.*, 2006). A partir de 1980, a mulher foi marcada por uma supermulher que cuida muito da aparência, com estatura alta, seios fartos, pernas alongadas, abdômen definido e corpo bronzeado, considerada assim o ideal: a mulher musculosa que desfila pelas academias para se manter num corpo de atleta (SILVA; CARAMASCHI, 2018).

As relações com a imagem corporal, atualmente levam em consideração fatores socioculturais, e estão mais ligadas às mulheres, onde a insatisfação é maior, e, por isso as levam a exercitar-se e cuidar do corpo, onde o objetivo principal é manter ou melhorar a aparência corporal (DANTAS, 2005).

A formação da imagem corporal envolve um relacionamento do indivíduo com seu próprio corpo. São necessárias experiências afirmativas e gratificantes na relação com o corpo para se desenvolver uma imagem corporal aceitável (FERNANDES, 2007).

De acordo com Costa *et al.* (2007), um dos principais fatores causais de alterações da percepção da imagem corporal é a determinação, pela mídia e pela sociedade, de um padrão corporal considerado o ideal, ao qual associam o sucesso e a felicidade. Quando a percepção corporal não corresponde a indicadores objetivos está ocorrendo um desvio da imagem corporal (AMUDE *et al.*, 2004).

Supostamente, a imagem corporal que uma pessoa tem sobre si está ligada a influência do meio social, relacionada ainda a fatores onde formas corporais são estabelecidas, como exemplo, corpos sarados, definidos, ditados como ideais pela sociedade (DANTAS, 2005).

Segundo Zilio (2005), “o conceito de imagem corporal, não é algo restrito, material, isolado do contexto global do meio ambiente e sim a imagem que o indivíduo tem de si mesmo, como um ente físico.”

Para Slade (1988 apud BOSI *et al.*, 2006), o termo imagem corporal está diretamente relacionado a algo que se tem na mente, sejam tamanho, formas do corpo, imagem, inclusive expressam sentimentos relacionados a essas partes. Becker Júnior (1999 apud SAIDEL, 2008) afirma a ideia que “a imagem corporal pode ser definida como uma representação interna, mental, ou auto esquema da aparência de uma pessoa.”

Pode-se dizer que a imagem corporal é uma construção de várias dimensões, que representam a aparência física e a estrutura corporal sobre nós e os outros (DAMACENO *et al.*, 2005 apud COSIO; ROMERO; ROSSI, 2008).

Em pesquisa realizada entre mulheres depressivas (n=22) e não depressivas (n=20) com idades entre 21 e 60 anos para verificar a insatisfação com a imagem corporal, por meio do questionário BSQ, foi identificado que a maioria das pacientes com depressão apresentaram distorção intensa da imagem corporal, e no grupo das não depressivas a maioria demonstrou ausência de distorção, observando-se dessa forma, que as mulheres que possuem depressão estão insatisfeitas com a própria imagem corporal (SILVA; CARAMASCHI, 2018).

Outra pesquisa que também utilizou o questionário BSQ, foi realizada com dois grupos de indivíduos obesos do sexo masculino, com índice de massa corporal (IMC) igual a 30 Kg/m², sendo um grupo de 25 indivíduos obesos ativos, que praticavam atividades aeróbicas na academia, com no mínimo seis meses de prática e com frequência de 3 a 5 vezes na semana, já outro grupo de 25 indivíduos obesos, contudo

sem prática de exercícios físicos, ou seja, sedentários. Os resultados declaram que os indivíduos obesos sedentários estão mais insatisfeitos com a imagem corporal do que os indivíduos obesos ativos (VIEIRA *et al.*, 2005).

Nos municípios de Pimenta Buena e Cacoal, estudou-se por meio do BSQ, 114 mulheres com relação a imagem corporal, sendo dessas, 57 praticantes de atividades nas academias, e 57 não praticantes. Os resultados demonstram que o grupo das pessoas que praticavam atividades nas academias, apesar de estarem satisfeitas com sua imagem corporal, estão próximas a insatisfação leve, e o grupo das não praticantes, resultou estarem satisfeitas com a sua imagem corporal (VIDIGAL, 2008).

Nessa mesma linha de pesquisas, utilizando o BSQ, outra pesquisa realizada pelos estudantes de Nutrição da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) para avaliar a auto percepção da imagem corporal, teve como conclusão que a maioria dos estudantes tem imagem corporal distorcida, sendo o impacto desse resultado relevante para a área da saúde (BOSI *et al.*, 2006).

Comparando esses estudos com a literatura, em uma pesquisa realizada com um grupo de 30 mulheres idosas ativas e 30 sedentárias, com idade entre 60 a 80 anos, utilizou-se o instrumento de coleta de dados o inventário de Probst, Vandereycken, Coppennolle e Vanderlinden (1995), traduzido por Becker Júnior (2007), chamado de Teste de Atitude com seu Corpo (TAC), que avalia o grau de insatisfação corporal. Os resultados indicaram que as mulheres ativas estão mais satisfeitas com sua imagem corporal em relação às sedentárias. Conforme o autor, é evidente que a atividade física influencia muito na autopercepção corporal do idoso, trazendo, contudo, várias transformações positivas, melhorando assim a autoestima e logicamente sua imagem corporal (SEIDEL, 2008).

Na cidade de São Paulo, SP, foi realizada uma pesquisa na mesma linha sobre imagem corporal, a fim de avaliar a percepção da imagem corporal de indivíduos com idade de 18 a 78 anos, de ambos os sexos e frequentadores de uma academia. Como resultados, por meio de um instrumento para avaliar a percepção da imagem corporal denominada *Silhouette Matching Tash* (STM) ou Teste de Avaliação da Imagem Corporal, criado por Mach e Roche em 1996, que somente 27,3% da amostra estavam insatisfeitos com sua imagem corporal, sendo, 9,6% do sexo feminino e 13,7% do

sexo masculino, indicando uma insatisfação pela maioria com relação a sua imagem corporal (COSIO; ROMERO; ROSSI, 2008).

Na revisão de literatura efetuada, não foram encontrados estudos direcionados especialmente a temática da imagem corporal de mulheres praticantes de exercícios aeróbicos em academia de ginástica com a utilização do instrumento de pesquisa *Body Shape Questionnaire*. Mesmo assim, o confronto do tema foi possível, pois os estudos pesquisados mostravam a relação com indivíduos ativos, praticantes de atividades físicas, possibilitando a comparação e análise entre os referidos estudos.

Academia mais precisamente, significa um lugar onde se pratica atividades físicas. Uma academia pode conter várias formas para se praticar exercícios, dentre eles, aparelhos de musculação, pesos, halteres, esteiras, bicicletas, dentre outros. Atualmente, as academias estão cada vez mais completas, possuindo variedade grande em aparelhos aeróbicos, principalmente a fim de manter o bom nível cardiovascular, quando se trata em perda de peso ou gordura.

Geralmente as academias possuem normas de comportamento, assim como o ambiente, sendo em geral com música alta, espaço reduzido de trânsito e divisão de aparelhos em ilhas. Normalmente, menores de idade somente podem frequentar com autorização dos pais ou responsáveis, por razões de segurança.

As academias atendem os mais variados públicos, de adolescentes aos idosos, da estética a gestante, da hipertrofia a reabilitação, da performance ao lazer, do fitness ao *welness*. As mais diferentes formas e possibilidades para atender e acolher clientes, evitando os jargões onde não se malha pois não tem tempo. Ou seja, as academias são espaços abertos para todos, seja em horários ou possibilidades de ofertas de atividades.

As academias costumam funcionar com horários variados em todos os dias da semana, de horários comerciais a 24 horas de funcionamento. Contudo, existem horários diferenciados para quem tem atendimento personalizado.

Nesse contexto, o objetivo do estudo foi identificar o grau de satisfação das mulheres que praticam atividades aeróbicas com relação a sua imagem corporal.

2 MATERIAL E MÉTODO

O presente estudo tem caráter descritivo, quantitativo e investigativo, pelo qual foi pesquisado por meio de uma classificação, obtida pelo questionário *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, o nível de satisfação com a imagem corporal das mulheres.

A população do estudo foi composta por 30 mulheres, com idade entre 18 e 50 anos, praticantes de exercícios aeróbicos de duas a cinco vezes por semana há mais de um ano na cidade de Carazinho, RS.

A presente pesquisa utilizou como instrumento o questionário *Body Shape Questionnaire (BSQ)*, criado por Cooper *et al.*, em 1987 e traduzido para o português por Cordás, Castilho em 1994. Esse questionário mede o nível preocupação com a forma do corpo, auto depreciação devida à aparência física e a sensação de estar gorda. Distingue aspectos específicos da imagem corporal, tais como, a insatisfação ou desvalorização da forma física (BOSI *et al.*, 2006).

O questionário é composto de 34 questões com seis opções de resposta em escala *likert*: nunca (1 ponto), raramente (2 pontos), às vezes (3 pontos), frequentemente (4 pontos), muito frequentemente (5 pontos) e sempre (6 pontos).

As opções de resposta de cada questionário ao serem somadas, resultam em um total de pontos, que é classificado dentro dos seguintes níveis de satisfação com a imagem corporal:

- a. menor ou igual a 80 pontos: ausência de distorção da imagem corporal.
- b. entre 81 pontos e 110: leve distorção da imagem corporal.
- c. entre 111 pontos e 140: moderada distorção da imagem corporal.
- d. acima de 141 pontos: grave distorção da imagem corporal.

O resultado da soma de todos os pontos foi dividido pelo número de questionários respondidos, para descobrir a média geral e classificá-la dentro dos níveis de distorção da imagem corporal.

Os dados do presente estudo foram analisados de acordo com a estatística descritiva por meio do Excel 2016 for Windows 10.

3 RESULTADOS

O estudo reflete pontuações acima da média e representa uma avaliação pessoal individual em relação às expectativas estéticas de cada um. As preocupações e as insatisfações com a imagem corporal levam o indivíduo a exercitar-se por meio de exercícios físicos para melhorar ou manter a aparência corporal.

Tabela 1 – Análise da pontuação geral obtida no *BSQ* aplicado a mulheres que praticam exercícios aeróbicos em academia de ginástica, Carazinho, RS, 2018

Pontuação mínima	Pontuação média	Pontuação máxima
89 pontos	126,9 pontos	187 pontos

Fonte: os autores.

Aliado a fatores como a autoestima e pelo prazer da prática, os exercícios aeróbicos possibilitam a melhora do equilíbrio e suas funções orgânicas, melhora do tônus muscular e evidentemente a satisfação com a imagem corporal se torna mais visível, obtendo bem-estar psicológico, em razão de seus efeitos positivos sobre o estresse, o humor e o autoconceito.

Tabela 2 – Classificação dos níveis de distorção da imagem corporal de mulheres praticantes de exercícios aeróbicos, segundo o *BSQ*, Carazinho, RS, 2018.

Classificação dos níveis de satisfação com a imagem corporal	Nº de Indivíduos	%
Ausência de distorção da imagem corporal - menor ou igual 70 pontos	00	0%
Leve distorção da imagem corporal - entre 70 pontos e 90 pontos	00	0%
Moderada distorção da imagem corporal - entre 91 pontos e 110 pontos	09	30%
Grave distorção da imagem corporal - acima de 110 pontos	21	70%
Total	30	100%

Fonte: os autores.

Podemos observar de acordo com a Tabela 02, que de acordo com os critérios avaliativos aplicados em nosso estudo, todas as mulheres apresentam algum grau de distorção da imagem corporal. O grau de distorção classificou-se, em sua maior parte, em grau grave. Nesse, enquadram-se 21 dos 30 indivíduos entrevistados, o que representa 70% da nossa amostra de estudo. O restante dos entrevistados apresenta distorção da imagem corporal em grau moderado.

O estudo evidenciou a grande dificuldade de aceitação estética e muitas vezes a representação de um ideal utópico das mulheres sendo que este não condiz com sua imagem real, onde poderão permanecer eternamente insatisfeitas com a sua imagem corporal, presas a um padrão estético que imaginam nunca alcançar. Pode-se supor que, mesmo não estando plenamente satisfeitas com a imagem corporal, a busca pelos referidos objetivos prossegue, e que supostamente elas estão melhorando seu físico, por que continuam praticando os exercícios aeróbicos em academias de ginástica.

4 CONCLUSÃO

Evidenciou-se que grande parte das mulheres estão insatisfeitas com a sua imagem corporal. Em geral, esta distorção pode chegar a quase 90% em alguns grupos estudados. De acordo com a análise de dados apresentada por meio dos questionários realizados em Carazinho, RS, o grau de insatisfação leve é de nulo, ou seja, fator preocupante diante de um público consciente e ativo. Outro dado encontrado neste estudo é que 30% das mulheres entrevistadas possuem uma distorção moderada, porém um fator ainda mais crítico e alarmante é o grau de distorção grave, aonde chegou a 70% das participantes desta pesquisa.

Ressalta-se ainda, que mesmo com uma amostra limitada fazendo parte deste estudo, chama-se a atenção o resultado exposto, porém, novos estudos com uma amostra mais representativa, bem como a alternância de público, possam ser relevantes para o tema proposto.

Concluimos que esta insatisfação estimula as mulheres a realizarem atividade física regularmente, especialmente para atingir seus objetivos estéticos que são principalmente a redução de percentual de gordura e medidas corporais.

A preocupação feminina com a imagem corporal e a busca pelo ideal é um desejo peculiar e que envolve uma série de fatores, dentre eles, os desejos pessoais de cada indivíduo, a comunidade em que ele vive, seu estado psicológico, a idade, entre outros. Apesar disso, observa-se uma grande tendência das mulheres na busca por atingir seus ideais e uma crescente insatisfação com a própria imagem.

REFERÊNCIAS

AMUDE, A. M. *et al.* Imagem corporal em indivíduos que foram submetidos à cirurgia bariátrica. **Arquivos da Associação Paranaense para o desenvolvimento do ensino da ciência**, Maringá, Supl. 8, maio 2004.

BECKER JÚNIOR, B.; GONÇALVES, C. J. dos S. **Fronteiras em Ciências da Atividade Física e do Esporte**. Porto Alegre: Nova Prova, 2006.

BOSI, M. L. M. *et al.* Autopercepção da imagem corporal entre estudantes de nutrição: um estudo no município do Rio de Janeiro. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 55, n. 2, p. 108-113, 2006.

CORDÁS, T. A.; NEVES, J. E. P. das. Escalas de avaliação de transtornos alimentares. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 26, p. 41-48, 1999.

COSIO, R. B. Z.; ROMEIRO, A. de T.; ROSSI, L. Avaliação da percepção da imagem corporal em uma academia do município de São Paulo. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 13, n. 123, ago. 2008.

COSTA, S. P. V. da *et al.* Da imagem corporal e transtornos alimentares em atletas e praticantes de atividade física. **EFDeportes.com**, Buenos Aires, ano 12, n. 114, nov. 2007. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd114/transtornos-alimentares-em-atletas.htm>. Acesso em: 25 jun. 2018.

DANTAS, E. H. M. **Pensando o Corpo e o Movimento**. Rio de Janeiro: Shape Ed., 2005.

NOVAES, J. da S. Estética: **O corpo na academia**. Rio de Janeiro: Shape, 2001.

PROBST, M. *et al.* The Body Attitude Test for patients with an eating disorder: Psychometric characteristics of a new questionnaire. *Eating Disorders*, 1995.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do Esporte**. São Paulo: Manole, 2002.

SANT'ANNA, D. B. de. Descobrir o corpo: uma história sem fim. **Revista Produção do Corpo**, Porto Alegre: Faculdade de Educação, v. 25, n. 2, jul./dez. 2000.

SEIDEL, D. C. Uma comparação sobre a autopercepção corporal de idosas praticantes de atividade física e sedentárias. **Revista Digital**, Buenos Aires, ano 13, n. 120. 2008. Disponível em: <http://www.efdesportes.com/efd120/autopercepcao-corporal-de-idosas.htm>. Acesso em: 8 jun. 2018.

SILVA, G. L. de; CARAMASCHI, S. **Insatisfação com a Imagem Corporal em Mulheres com Depressão**. UNESP/ Bauru. Disponível em: <http://www.unisalesiano.edu.br/encontro2007/trabalho/aceitos/CC12021519813.pdf>. Acesso em: 29 maio 2018.

TORRES-QUEVEDO, A. **Fitness**. São Paulo: Marco Zero, 2006.

VIDIGAL, A. **A imagem corporal**. Faculdade de Educação e Meio Ambiente. 9 jul. 2008. Disponível em: <http://ucha.blogia.com/2008/070903-a-imagem-corporal.php>. Acesso em: 31 maio 2018.

VIEIRA, F. R. *et al.* Efeitos das Atividades Físicas em Academias na Imagem Corporal dos Obesos. **Fitness & Performance Journal**, v. 4, n. 1, p. 19-26, 2005. Disponível em: <http://www.fpjjournal.org.br/doi/doi403pt.htm>. Acesso em: 31 maio 2018.

ZANETTE, E. T. Ginástica de Academia. **Cadernos Universitários**, 292. Canoas: Ed. Ulbra, 2005.

ZÍLIO, A. **Treinamento Físico**: Terminologias. 2. ed. Canoas: Ed. Ulbra, 2005.

GRAU DE FUNCIONALIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES IDOSAS RESIDENTES EM MONTAURI, RS

Gilmarice De Marco¹
Andréa Bona²
Ben Hur Soares³
Adriano Pasqualotti⁴

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento humano é um fator normal e irreversível, onde todos os seres acabam passando por ele. Nos seres humanos ele se encerra com o falecimento, mas a perspectiva do envelhecimento, pode ser mais lenta ou mais acelerada, dependendo do estilo e hábitos de vida que as pessoas adotam ao longo de suas vidas.

A expectativa de vida do brasileiro está cada vez maior segundo os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), pois quase que dobrou nos últimos 50 anos. Uma população que tinha em 1960 uma expectativa de vida em torno de 40 anos, em 2003 subiu para 70 anos e para 2050 a probabilidade é que a expectativa de vida passe para 80 anos de idade, tendo como principais fatores o progresso das tecnologias e as descobertas feitas na medicina. Outro fator é a queda da taxa de fecundidade, e o maior índice de idosos ser de mulheres, com 56,0% (IBGE, 2018).

Prioritariamente é necessário que o indivíduo conheça seu corpo e saiba como se encontra a própria saúde, podendo assim provocar as mudanças necessárias. Para Guiselini (1996), as pessoas que tem seu corpo como um desconhecido, conseqüentemente deparam-se com as doenças hipocinéticas como obesidade, dores na coluna, enfraquecimento e lesão muscular, diabetes e infarto do miocárdio entre outras, provenientes do pouco movimento ou do sedentarismo.

¹ Graduanda em Educação Física pela Universidade de Passo Fundo; 147327@upf.br

² Mestre em Educação pela Universidade de Passo Fundo; Professora na Universidade de Passo Fundo; andrea@upf.br

³ Mestre em Envelhecimento Humano pela Universidade do Contestado; Professor na Universidade de Passo Fundo; benhur@upf.br

⁴ Doutor em Informática na Educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul; Professor na Universidade de Passo Fundo; pasqualotti@upf.br

O envelhecimento é um processo que vai acontecendo ao longo do tempo, as diferentes células que compõem o organismo humano vão envelhecendo, algumas se renovam, outras diminuem em números, outras se tornam menos efetivas, e outras não se renovam, como é o caso dos neurônios (WIBELINGER, 2016).

Neste ciclo da velhice, espontaneamente ocorre o processo de diminuição das funções corporais, principalmente começam a ocorrer problemas físicos, porém os mesmos podem ser diminuídos com programas de exercícios físicos regulares, exercícios de memória, boa alimentação, bons hábitos, participação em grupos e cuidados especiais conforme doenças adquiridas (ZIMMERMAN, 2000).

A manutenção de hábitos saudáveis e vida ativa desde jovens, refletirá na velhice bem-sucedida, ativa e com qualidade. Já é um processo natural ultrapassar os 60 anos com perda de fatores como força muscular, do equilíbrio, da flexibilidade, da agilidade e até mesmo não ter mais a facilidade de fazer as atividades diárias. Porém, chegar na velhice com capacidades físicas boas e com uma vida de qualidade, não significa que a partir deste momento deve-se começar uma vida sedentária e comer tudo que desejar sem culpa, muito pelo contrário, se planejar uma vida inteira e chegar na velhice com qualidade de vida, com bom condicionamento, saudável e bem-sucedida, deve-se continuar para mantê-la (STEINER, 2014).

Diante de um cenário globalizado, pessoas mais antigas que não tinham um tempo determinado para realizar exercícios físicos, estão recebendo informações, por prevenção ou até mesmo por tratamento, que precisam levar uma vida com bons hábitos, se almejam uma qualidade de vida. Muitos já vêm de uma vida mais ativa, pois antigamente não havia elevador, e não havia tantos maquinários, os mesmos tinham que trabalhar braçalmente, eles mantinham-se mais ativos sem a realização de exercícios físicos sistematizados. Porém agora com esse novo mundo para os mesmos estarem bem fisicamente, ter autonomia, independência e qualidade de vida, para pelo menos realizar as atividades diárias necessitam realizar exercícios físicos regularmente.

A procura pela prática de exercícios físicos por parte dos idosos é cada vez maior, principalmente em questão de autonomia e independência que os mesmos precisam ter para realizar suas atividades diárias sem dificuldade. Muitos procuram um programa de exercício físico regular para prevenir possíveis problemas de saúde ou até mesmo para corrigir os já existentes, relacionados com postura, colesterol e

inúmeros outros que são frequentes nesse público, porém diminuídos com a prática regular de exercícios físicos, ressaltando que o essencial no envelhecimento é manter as funções do organismo em pleno estado e ser capaz de realizar as tarefas do dia a dia, para assim conservando a autonomia e a independência.

Segundo Wibeling (2016), as alterações fisiológicas podem ser minimizadas com um estilo de vida saudável e principalmente com a prática de atividade física regular. Para Nahas (apud MATSUDO, 1999), o exercício físico é uma forma específica de atividade física sistemática, planejada, que tem por objetivo desenvolver a aptidão física, reabilitar funções orgânicas, desenvolver habilidades motoras ou promover um gasto energético extra para o controle do peso corporal.

O exercício físico é um tipo de atividade física, determinado como um movimento corporal planejado, estruturado e repetitivo, realizado com a finalidade de melhorar ou conservar um ou mais elementos da aptidão física (AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE, 2007).

O exercício físico regular é algo básico que precisa acontecer para poder prevenir e tratar doenças crônicas, como as cardíacas, acidentes vasculares cerebrais, diabetes e câncer de mama e de colo do útero, pois essas matam muito rápido e são responsáveis por 71% dos óbitos no mundo todo entre pessoas de 30 a 70 anos (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2018).

São diversos os exercícios que são indicados para a população idosa, porém deve ser realizado sempre com o acompanhamento de um profissional competente. Com as atividades certas, eles conquistam mais qualidade de vida e bem-estar, sem risco de agravar o caso (SOARES, 2016). Os exercícios mais indicados são os exercícios de força muscular, os exercícios aeróbios, exercícios funcionais, de flexibilidade, de equilíbrio, pilates, yoga, hidroginástica e a caminhada, pois não é preciso ter habilidades específicas. Antes de mais nada o importante é que o idoso abandone o sedentarismo e se exercite, procurando uma atividade que satisfaça suas necessidades e que lhe traga prazer (WIBELINGER, 2016).

Dentre os benefícios destaca-se a melhora cardiovascular, com isso melhorando a circulação periférica, postural, coordenação motora, equilíbrio, fortalecimento da musculatura, articulações, a flexibilidade, tudo isso que previne as temidas quedas e fraturas dos idosos, os quais são os principais acidentes que

ocorrem com eles, bem como a redução das tensões e ansiedade, mais autoconfiança, e até cura depressão (CORAZZA, 2001).

Possui ainda a capacidade de reduzir e/ou eliminar o consumo de medicamentos (NIEMAN, 1999), pois caso contrário, a inatividade causa um custo financeiro enorme no mundo, estima-se em US\$ 54 bilhões em assistência médica e outros US\$ 14 bilhões são conferidos a pessoas com perda de produtividade (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2018).

Dessa maneira, o presente estudo teve como objetivo, diagnosticar grau de funcionalidade e de qualidade de vida em mulheres idosas que participam uma vez por semana de ginástica, em um grupo de convivência de Montauri, RS.

2 METODOLOGIA

Este estudo se caracteriza por ser de natureza quantitativa, descritiva exploratória. O mesmo foi realizado em um grupo de convivência para idosos “Esperança de Viver” localizado no centro de convivência e lazer no município de Montauri, RS.

A população do estudo foi constituída por mulheres idosas residentes na cidade e a amostra composta por 20 indivíduos. Os sujeitos para serem incluídos na pesquisa, tinham que ter uma idade igual ou superior que 60 anos de idade, ser do sexo feminino, estar matriculados e ser frequentadores das atividades específicas para idosos oferecidas pelo professor responsável pelo centro, uma vez por semana. Foi seguido como critérios de exclusão, para sujeitos que apresentavam alguma restrição médica a exercícios intensos e/de flexibilidade, apresentavam alguma fratura ou patologia no músculo esquelético ou articulação, e para sujeitos com problemas no entendimento, diagnosticados ou apontados por pessoa competente na área e registrado no arquivo do centro de convivência. Os participantes assinaram um termo de compromisso livre e esclarecido, onde diz nele que os mesmos poderiam desistir da pesquisa a qualquer momento.

Para coleta de dados foi utilizado questionários semiestruturados desenvolvidos pela Organização Mundial da Saúde (2004), contendo questões relativas a problemática do estudo.

Para avaliar a funcionalidade das idosas participantes do grupo investigado foi utilizado o Protocolo dos Testes de Aptidão Física Funcional da Bateria de Testes de Rikli e Jones (1999). Após obtido os valores foi feita a descrição dos dados, que foram submetidos a estatística descritiva e para tal, os mesmos foram tabulados e calculados via programa Excel 2016 for Windows 10.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados dos testes aplicados no grupo de convivência de Montauri, RS, seguindo o protocolo de Rikli e Jones (1999), foram conferidos aos valores normativos seguidos ao mesmo protocolo. Para verificação de dados, foram separadas as idades, sendo categorizados em quatro grupos: de 60 a 64 anos, 65 a 69 anos, 70 a 74 anos e por fim de 80 a 84 anos, e dentro destas idades foram feitas quatro variáveis, para assim conseguir verificar os dados. Estas variáveis vão de “muito fraco”, para quem se distanciou muito dos valores normativos, “fraco”; para quem não conseguiu atingir os valores normativos, “bom” para os índices que estão dentro dos valores normativos e “muito bom” para quem fez mais pontuação que os valores normativos.

Tabela 1 - Demonstrativo dos percentuais categorizados por idade e qualificação, frente ao Teste de Força de membros inferiores proposto por Rikli e Jones

Força Membros Inferiores	60-64	65-69	70-74	80-84
Muito fraco	0%	0%	0%	0%
Fraco	0%	0%	0%	0%
Bom	43%	50%	50%	0%
Muito bom	57%	50%	50%	100%

Fonte: os autores.

As mulheres de 60 a 64 anos de idade, comparado aos valores normativos tiveram um bom desempenho no teste de força dos membros inferiores, sendo que 43% teve uma estimativa boa e 57% muito bom, para as idades de 60 a 69 e 70 a 74 anos, obteve valores iguais, sendo que 50% tiveram resultado bom e 50% teve

resultado muito bom. Para as mulheres de 80 a 84 anos 100% teve como resultado muito bom.

Tabela 2 – Demonstrativo dos percentuais categorizados por idade e qualificação, frente ao Teste de Força de membros superiores proposto por Rikli e Jones

Força Membros Superiores	60-64	65-69	70-74	80-84
Muito fraco	0%	0%	0%	0%
Fraco	0%	0%	0%	0%
Bom	57%	100%	83%	0%
Muito bom	43%	0%	17%	100%

Fonte: os autores.

Na Tabela 2, representando a força dos membros superiores, para o grupo entre 60 a 64 anos, verificou-se 43% muito bom, para as idades de 65 a 69 anos, conferiu-se 100% para o quesito bom. Nas idades de 70 a 74 anos 17% obteve desempenho muito bom, e de 80 a 84% observou-se 100% como desempenho muito bom, indicativos similares os dados da Tabela 01.

Em relação às forças, tanto de membros superiores como de membros inferiores verificou-se valores parecidos, ficando dentro dos parâmetros aceitáveis pelo protocolo do teste. No estudo de Cunha e Gress (2012), que tinha o mesmo objetivo e frequência do presente estudo, esta valência foi classificada igualmente como bom e muito bom.

Ao comparar as valências de força e agilidade, verificadas entre as mulheres, as mesmas apresentaram desigualdades entre si, vindo ao encontro ao estudo idealizado por Japiassu (2007), que retrata que as mesmas valências são desiguais, apontando que a capacidade de agilidade apresentou classificações predominantes na categoria muito fraco, assemelhando-se ao presente estudo. Por outro lado, a valência de força constituiu-se nas classificações boas e muito boas em ambas as pesquisas.

Na pesquisa de Zago e Gobbi (2003), desenvolvida com idosas praticantes de atividade física regular e com média de idade de 64 anos, a força teve um resultado muito bom.

Tabela 3 – Demonstrativo dos percentuais categorizados por idade e qualificação, frente ao Teste de Flexibilidade de membros inferiores proposto por Rikli e Jones

Flexibilidade Membros Inferiores	60-64	65-69	70-74	80-84
Muito fraco	0%	0%	0%	0%
Fraco	0%	0%	0%	0%
Bom	100%	83%	83%	0%
Muito bom	0%	17%	17%	100%

Fonte: os autores.

Com relação à flexibilidade dos membros inferiores (Tabela 03), nas idades de 60 a 64 anos, verificou-se 100% como desempenho bom. Já nas idades de 65 a 69 e 70 a 74 anos, observou-se um desempenho bom (83%) e muito bom (17%). Nas idades de 80 a 84 anos, 100% se saíram muito bem no teste.

Tabela 4 – Demonstrativo dos percentuais categorizados por idade e qualificação, frente ao Teste de Flexibilidade de membros superiores proposto por Rikli e Jones

Flexibilidade Membros Superiores	60-64	65-69	70-74	80-84
Muito fraco	0%	0%	0%	0%
Fraco	0%	0%	0%	0%
Bom	0%	50%	0%	0%
Muito bom	100%	50%	100%	100%

Fonte: os autores.

No teste de flexibilidade de membros superiores, o grupo de 60 a 64 anos, 70 a 74 e 80 a 84 anos, pontuaram 100% para desempenho muito bom e das idades de 65 a 69 anos, 50% foi bom e os outros 50% foram muito bons.

Os dados apresentados na Tabela 4 se assemelham ao estudo de Guimarães e Navarro (2010), onde foi observado o nível de aptidão física em mulheres que começaram a realizar ginástica para 3ª idade, e após 7 meses, os achados apresentaram semelhança, pois em ambos melhorou a flexibilidade dos membros superiores. Os autores afirmam que a prática de exercícios que estimulem alongamento e flexibilidade, deve ser mantida a níveis bons e estimular a sua melhora, reafirmado também por Rebelatto *et al.* (2006).

Cunha e Gress (2012), após oito meses de atividade, não encontraram parâmetros tais quais apontados em nossa pesquisa. Fato que pode estar atrelado ao tipo de exercício ou atividades cotidianas realizadas fora do grupo de convivência.

Tabela 5 - Demonstrativo dos percentuais categorizados por idade e qualificação, frente ao Teste de Agilidade e Equilíbrio Dinâmico proposto por Rikli e Jones

Agilidade e equilíbrio dinâmico	60-64	65-69	70-74	80-84
Muito fraco	14%	33%	33%	100%
Fraco	0%	17%	17%	0%
Bom	86%	50%	50%	0%
Muito bom	0%	0%	0%	0%

Fonte: os autores.

Para os testes de agilidade e equilíbrio dinâmico dos idosos (Tabela 5), as idades de 60 a 64 anos foram classificadas como bons (86%). Para as idades de 65 a 69 e 70 a 74 anos, foram identificados valores iguais, com ênfase em 50% como bom, e para a idade de 80 a 84 anos, 100% foram categorizadas como muito fraco, apresentando heterogeneidade dentro dos grupos.

Segundo Rebelatto e Castro (2007), as quedas e conseqüentemente as lesões advindas, estão diretamente ligadas a falta de equilíbrio estático. Fato que pode ser ainda confirmado por Guimarães e Navarro (2010), que após 8 meses com frequência de 2 vezes por semana de atividade física, para idosos, os resultados são semelhantes, aos parâmetros encontrados.

Tabela 6 - Demonstrativo dos percentuais categorizados por idade e qualificação, frente ao Teste de Resistência aeróbia proposto por Rikli e Jones

Resistência aeróbia	60-64	65-69	70-74	80-84
Muito fraco	0%	17%	33%	0%
Fraco	0%	0%	17%	0%
Bom	86%	83%	17%	100%
Muito bom	14%	0%	33%	0%

Fonte: os autores.

Para o teste de resistência aeróbica (Tabela 6) verificou-se que as idades de 60 a 64 anos (86%) e 65 a 69 anos (83%), ambas foram classificadas como bom. Para as idades de 70 a 74 anos, 17% pontuaram como bom e 33% como muito bom. Nas idades de 80 a 84, 100% teve bom desempenho, apresentando discrepância dentro dos grupos.

Estes escores, podem não ter relações direta com a prática de exercícios propostos, pois, para promover aprimoramentos nesta capacidade recomenda-se atividade física no mínimo 5 vezes na semana com uma intensidade moderada, de no mínimo 30 minutos em cada sessão (NELSON *et al.*, 2007). O presente grupo realiza atividade física uma vez na semana, durante 60 minutos, volume considerado baixo para a manutenção da resistência aeróbica.

Após a aplicação dos protocolos, foi possível elaborar um perfil da amostra estudada, onde demonstram o alto índice de sociabilização deste gênero, bem como a preocupação destas com sua saúde e bem-estar, bem como relatado no estudo de Mezari *et al.* (2012).

Por se tratar de um grupo de convivência, o perfil etário é igual ou superior a 60 anos, onde identificamos senhoras de 60 a 81 anos de idade, e que 65% destas estão na faixa que corresponde de 60 a 69 anos de idade, e 30% na faixa de 70 a 80 anos e apenas 5% acima dos 80 anos. Estes indicadores vão de encontro com os dados da Fundação de Economia e Estatística do Rio Grande do Sul (2016), onde apresenta que idosas do Rio Grande do Sul com faixa etária de 60 a 69 anos, correspondem a 53,8% das idosas, seguidas com 30,1% de idosas com 70 a 79 anos e apenas 16,1% com mais de 80 anos.

A Tabela 7 demonstra que os maiores percentuais encontrados na amostra investigada, caracterizam-se como acima do peso, tendo um agravante na faixa de 60 a 64 anos com indicativos de 86%, seguido do grupo de 65 a 69 anos, que se classificaram em 83%, e teve ainda 31% classificado como sobrepeso, fato que pode estar atrelado a redução das atividades com o processo de envelhecimento, bem como o baixo número de sessões de atividade físicas orientadas as quais participam.

Tabela 7 - Demonstrativo por faixa etária de classificação do peso, obesidade média e desvio padrão do IMC dos indivíduos avaliados

	60-64	65-69	70-74	80-84
Peso normal	14%	--	17%	100%
Acima do peso	86%	83%	50%	--
Sobrepeso	--	31%	33%	--
Média IMC	26,8	27,7	29,2	24,0
Desvio Padrão	±1,5	±2,1	±3,3	0

Fonte: os autores.

De forma geral, os dados coletados são preocupantes, pois o índice de sobrepeso superou o peso normal em 70% e 10% ficou com o índice de sobrepeso, ficando somente 20% com o peso ideal. Para tal, na literatura, o processo de envelhecimento tende a aumentar a massa corporal e devido aos processos fisiológicos inerentes ao idoso, mostrando que realizar atividade física é importante na manutenção de valores adequados seguindo a classificação proposta por Rikli e Jones (1999) (GUIMARÃES; NAVARRO, 2010).

O grupo investigado conta com uma porcentagem de 85% de mulheres casadas, sendo que 5% das mulheres praticantes do grupo são divorciadas e somente 10% são viúvas, uma porcentagem pequena relacionada a faixa etária do grupo estudado. O elevado número de idosos casados, tem uma relação direta com a idade, pois conforme sobe a faixa etária, aumenta a viuvez, demonstrando relação com os dados de Campos *et al.* (2016).

No que diz respeito à ocupação, encontramos 89% caracterizados como aposentados e donas de casa, e 11% afirmaram ser apenas aposentadas e não efetuam outra atividade laboral, fora as atividades propostas pelo grupo. Os dados do IBGE de 2011, afirmam que 37,6% são responsáveis pelo domicílio até os 69 anos de idade, verificando-se a relação aos dados da pesquisa do IBGE.

No momento que as pessoas passam os 60 anos, é quase inevitável uma pessoa não ter ou apresentar qualquer dificuldade para realização de exercícios físicos prescritos e planejados (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2006). Porém na amostra, é possível perceber que 50% não apresenta dificuldade em ficar em pé por longos períodos na sua prática de exercícios, fato que pode estar relacionado a outra atividade

não investigada nesta pesquisa, ou ainda por 89% permanecerem ativas como donas de casa. Apenas 5% apresentaram dificuldades leves, 30% tinham dificuldades moderadas para conseguirem ficar em pé por todo período, porém com dor, e 15% com muita dificuldade de ficar em pé por muito tempo.

Frente a dificuldade que as participantes tiveram em levantar-se da posição sentada durante a prática dos exercícios, 65 % responderam que não ter nenhuma dificuldade, sendo que 5% há uma dificuldade leve, 20% moderada e 10 % grave em levantar-se nas dinâmicas.

Na idade da velhice, os indivíduos já não conseguem movimentar-se como gostariam, e também na hora que levantam, os joelhos já não ajudam como deveriam, necessitando de um suporte para poder levantar sem ter uma queda (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2006).

Quando questionadas sobre as dificuldades de levantar peso ou objeto, durante a prática das atividades físicas propostas no grupo, 45 % responderam que não tem nenhuma dificuldade 15% pouca dificuldade, 25% moderada e 15% grave, ou seja, quase não conseguem fazer o exercício, mas apesar destas, todos realizam os exercícios dentro de sua capacidade.

Sob o aspecto de dificuldade de movimentar-se com agilidade durante a prática de exercícios no grupo, 50% das investigadas responderam não ter nenhuma dificuldade, 5% leve e 45% moderada, demonstrando que a metade desse grupo tem um bom desempenho.

Com relação a dificuldade que a amostra teve em se manter em atividade, somente 5% respondeu que tem dificuldade grave, pois 20% não tem dificuldade, 5% moderada e 70% não ter nenhuma dificuldade em permanecer nos exercícios propostos. Sua prática regular e correta melhora seu estado físico (DANTAS, 2003).

Frente a frequência que os participantes mantiveram atividades anaeróbicas, 70% respondeu que mantinham em frequência leve, 10% moderada, 15% alta e 5% não mantiveram os exercícios anaeróbicos. Já as atividades aeróbicas, 70% mantém uma intensidade leve, 15% moderada, 15% em frequência alta, respeitando seu limite e com nenhuma evasão da atividade.

Recomenda-se que na terceira idade realize-se os exercícios com uma intensidade baixa, dentro do possível com o mínimo impacto sobre as articulações que

sejam de fácil aprendizado e em condições específicas da pessoa e não exagerada (LIOI, 2016).

Em relação a fazer novas amizades após o começo das atividades 100% relataram não ter dificuldade alguma para relacionar-se com novas amizades, bem como em manter este convívio. Tessari (2006), ressalta que “o lazer e o bem-estar são fundamentais para todos, principalmente no caso do idoso, pois, ajuda a elevar sua autoestima e fazer com que se sinta integrado”. Por isso, a atividade física também vem para suprir esses déficits, pois ela auxilia na reintegração desses idosos com sociedade, assim melhorando o seu bem-estar geral (MAZO *et al.*, 2004) e para Santana (2011), melhora ainda os aspectos sociais.

Manter se ativo, mesmo que uma vez por semana, bem como realizar atividades diversas em casa, já é um bom começo, a expectativa de vida melhora muito, diminuindo em 40% o risco de morte por doenças cardiovasculares. O exercício associado a uma dieta adequada, é capaz de reduzir em 58% o risco de progressão do diabetes mellitus tipo II, demonstrando que uma pequena mudança no comportamento pode provocar grande melhora na saúde e qualidade de vida (BRASIL, 2006).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível observar que a cultura vem mudando e que mais mulheres idosas estão se engajando em atividades físicas específicas para a terceira idade, independente de seus parâmetros corporais, físicos ou estéticos.

As atividades ofertadas em apenas uma vez por semana para este grupo, retratou que a amostra apresenta índices considerados bons para a faixa etária nos quesitos de força para membros superiores e inferiores, bem como para a flexibilidade.

Já a agilidade, o equilíbrio dinâmico e a resistência aeróbica, não alcançaram os melhores resultados, desta forma, podemos sugerir que para esta capacidade, seja necessária uma maior frequência semanal para atingir melhores parâmetros.

A prática de exercícios físicos planejados e estruturados é essencial para que os idosos tenham sua expectativa de vida ampliada e com isso que possam viver bem sem nenhum problema que impeça a realização de suas atividades diárias, que

como vimos em dados extraídos do grupo investigado, muitos idosos são donos de suas casas com autoridade maior até quase os 70 anos, demonstrando sua autonomia e funcionalidade.

Concluímos, verificando que as intensidades dos exercícios realizados pelas idosas são adequados ao seu ritmo e no seu limite.

Foi possível observar nas mulheres incluídas na pesquisa, que o exercício físico melhora a qualidade de vida, assim como o desempenho nas atividades diárias, sociais, no bem-estar físico e relações interpessoais. E mesmo ocorrendo uma vez por semana, fez a manutenção da funcionalidade física em parte, podendo desta forma servir de alavanca para uma vida mais ativa e de melhor qualidade.

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. **Diretrizes do ACSM para o teste de esforço e sua prescrição**. 7. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. (Cadernos de Atenção Básica, n. 19) (Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em: http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_saude_pessoa_idosa.pdf. Acesso em: 18 set. 2018.

CAMPOS, A. C. V. et al. Healthy aging profile in octogenarians in Brazil. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v. 24, p. e2724, 2016.

CORAZZA, M. A. **Terceira idade e Atividade Física**. São Paulo: Phorte Editora, 2001.

CUNHA, R. L.; GRESS, F. A. G. Resultados dos níveis de capacidades físicas de idosas praticantes de um programa de exercícios físicos com frequência de 1 vez por semana. **Rev. Acta Brasileira do Movimento Humano**, v. 2, n. 3, p. 14-31, jul./set. 2012.

DANTAS, E. M. **Exercício, Maturidade e qualidade de vida**. 2. ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

FUNDAÇÃO DE ECONOMIA E ESTATÍSTICA DO RIO GRANDE DO SUL. **Estimativas Populacionais (Revisão 2015)**. 2016. Disponível em: <https://www.fee.rs.gov.br/indicadores/populacao/estimativas-populacionais/>. Acesso em: 26 out. 2018.

GUIMARÃES, M. H.; NAVARRO, A.C. Influência da atividade física na aptidão física das alunas de ginástica para a terceira idade na regional boa vista da secretaria municipal de esporte e lazer de Curitiba. **Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício**, São Paulo, v. 4, n. 22, p. 324-336, jul./ago. 2010.

GUISELINI, M. **Qualidade de vida**: um programa prático para um corpo saudável. São Paulo: Gente, 1996.

IBGE. Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. **Agência IBGE notícias**, 2018. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017.html>. Acesso em: 1 set. 2018.

IBGE. **Sinopse do Censo Demográfico**. Rio de Janeiro: IBGE, 2011. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 18 set. 2016.

IBGE. **Síntese de indicadores sociais**: Uma análise das condições de vida da população brasileira. Rio de Janeiro: IBGE, 2013. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br>. Acesso em: 18 set. 2018.

JAPIASSU, T. A. **Nível de atividade física e aptidão funcional de idosos**. 2007. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, out. 2007.

LEMOS NETO, L. F. A.; GUIMARÃES, F. R. Atividade física e incidência de quedas em idosos: **Revista Saúde e Desenvolvimento**, ano 1, n. 2, jul./dez. 2012.

LIQI, L. Exercícios aeróbicos para a terceira idade. **Innatia**, 2016. Disponível em: <http://br.innatia.com/c-exercicios-fisicos-pt/a-exercicios-aerobicos-para-a-terceira-idade-5410.html>. Acesso em: 15 nov. 2018.

MATSUDO, V. K. R. Vida ativa para o novo milênio. **Revista Oxidologia**, p. 18-24, set./out. 1999.

MAZO, G. Z. et al. Valores normativos da aptidão física para idosas brasileiras de 60 a 69 anos de idade. **Rev Bras Med Esporte**, v. 21, n. 4, jul./ago. 2015.

MEZARI, C. M. et al. Estudo da funcionalidade e da prevalência de quedas em idosos da cidade de Veranópolis - RS: uma proposta para promoção da saúde. **Revista Brasileira de ciência do Envelhecimento Humano**, Passo Fundo, v. 9, n. 1, p. 129-142, 2012. Disponível em: <http://www.upf.br/seer/index.php/rbceh/article/viewFile/1546/pdf>. Acesso em: 14 out. 2018.

NELSON, M. E. et al. Atividade física e saúde pública em idosos: recomendação do Colégio Americano de Medicina Esportiva e a American Heart Association. **Remédio & Ciência em esportes e exercícios**, v. 39, n. 8, 1435-1445, ago. 2007.

NIEMAN, D. C. **Exercício e saúde**: como se prevenir de doenças usando o exercício como seu medicamento. Tradução: Marcos Ikeda. São Paulo: Manole, 1999.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **Physical Status**: O Uso e Interpretação da Antropometria. Série de Relatórios Técnicos da OMS 854. Genebra: OMS, 1995.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **Publicações da OMS**. 2006. Disponível em <http://www.who.int/eportuguese/publications/pt/>. Acesso em: 15 out. 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. **OMS lança plano de ação global sobre atividade física para reduzir comportamento sedentário e promover a saúde**. 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5692:oms-lanca-plano-de-acao-global-sobre-atividade-fisica-para-reduzir-comportamento-sedentario-e-promover-a-saude&Itemid=839. Acesso em: 2 set. 2018.

REBELATTO, J. R.; CASTRO, A.P. Efeito do Programa de Revitalização de Adultos sobre a Ocorrência de Quedas dos Participantes. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 11, n. 5, p. 383-389, 2007.

REBELATTO, J. R. et al. Influência de um Programa de Atividade Física de Longa Duração Sobre a Força Muscular Manual e a Flexibilidade Corporal de Mulheres Idosas. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 10, n. 1, p. 127-132, 2006.

RIKLI, R. E.; JONES, C. J. Development and Validation of a Functional Fitness Test for Community-Residing Older Adults. **Journal of Aging and Physical Activity**, Champaign, v. 7, n. 2, p. 129-181, 1999.

SAFONS, M. P.; PEREIRA, M. M. **Princípios metodológicos da atividade física para idosos**. Brasília: CREF/DF – FEF/UnB/GEPAFI, 2007. Disponível em: http://www.mp.go.gov.br/porta/web/hp/2/docs/saude13-atividade_fisica_para_idosos.pdf. Acesso em: 12 nov. 2018.

SANTANA, S. M. Dimensão psicossocial da atividade física na velhice. **Fractal**: Revista de Psicologia, Rio de Janeiro, v. 23, n. 2, p. 337-352, maio/ago. 2011.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – WHO. **Manual for WHO Disability Assessment Schedule. Measuring Health and Disability.** WHODAS 2.0, Malta, 2010. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43974/1/9789241547598_eng.pdf. Acesso em: 15 ago. 2018.

PERCEÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA DE ÁGUA DOCE SOBRE A INCLUSÃO DO ALUNO COM DEFICIÊNCIA

Diogo Signori Colombo¹

Marly Baretta²

1 INTRODUÇÃO

As pessoas com deficiência possuem impedimentos físicos, mentais, intelectuais ou sensoriais, os quais dificultam sua participação plena e efetiva na sociedade. Com o Decreto nº 3.298/99, essas pessoas conquistaram uma série de direitos e deveres por meio da Política Nacional para a Integração da Pessoa Portadora de Deficiência (BRASIL, 1999). Nessa política, constam diversas orientações normativas que asseguram o pleno exercício dos direitos dos deficientes no campo da saúde, educação, habitação, reabilitação, trabalho, cultura, turismo, lazer e acessibilidade.

Tendo em vista seus direitos no que tange à educação, pensar na educação inclusiva é pensar na educação para todos, em que a estrutura e o espaço para os alunos e suas diversidades sejam adequados. No entanto, é imprescindível que a postura, a mentalidade e as atitudes da sociedade, dos dirigentes e dos educadores sejam transformadas e, conseqüentemente, aprenda-se a conviver com as diferenças.

A educação inclusiva, de acordo com Fiorini e Manzini (2014), é aquela que não contempla somente o aluno com deficiência, mas também crianças com dificuldades permanentes e temporárias, alunos repetentes, que sofrem ou já sofreram exploração sexual, violação física ou emocional, crianças que moram na rua, vivem em extrema condição de pobreza, são desnutridas e possuem altas

¹ Graduando em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; diogocolombo82@hotmail.com

² Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; marly.baretta@unoesc.edu.br

habilidades (superdotadas). Dentro do ambiente escolar, a inclusão é direcionada a crianças que são excluídas por cor, religião, peso, altura, aparência, modo de falar, vestir ou pensar. Tudo isso colabora para que o direito de aprender e de crescer do aluno não aconteça. Nesse sentido, no processo de inclusão na escola, a Educação Física surge, para o aluno com deficiência, como uma forma de melhoria da sua qualidade de vida, proporcionando prazer ao oferecer uma prática que não desconsidera sua deficiência e seus limites, mas que evidencia sua eficiência e suas possibilidades.

Esta pesquisa pretende contribuir na consolidação de uma política de educação inclusiva na escola no processo de inclusão de alunos com deficiência nas aulas de Educação Física e investigar a percepção dos professores dessa disciplina, que atuam nas escolas públicas do município de Água Doce, em relação à inclusão.

2 REVISÃO DE LITERATURA

A Educação Especial, no Brasil, teve seu marco no ano de 1988 com a promulgação da Constituição Federal, pois foi por meio dela que diversos grupos sociais garantiram seus direitos no que tange à educação. No seu Art. 205, ressalta-se que a educação é direito de todos e dever do Estado e da família, deve ser promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, com o objetivo do pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho. Foi por meio da Constituição que o atendimento educacional especializado na rede regular de ensino foi descrito como dever do Estado (BRASIL, 1988).

Em 1996, a Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional nº 9.394 (BRASIL, 1996) definiu a educação especial e assegurou o atendimento aos alunos com necessidades especiais, estabelecendo critérios de caracterização das instituições privadas sem fins lucrativos, especializadas e com atuação exclusiva em educação especial para fins de apoio técnico e financeiro pelo poder público.

A resolução CNE/CEB (Conselho Nacional de Educação/Câmara de Educação Básica), nº 2, de 11 de setembro de 2001, ressalta, em seus Arts. 1 e 2:

Art. 1º A presente Resolução institui as Diretrizes Nacionais para a educação de alunos que apresentem necessidades educacionais especiais, na Educação Básica, em todas as suas etapas e modalidades. Parágrafo único. O atendimento escolar desses alunos terá início na educação infantil, nas creches e pré-escolas, assegurando-lhes os serviços de educação especial sempre que se evidencie, mediante avaliação e interação com a família e a comunidade, a necessidade de atendimento educacional especializado.

Art 2º Os sistemas de ensino devem matricular todos os alunos, cabendo às escolas organizar-se para o atendimento aos educandos com necessidades educacionais especiais, assegurando as condições necessárias para uma educação de qualidade para todos. (BRASIL, 2001a, p. 1).

Essa legislação, que ampara os alunos com deficiência, fornecendo-lhes o direito de se matricularem em escolas de ensino regular e receberem atendimento educacional de todos os profissionais que atuam com as suas respectivas turmas, trouxe uma nova situação para a educação, fato que passou a ser um desafio e um problema a ser superado. Tal desafio, segundo Chicon (2008), está relacionado à busca dos meios utilizados para educar todos os indivíduos sem distinção. Com relação ao problema, o autor destaca que ele está relacionado à falta de informação, à falta de estrutura adequada e aos profissionais despreparados que se veem nas aulas diante de alunos com características diferenciadas, os quais necessitam de um novo olhar e de um preparo específico para atendê-los.

Para Costa (2010), que investigou a inclusão escolar na Educação Física e as reflexões acerca da formação docente, a dificuldade da inclusão está relacionada às condições de trabalho às quais os professores estão expostos (salas de aulas lotadas, recursos materiais limitados, baixo *status* profissional, valorização e remuneração). Também há a dificuldade que esses profissionais possuem em aceitar mudanças, em respeitar o estranho, em compreender o diferente, o deficiente; inclusive, quando eles estão excluídos das atividades físicas esportivas.

Em um estudo desenvolvido por Gorgatti *et al.* (2004), sobre as atitudes dos professores de Educação Física do ensino regular com relação a alunos deficientes, os autores concluíram que muitos professores, apesar da obrigação de incluir esses alunos nas aulas regulares, não se sentem preparados e não gostam de lidar com eles. Outro fator importante apontado foram as condições de trabalho que não são ideais para receber essa população especial, prejudicando a eficiência dos professores na hora de trabalhar com os alunos.

No que tange à capacitação dos professores, foi no ano de 1994 que a Portaria nº 1.793/94 recomendou a inclusão de conteúdos relativos aos aspectos éticos, políticos e educacionais da normalização e integração da pessoa portadora de necessidades especiais nos currículos de formação de docentes (BRASIL, 1994).

No ano de 2001, o Parecer nº 9 do CNE/CP (Conselho Nacional de Educação/ Conselho Pleno), institui as diretrizes curriculares nacionais para a formação de professores da educação básica em nível superior e estabeleceu que a educação básica deve ser inclusiva, para atender a uma política de integração dos estudantes com necessidades educacionais especiais nas classes comuns dos sistemas de ensino. "Isso exige que a formação dos professores das diferentes etapas da educação básica inclua conhecimentos relativos à educação desses alunos." (BRASIL, 2001b, p. 26).

Segundo Chicon (2008), estudos indicam que os profissionais de educação estão despreparados e desinformados com relação ao atendimento dos alunos com deficiência que frequentam as classes regulares. No entanto, dentro da escola, a inclusão desses alunos deve estar relacionada a aspectos pautados nas atitudes e nos procedimentos utilizados. As atitudes estão relacionadas ao preparo do profissional no que tange à aceitação e à promoção da diversidade humana. No que se referem aos procedimentos, eles são os meios para atingir os objetivos, a escolha da metodologia de ensino e dos aspectos didáticos a serem utilizados no decorrer das aulas.

Analisando os cursos de formação docente, Costa (2010) destaca que existe uma escassez de conteúdos, de disciplinas, assim como habilitações que contribuam para a formação dos professores. No entanto, quando os professores saem da

graduação e iniciam a prática no ensino regular, encontram o processo de inclusão escolar como uma realidade a ser vivenciada.

Segundo Rufino *et al.* (2016), em uma pesquisa acerca de estratégias de ensino e recursos pedagógicos nas aulas de Educação Física, identificou-se que as principais dificuldades relatadas pelos professores no trabalho com alunos com deficiência são a infraestrutura inadequada, a ausência de materiais e o despreparo dos profissionais. Na perspectiva dos alunos, as dificuldades encontradas relacionam-se à didática utilizada pelo professor, aos recursos pedagógicos que nem sempre estão disponíveis e, por fim, aos relacionamentos interpessoais entre os colegas.

Conforme Strapasson e Carniel (2007), a Educação Física na escola possui como objetivo proporcionar o desenvolvimento cognitivo e físico do aluno a partir de vivências corporais, por meio do jogo, da dança, das lutas e dos esportes. Para os alunos com deficiência, as adaptações são importantes a fim de que todos participem com as mesmas oportunidades de movimento, respeitando as limitações.

Sendo assim, incluir na Educação Física não é somente adaptar a disciplina para que o aluno com deficiência possa participar da aula, mas, sim, adotar uma perspectiva educacional com objetivos, conteúdos e métodos que valorizem a diversidade humana e que estejam comprometidos com a construção de uma sociedade inclusiva (CHICON, 2008). Tendo em vista a presença de alunos na mesma turma com e sem deficiência nas classes do ensino regular, este estudo visa contribuir para o entendimento do processo de inclusão nas escolas.

3 MÉTODO

Esta pesquisa se caracteriza quanto a sua abordagem como quali quantitativa, sendo sua natureza aplicada e de objetivo exploratório. Com relação aos seus procedimentos, ela se caracteriza como pesquisa de campo.

A pesquisa teve, como população-alvo, nove professores de Educação Física que ministram aulas nas três escolas públicas do município de Água Doce, SC e que possuem alunos com deficiência em suas turmas. Todos os profissionais que atuam nas escolas responderam ao questionário.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário desenvolvido pelos pesquisadores, com treze perguntas, sendo abertas e fechadas. Cada profissional o recebeu impresso, devendo ser respondido individualmente. As questões investigaram aspectos relacionados à inclusão dos alunos com deficiência. Abordaram as atividades utilizadas pelos profissionais de Educação Física, os resultados positivos e negativos obtidos e como as aulas podem contribuir para integrar e inserir socialmente os alunos com deficiência no contexto escolar.

Para a coleta de dados, inicialmente, foi solicitada, na Gered (Gerência de Educação), uma autorização para que os professores da rede estadual participassem da pesquisa. O mesmo foi realizado com a Secretaria de Educação do município no que tange aos professores da rede municipal. Em um segundo momento, a autorização foi solicitada à direção das escolas em que os professores de Educação Física ministram aulas. Por fim, uma conversa individual foi realizada com cada um dos profissionais de Educação Física para explanar o tema e os objetivos da pesquisa e ter a aceitação para participar. Os profissionais que aceitaram participar receberam o questionário para expor suas percepções.

Os dados foram tratados utilizando-se estatística descritiva analítica, sendo os resultados apresentados em gráfico e tabelas de frequência relativa e absoluta. As tabulações e análise dos dados foram realizados no programa *Microsoft Office Excel 2010*.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram, deste estudo, nove professores de Educação Física que atuam em três escolas públicas do município de Água Doce. Dentre os investigados, seis (66,7%) são do sexo masculino e três (33,3%) do sexo feminino. Os professores possuem idades de 25 a 53 anos. Com relação ao tempo em que atuam na área de Educação Física, o mínimo relatado foi de 3 anos e o máximo de 30 anos. Todos os professores possuem alunos com alguma deficiência nas turmas com as quais trabalham.

Gráfico 1 – Deficiências relatadas pelos professores de Educação Física nas turmas nas quais ministram aula (Água Doce, 2018)



Fonte: os autores.

Conforme o Gráfico 1, dentre as deficiências mais frequentes citadas pelos professores nas escolas, têm-se quatro (22%) casos de alunos com autismo e três alunos (17%) que apresentam deficiência mental.

Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, no Brasil, aproximadamente 24% da população possui algum tipo de deficiência seja ela visual (18,6%), auditiva (5,1%), seja motora (7%) ou intelectual (1,4%). Estima-se, ainda, que 8,3% da população brasileira apresenta, ao menos, um tipo de deficiência severa (IBGE, 2010). Dentro desse número total de pessoas com deficiência, existem crianças e jovens, os quais possuem o direito de frequentar a escola no ensino regular.

Na visão de Castro *et al.* (2018), a escolarização de crianças e jovens com necessidades educacionais especiais no ensino regular é essencial. Reconhece-se que, com o passar do tempo, esse público-alvo conquistou mais facilidade de acesso à escola, fato que se tornou um momento único na história brasileira.

Tabela 1 – Participação dos alunos com deficiência no decorrer das aulas de Educação Física (Água Doce, 2018)

Participação dos alunos nas aulas de Educação Física	n	%
Sim	6	66,7
Não		
Às vezes	3	33,3
Total	9	100

Fonte: os autores.

Segundo a Tabela 1, seis (66,7%) professores informaram que os alunos participam das aulas. Três (33,3%) deles relataram que somente às vezes os alunos com deficiência participam de suas aulas, dependendo da atividade desenvolvida.

Com as respostas obtidas por meio do questionário, percebe-se que a maior parte dos professores consegue trabalhar com os alunos com deficiência em Educação Física. Analisando esses dados, no que concerne a Zulian e Freitas (2001), a partir do momento que a escola comum assume uma educação inclusiva e integradora, ela precisa, antes de tudo, adequar seu currículo, seus programas, seus conteúdos, ou seja, estruturar uma proposta político-pedagógica que venha a atender as reais necessidades de cada indivíduo.

Tabela 2 – Preparação e formação dos professores de Educação Física (Água Doce, 2018)

Variáveis	n	%
Preparação e conhecimento para atender os alunos com deficiência		
Sim	3	33,3
Não	6	66,7
Total	9	100
Possui capacitação		
Sim	3	33,3
Não	3	33,3
Pretendo fazer	3	33,3
Total	9	100

Fonte: os autores.

Conforme a Tabela 2, seis (66,7%) professores destacam que não se sentem preparados para trabalhar nas turmas com alunos com deficiência. Com relação à capacitação, os quais os professores poderiam assinalar somente uma resposta, três (33,3%) dos professores relatam ter participado de algum curso, três (33,3%) destacam que não possuem cursos e três (33,3%) demonstram interesse em participar, em breve, de alguma capacitação relativa ao tema.

Percebe-se que a maioria dos professores não se sente preparada para atuar nas turmas com alunos com deficiência, o que pode ter relação direta com o fato da maioria deles não possuir capacitação relacionada ao tema, embora alguns professores relataram que pretendem fazer cursos e se capacitar para isso. Tendo em vista o aumento da demanda relacionada às deficiências, existem, no mercado, diversos cursos e capacitações para professores. A Secretaria de Educação do município de Água Doce contribui com algumas despesas para que o professor, que atua na rede municipal, realize esses cursos. No entanto, a inclusão está presente nas escolas há muito tempo: a maioria dos professores da rede municipal já deveriam estar capacitados para atender a esse público alvo.

Conforme Zulian e Freitas (2001), é essencial que os professores se capacitem e, principalmente, aceitem a inclusão, pois somente assim a sala de aula se tornará um ambiente propício à construção do conhecimento, tanto do aluno com necessidades especiais como dos demais. Para Mendes (2010), existem problemas como a falta de acesso na educação especial brasileira, mas também falta uma educação apropriada aos alunos especiais, com profissionais capacitados e recursos adequados.

Tabela 3 - Aulas de Educação Física e a inclusão do aluno com deficiência (Água Doce, 2018)

Variáveis	n	%
Tipos de atividade utilizada		
Atividades adaptadas		
Atividades inclusivas	9	100
Total	9	100

Variáveis	n	%
Alunos com deficiência na classe regular é um dificultador nas aulas		
Sim	1	11,1
Não	8	88,9
Total	9	100
Dificuldade com relação aos métodos utilizados		
Sim	1	11,1
Não	8	88,9
Total	9	100
Dificuldade com carência de materiais e espaço físico		
Sim	3	33,3
Não	6	66,7
Total	9	100

Fonte: os autores.

Com relação à Tabela 3, dentre as atividades utilizadas pelos professores, todos eles destacaram que utilizam as inclusivas, e todos os alunos participam das mesmas atividades realizadas. No que diz respeito ao fato dos alunos com deficiência serem considerados um dificultador no processo de ensino dos demais alunos do ensino regular, oito (88,9%) professores destacam que isso não é uma dificuldade para o desenvolvimento de suas aulas.

Ao fazer uma análise da educação inclusiva, Briant e Oliver (2012) relatam que uma classe heterogênea, que possui crianças com e sem deficiências, pode ser vista como um estímulo. Os autores instigam os professores a adotarem estratégias destinadas a criar um ambiente educativo mais rico para todos, ou seja, cabe aos professores organizar suas metodologias para atender aos alunos que possuem dificuldades, beneficiando, também, os demais.

Com relação ao aspecto investigado sobre os métodos utilizados nas aulas de Educação Física nas turmas com alunos com deficiência, somente um (11,1%) professor relatou que, nos casos dos alunos cadeirantes, isso acaba dificultando as

aulas, tendo em vista a falta de acessibilidade. Os professores destacam que todas as atividades podem ser adaptadas e desenvolvidas conforme a capacidade e rendimento de cada um. É preciso que o profissional busque conhecimento e novas metodologias para que possa melhor atender seus alunos com deficiência.

Analisando aspectos relacionados aos métodos utilizados pelos professores, Ferreira (2016) relata que, no ambiente escolar, a inclusão somente será realidade se existirem mudanças de atitudes e de práticas tradicionais, sendo necessário que adaptações físicas, curriculares, metodológicas, pedagógicas e avaliativas sejam realizadas nesse processo de inclusão. Para Castro et al. (2018), a acessibilidade para os alunos com deficiência nas escolas vai além de uma forma de inclusão social, sendo, acima de tudo, um direito do indivíduo.

Sobre a carência de materiais e espaço físico disponível, somente três (33,3%) professores informaram que nas escolas em que atuam os “materiais são defasados” e o espaço físico é restrito, tendo em vista que o número de alunos é grande. Um dos profissionais destaca que a carência de materiais é maior, exigindo do professor “a capacidade de improviso” em determinados momentos para suprir algumas necessidades.

Para desenvolver e aprimorar as capacidades física, cognitiva e de interação social dos alunos com deficiência, a escola inclusiva necessita de material didático, profissionais especializados, mobiliário e espaço físico adaptado, bem como uma arquitetura vinculada à pedagogia, que apoie o processo educacional desse público alvo (CARVALHO, 2008).

A respeito da percepção dos professores sobre Educação Física inclusiva nas escolas, os professores destacaram que ela é importante para o desenvolvimento socioemocional dos alunos, cabendo, ao professor, inserir o aluno com deficiência nas mesmas atividades que os colegas, garantindo a inclusão e valorizando cada um dos alunos conforme as habilidades que possuem. A inclusão, segundo Freitas (2006), é a modificação da sociedade para que, conseqüentemente, a pessoa com necessidades especiais possa buscar seu desenvolvimento e, assim, exercer sua cidadania.

Sobre a opinião dos profissionais sobre a Educação Física e o modo como ela pode ser trabalhada para inserir e valorizar as diferenças dos alunos, relataram: trabalhar com os alunos sem distinção, adaptando as atividades quando se fizer necessário e

respeitando os limites de cada um. A Educação Física deve proporcionar um ambiente de liberdade, em que os alunos superam os obstáculos e sentem-se motivados.

Segundo Mantoan (2006), é preciso que o profissional ensine todas as crianças, sem distinção, em um mesmo espaço educacional, e as ações educativas inclusivas sejam adequadas ao convívio com as diferenças, a aprendizagem como experiência relacional, participativa, que produz sentido para o aluno, pois contempla a sua subjetividade, embora construída no coletivo das salas de aula.

Sobre os resultados favoráveis acerca das aulas de Educação Física inclusiva, os professores destacaram: a participação dos alunos com deficiência mesmo com suas limitações; a cooperação, colaboração e o respeito entre os alunos; a socialização, motivação, estimulação motora e cognitiva; afetividade, estimulação da autonomia e, não menos importante, a aceitação dos colegas com deficiência.

As atividades envolvendo alunos com deficiência, conforme Silva e Aranha (2005), auxiliam na construção de uma identidade positiva por parte de todos os alunos, aumentando sua autoestima, melhorando as suas condições cognitivas e, por outro lado, ajudando o aluno não deficiente a aprender a se relacionar positivamente com as pessoas no contexto da diversidade.

Com relação aos pontos desfavoráveis, os professores citaram o fato de que os alunos com deficiência, em determinados momentos, querem ter prioridade em algumas atividades; os esportes realizados em grupos e que exigem competição acabam sendo um obstáculo para os alunos com deficiência; a falta de material adequado e acessibilidade nas escolas; a agitação, choro e irritabilidade de alguns alunos com deficiência interferem na realização de algumas atividades.

Para Castro (2011), a Educação Física pode ser reconhecida como agente facilitador da inclusão. Cabe ao professor adaptar as atividades desenvolvidas, oferecendo conteúdos que atinjam todos os alunos, sejam eles com ou sem deficiência, de maneira justa e em sintonia com as habilidades individuais, flexibilizando suas atividades de acordo com as particularidades do grupo.

Conforme Duarte *et al.* (2015), as práticas pedagógicas utilizadas pelos professores em suas aulas devem corresponder, em grande parte, às necessidades individuais dos alunos, principalmente dos alunos com deficiência, justificando-se que nem sempre os métodos, meios e estratégias de ensino desenvolvidos nas aulas de

Educação Física correspondem às capacidades motoras dos grupos e de cada aluno de modo particular.

Diante dos dados, é válido destacar que os alunos com deficiência precisam de apoio para uma formação social, emocional e educacional, e isso somente é possível se os professores trabalharem e conseguirem perceber que cada aluno possui características próprias, cabendo, em certos momentos, que as atividades desenvolvidas sejam adaptadas.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os professores destacaram que utilizam, em suas aulas, atividades inclusivas, em que todos os alunos participam das mesmas atividades, sejam eles com ou sem deficiência. Os resultados obtidos com as aulas demonstram que, mesmo apresentando alguma deficiência, os alunos são estimulados a participar e, conseqüentemente, desenvolver autonomia, contribuindo para o desenvolvimento cognitivo e motor. Os professores percebem momentos de cooperação e respeito entre os alunos e isso colabora para que eles sejam aceitos pelos colegas.

Desse modo, cabe ressaltar que as aulas de Educação Física são importantes no processo de inclusão dos alunos com deficiência, pois, por meio delas, os professores lançam mão da criatividade, de conteúdos e métodos que valorizem a diversidade humana, adaptando atividades para que os alunos superem seus limites e sejam incluídos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Constituição**. República Federativa do Brasil de 1988. Brasília, DF: Senado Federal, 5 out. 1988. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/518231/CF88_Livro_EC91_2016.pdf. Acesso em: 18 abr. 2018.

BRASIL. Decreto nº 3.298, de 20 de dezembro de 1999. Regulamenta a Lei 7.853 de outubro de 1989, dispõe sobre a política Nacional para Integração da Pessoa Portadora de Deficiência, consolida as normas de proteção, e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 20 dez. 1999. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/d3298.htm. Acesso em: 21 abr. 2018.

BRASIL. Lei nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 20 dez. 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/L9394.htm. Acesso em: 21 abr. 2018.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Portaria nº 1.793, de 27/12/94. **Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil**, Brasília, DF, 28 dez. 1994. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/port1793.pdf>. Acesso em: 29 abr. 2018.

BRASIL. Parecer CNE/CP 009/2001 de 8 de maio de 2001. Diretrizes Curriculares Nacionais para formação de professores de educação básica, em nível superior, curso de licenciatura, de graduação plena. **Diário Oficial da União**, 2001b. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/009.pdf>. Acesso em: 24 abr. 2018.

BRASIL. Resolução CNE/CEB nº 2 de 11 de setembro de 2001. **Diretrizes Nacionais para a Educação Especial na Educação Básica**. Brasília: MEC, 2001a. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/cne/arquivos/pdf/CEB0201.pdf>. Acesso em: 26 abr. 2018.

IBGE. **Censo Demográfico**. Características gerais da população, religião e pessoas com deficiência. Rio de Janeiro: IBGE, 2010.

BRIANT, M. E. P.; OLIVER, F. C. Inclusão de crianças com deficiência na escola regular numa região do município de São Paulo: conhecendo estratégias e ações. **Revista Brasileira de Educação Especial**, Marília, v. 18, n. 1, p. 141-154, jan./mar. 2012. Disponível em: <http://www.producao.usp.br/bitstream/handle/BDPI/39641/S141365382012000100010.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 29 set. 2018.

CARVALHO, T. C. P. **Arquitetura escolar inclusiva**: construindo espaços para educação infantil. 2008. 342 f. Tese (Doutorado em Arquitetura e Urbanismo) – Escola de Engenharia de São Carlos da Universidade de São Paulo, São Carlos, 2008.

CASTRO, E. M. **Atividade física adaptada**. 2. ed. Ribeirão Preto: Novo Conceito, 2011.

CASTRO, G. G. *et al.* Inclusão de alunos com deficiências em escolas da rede estadual: um estudo sobre acessibilidade e adaptações estruturais. **Revista Educação Especial**, v. 31, n. 60, p. 93-106, jan./mar. 2018.

CHICON, J. F. Inclusão e exclusão no contexto da educação física escolar. **Movimento**, v. 14, n. 1, p. 13-38, jan./abr. 2008. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/Movimento/article/viewFile/3760/2123>. Acesso em: 29 abr. 2018.

COSTA, V. B. Inclusão escolar na educação física: reflexões acerca da formação docente. **Motriz**, Rio Claro, v. 16, n. 4, p. 889-899, out./dez. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/motriz/v16n4/a09v16n4.pdf>. Acesso em: 28 abr. 2018.

DUARTE, A. C. *et al.* Professores de educação física e suas práticas pedagógicas em classes que alunos com deficiência estão inseridos. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 18, n. 1, jan./mar. 2015.

FERREIRA, D. C. K. Salas de atendimento educacional especializado (AEE) na rede regular pública de ensino paranaense: desafios, limites e possibilidades do paradigma inclusivo. **Revista de Educação Especial**, v. 29, n. 55, p. 281-294, 2016. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/3131/313146769003.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2018.

FIORINI, M. L. S.; MANZINI, E. J. Inclusão de alunos com deficiência na aula de educação física: identificando dificuldades, ações e conteúdos para prover a formação do professor. **Revista Brasileira de Educação Especial**, Associação Brasileira de Pesquisadores em Educação Especial, v. 20, n. 3, p. 387-404, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbee/v20n3/05.pdf>. Acesso em: 28 abr. 2018.

FREITAS, S. N. A formação de professores na educação inclusiva: construindo a base de todo o processo. In: RODRIGUES, D. (org.). **Inclusão e educação: doze olhares sobre a educação inclusiva**. São Paulo: Summus, 2006. p. 161-181.

GORGATTI, M. G. *et al.* Atitudes dos professores de educação física do ensino regular com relação a alunos portadores de deficiência. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 12, n. 2, p. 63-68, jun. 2004. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/558/582>. Acesso em: 29 abr. 2018.

MANTOAN, M. T. É. O direito de ser, sendo diferente, na escola. In: RODRIGUES, D. (Org.). **Inclusão e Educação: doze olhares sobre a educação inclusiva**. São Paulo: Summus, 2006.

MENDES, E. G. Breve histórico da educação especial. **Revista Educación y Pedagogía**, v. 22, n. 57, maio/ago. 2010. Disponível em: <https://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/revistaeyp/article/viewFile/9842/9041>. Acesso em: 11 out. 2018.

RUFINO, M. B. *et al.* Estratégias de ensino e recurso pedagógico nas aulas de educação física: uma revisão de literatura. **Revista Científica Fagoc Multidisciplinar**, v. 1, 2016.

SILVA, S. C.; ARANHA, M. S. F. Interação entre professora e alunos em salas de aula com proposta pedagógica de educação inclusiva. **Revista Brasileira de Educação Especial**, Marília, v. 11, n. 3, p. 373-394, set./dez. 2005. Disponível em: http://www.abpee.net/homepageabpee04_06/artigos_em_pdf/revista1numero3pdf/4silvaearanja.pdf. Acesso em: 10 out. 2018.

STRAPASSON, A. M.; CARNIEL, F. A educação física na educação especial. **EF Deportes, Revista Digital**, Buenos Aires, a. 11, n. 104, jan. 2007.

ZULIAN, M. S.; FREITAS, S. N. Formação de professores na educação inclusiva: aprendendo a viver, criar, pensar e ensinar de outro modo. **Revista Educação Especial**, n. 18, 2001.

PERCEÇÃO DOS PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA SOBRE O CONTEÚDO E PRÁTICA DO ATLETISMO EM ESCOLAS ESTADUAIS DE CAMPOS NOVOS, SC

Vitória Ribas Lago¹
Leoberto Ricardo Grigollo²

1 INTRODUÇÃO

A Educação Física, enquanto componente curricular, tem como objetivo introduzir e integrar o aluno na cultura corporal de movimento, formando-o para que possa usufruir do jogo, do esporte, das atividades rítmicas e dança, das ginásticas e práticas de aptidão física, em benefício da qualidade da vida. Desse modo, a educação física passa a ter um papel, não somente de auxiliar no desenvolvimento motor e de capacidades físicas, mas de preparar o aluno para ser um praticante lúcido e ativo que utilize o esporte e demais componentes da cultura corporal em benefício próprio, tendo conhecimento para fazer escolhas e utilizá-las da melhor maneira possível (BETTI; ZULIANI, 2002).

Segundo a Base Nacional Comum Curricular (BRASIL, 2018), a Educação Física escolar está associada à área de linguagens. Os conteúdos dessa área são voltados a práticas de linguagem diversificadas, aprimorando as capacidades expressivas em manifestações artísticas, corporais e linguísticas do indivíduo. As práticas corporais a serem praticadas estão divididas em seis unidades temáticas, quais sejam: as brincadeiras e jogos, esporte, ginásticas, danças, lutas e práticas corporais de aventura.

Dentre as práticas corporais, ganham um papel de destaque os esportes, prática mais citada e valorizada pelos alunos. Por ser um dos conteúdos predominantes da Educação Física escolar, deve possuir cunho pedagógico, superando a ideia de que

¹ Graduanda em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; vitoriaalago@outlook.com

² Mestre em Cineantropometria e Desempenho Humano pela Universidade Federal de Santa Catarina; Professor no Curso de Educação Física na Universidade do Oeste de Santa Catarina; leoberto.grigollo@unoesc.edu.br

para ensinar um esporte é necessário apenas ensinar o aluno a praticá-lo (CARLAN; KUNZ; FENSTERSEIFER, 2012).

O esporte, geralmente, é caracterizado pela competição entre adversários. Na educação física escolar essa competição pode ser voltada ao próprio indivíduo, fazendo com que ele adquira autonomia, supere suas dificuldades e, por meio do contato com práticas corporais diversas, aprimore suas potencialidades. Além disso, por estar exposto a um ambiente que envolve regras e, em alguns aspectos, disciplina, ou seja, o indivíduo presencia desde cedo princípios de uma sociedade (BREGOLATO, 2003).

Nesse contexto, o atletismo surge como um dos esportes mais completos e fundamentais para o desenvolvimento do indivíduo e segundo a Confederação Brasileira de Atletismo (2012) pode ser definido como a soma de exercícios que compreendem corridas, saltos e lançamentos. É um esporte com provas de pista, campo, provas combinadas, pedestrianismo, corridas em campo, montanhas e marcha atlética.

De acordo com Lencina e Rocha Júnior (2001), das modalidades esportivas, o atletismo possui os movimentos que mais se assemelham aos denominados movimentos naturais (correr, saltar e lançar), e, se trabalhado nas aulas de educação física, pode auxiliar no desenvolvimento desses padrões motores, que, como analisado pelos autores, são inerentes à condição humana.

Na educação física escolar, o atletismo possibilita aos alunos, durante sua prática, o reconhecimento dos seus próprios limites, além de oportunizar o aprendizado motor, afetivo e cognitivo, permitindo aos alunos elaborarem estratégias, realizarem movimentos que demandem atenção, cooperação e respeito entre eles. Logo, o professor passa a ser o responsável pelo desenvolvimento do aluno por meio da prática esportiva, contribuindo, assim, para a formação do aluno/cidadão que, futuramente, poderá ou não ser um atleta (GEMENTE; MATTHIESEN, 2014). Porém, a falta de espaço físico, materiais oficiais, formação profissional não adequada, desinteresse e desmotivação dos alunos, são algumas das justificativas que os professores encontram para justificar sua ausência na Educação Física escolar (MATTHIESEN *et al.*, 2005).

Este estudo teve como objetivo investigar a percepção dos professores de Educação Física sobre o conteúdo e prática do atletismo em escolas estaduais do Município de Campos Novos.

2 MÉTODO

O estudo caracterizou-se como descritivo, transversal e quantitativo. A população foi constituída por professores de Educação Física que atuam no Ensino Fundamental – Séries Finais, das seis escolas estaduais da área urbana e rural do município de Campos Novos. A amostra foi assinalada como censo, uma vez que os 13 professores que compõem o quadro das escolas estaduais de Campos Novos participaram do estudo.

Como instrumento foi utilizado o questionário proposto por Pimentel e Baretta (2017), composto por 15 questões, nas quais são abordados assuntos relacionados à percepção dos professores sobre o conteúdo e prática do atletismo escolar.

Para a realização da coleta de dados, foi solicitada a autorização da 8ª Gerência Regional de Educação, posteriormente, as escolas que participaram foram contatadas para apresentação e explicação do propósito desta pesquisa e foi solicitada a autorização para a realização da coleta de dados, na qual foram aplicados os questionários durante os períodos de intervalo dos professores, na presença da pesquisadora, sendo prestados todos os esclarecimentos que se fizeram necessários. Os professores tiveram a liberdade de escolher se queriam participar ou não do estudo e não tiveram seus nomes divulgados. Os dados foram analisados por meio de estatística descritiva com tabelas de frequência e percentual.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 13 professores de Educação Física do Ensino Fundamental – Séries finais da rede Estadual de ensino do Município de Campos Novos, sendo 46,15% (6) do sexo masculino e 53,85% (7) do sexo feminino. Dos professores, 7,69% (1) possuem graduação, 84,62% (11) possuem especialização e 7,69% (1) possuem mestrado. Todos os professores realizam cursos de formação continuada, porém apenas 53,85% (7) realizaram cursos referentes ao atletismo até o momento.

No que diz respeito ao tempo de atuação como professores, 7,69% (1) relatam atuar há menos de 5 anos, 46,15% (6) atuam entre 5 e 15 anos, 23,08% (3) atuam entre 16 e 25 anos e 23,08% (3) atuam a mais de 26 anos.

Tabela 1 - Percepção dos professores sobre o planejamento de ensino, formas de desenvolvimento e principais atividades de atletismo realizadas durante as aulas (Campos Novos, 2018)

Variáveis	Tempo de atuação								Total	
	Menos de 5 anos		Entre 5 e 15 anos		Entre 16 e 25 anos		Acima de 26 anos			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Planejamento de ensino										
Contempla o atletismo totalmente			1	7,69	1	7,69			2	15,38
Contempla o atletismo parcialmente	1	7,69	4	30,77	2	15,38	3	23,08	10	76,92
Não contempla o atletismo			1	7,69					1	7,69
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100
Forma de desenvolvimento do atletismo na escola										
Recreação			2	9,52	2	9,52	3	14,29	7	33,33
Ludicidade	1	4,76	3	14,29	2	9,52			6	28,57
Jogos			3	14,29	2	9,52			5	23,81
Treinos para competições escolares			2	9,52					2	9,52
Festivais de atletismo interclasses			1	4,76					1	4,76
Total	1	4,76	11	52,38	6	28,57	3	14,29	21	100
Principais atividades desenvolvidas na escola										
Corridas	1	2,63	6	15,79	3	7,89	3	7,89	13	34,21
Saltos	1	2,63	6	15,79	3	7,89	3	7,89	13	34,21
Arremessos			5	13,16	3	7,89	2	5,26	10	26,32
Lançamentos			1	2,63	1	2,63			2	5,26
Total	2	5,26	18	47,37	10	26,32	8	21,05	38	100

Variáveis	Tempo de atuação								Total	
	Menos de 5 anos		Entre 5 e 15 anos		Entre 16 e 25 anos		Acima de 26 anos			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Aulas teóricas sobre atletismo										
Frequentemente			1	7,69					1	7,69
Satisfatoriamente			1	7,69	1	7,69			2	15,38
Raramente	1	7,69	4	30,77	2	15,38	3	23,08	10	76,92
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100

Fonte: os autores.

De acordo com os dados apresentados na Tabela 1, dos professores de Educação Física, apenas 1 (7,69%) não contempla o atletismo em seu planejamento de ensino. Ele relata que apenas desenvolve treinos para competições escolares em semanas próximas a seu acontecimento e somente com alunos participantes da modalidade. Comparando-se aos resultados encontrados no estudo de Frassan, Machado e Huber (2013), o qual buscou investigar o panorama da modalidade de atletismo nas escolas públicas e municipais de Tubarão, SC, 38% dos professores que participaram do estudo não contemplam o atletismo em seu planejamento, nota-se que, enquanto conteúdo, o atletismo é desenvolvido de maneira mais efetiva no município de Campos Novos. Sobre a forma de desenvolvimento, os professores relatam desenvolver a modalidade de maneira recreativa 33,33% (7) e lúdica e 28,57%, (6) respectivamente. No estudo de Pimentel e Baretta (2017), a principal forma de desenvolvimento encontrada foi a recreação 53% (27), seguida de jogos, com 27,4% (14) e ludicidade, com 19,6% (10).

As corridas e saltos são as principais atividades desenvolvidas na escola, 68,42% (26) das alternativas assinaladas, comprovando-se os dados encontrados nos estudos de Calvo e Matthiessen (2012) e Bomfim (2011), nos quais foi constatado que as principais atividades de atletismo desenvolvidas nas aulas são as corridas e saltos. Nota-se que atividades, como lançamentos e arremessos são menos enfatizadas no ensino dessa modalidade. Dos professores, 76,92% (10) raramente ministram aulas teóricas sobre o conteúdo de atletismo, comparando-se ao estudo de Pimentel e

Baretta, em que a maioria dos professores, 42,9% (15), relatou não ministrar aulas teóricas. Percebe-se que o desenvolvimento do conteúdo de atletismo por meio de aulas teóricas não é efetivo. Referente à forma de desenvolvimento da modalidade, destaca-se que somente 4,76% (1) das atividades são voltadas à realização de festivais de atletismo na escola, sendo desenvolvidas por apenas 1 (7,69%) dos profissionais, este com tempo de atuação entre 5 e 15 anos.

O fato de a educação física escolar ter no movimento seu principal meio e fim, poucos professores entendem como necessário ministrar aulas teóricas dos conteúdos desenvolvidos durante o ano letivo, além, é claro, da ênfase na prática de esportes coletivos ser predominante na educação física escolar.

As atividades desenvolvidas durante o ensino do atletismo nas aulas de Educação Física são voltadas, geralmente, a atividades envolvendo as corridas e saltos, visando, principalmente, o ensino do esporte e seus procedimentos, além, é claro, a competição. Outros aspectos pelos quais se justificam as corridas e saltos serem as atividades mais desenvolvidas durante as aulas são o baixo nível de complexidade no desenvolvimento das atividades, além de não necessitarem de muitos materiais para sua execução.

O ensino do atletismo deve possuir cunho coletivo, dando a oportunidade aos alunos de usufruírem dessa modalidade esportiva, sem que haja uma descaracterização do esporte. Para Azevedo e Nascimento (2017), isso seria possível adequando essa prática a um caráter pedagógico e coletivo, possibilitando atividades recreativas com o intuito de aumentar e incentivar relações interpessoais, tornando os participantes cooperativos e autônomos.

O processo de ensino-aprendizagem do atletismo da escola deve estar relacionado tanto no esporte em si quanto em aspectos lúdicos e recreativos, permitindo ao aluno desenvolver suas capacidades de forma integral. O professor deve buscar propostas para ensinar essa modalidade, tendo em vista o ensino da prática, porém não como único objetivo, ensinando não somente os procedimentos, mas também conceitos e atitudes (FONSECA, 2017).

Tabela 2 – Percepção dos professores sobre o espaço físico, materiais disponíveis para as aulas e realização de competições durante o calendário escolar (Campos Novos, 2018)

Variáveis	Tempo de atuação									
	Menos de 5 anos		Entre 5 e 15 anos		Entre 16 e 25 anos		Acima de 26 anos		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Espaço físico disponível para as aulas										
Totalmente apropriado										
Parcialmente apropriado			4	30,77	1	7,69			5	38,46
Não apropriado	1	7,69	2	15,38	2	15,38	3	23,08	8	61,54
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100
Materiais disponíveis na escola										
Totalmente apropriados										
Parcialmente apropriados			5	38,46	1	7,69	1	7,69	7	53,85
Não apropriado	1	7,69	1	7,69	2	15,38	2	15,38	6	46,15
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100
Competições durante o calendário escolar										
Frequentemente			2	15,38			1	7,69	3	23,08
Satisfatoriamente			4	30,77	1	7,69			5	38,46
Raramente	1	7,69			2	15,38	2	15,38	5	38,46
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100

Fonte: os autores.

Conforme os dados apresentados na Tabela 2, 38,46% (5) dos professores investigados raramente realizam e/ou participam de competições voltadas à modalidade durante o calendário escolar e ainda relatam que ocorrem poucas competições da modalidade de atletismo durante o ano, a principal delas é o Jecam (Jogos Escolares Camponovenses), além, é claro, das seletivas, etapa regional e etapa estadual do JESC (Jogos Escolares de Santa Catarina). Vale, contudo, ressaltar o dado apresentado na tabela 1 de que apenas um dos profissionais desenvolve festivais de atletismo em sua

escola. Portanto, a falta de competições voltadas à modalidade também ocorre pelo fato de pouquíssimos profissionais desenvolverem tais eventos na escola.

Consideram o espaço físico disponível para as aulas não apropriado para a prática do atletismo 61,54% (8) dos professores investigados, 53,85% (7) relatam que os materiais disponíveis na escola são parcialmente apropriados. Comparando-se aos estudos de Bomfim (2011) e Frassan, Machado e Huber (2013), em que também se afirma a falta de estrutura adequada quanto ao local para a prática e materiais a serem utilizados, nota-se que estas são as principais dificuldades encontradas pelos professores que desenvolvem a modalidade no âmbito escolar.

O atletismo é considerado o esporte base, já que seu desenvolvimento acontece por meio de habilidades e competências necessárias para a realização e desenvolvimento de todos os esportes, porém é trabalhado de forma parcial na maioria das escolas, uma vez que o professor utiliza apenas algumas corridas e saltos para o desenvolvimento da modalidade e as principais justificativas que buscam atenuar o desenvolvimento parcial ou até mesmo o não desenvolvimento da modalidade estão relacionadas à falta de espaços e materiais adequados para a prática.

Autores, como Faganello (2008) e Matthiesen (2014), reforçam o pensamento que para ensinar a modalidade de atletismo não é necessário ter uma pista oficial, setores de saltos, arremesso e lançamentos, muito menos materiais totalmente adequados, isto é, por meio da criatividade do professor, dentro das possibilidades de adequação, qualquer espaço livre da escola (se seguro) pode se tornar um bom local para a prática da modalidade e os materiais podem ser facilmente adaptados, alguns deles como cordas e arcos já são utilizados durante o ensino de outras modalidades esportivas.

Outra possibilidade é a própria confecção de materiais para o ensino da modalidade, como, por exemplo, saquinhos de areia, bolinhas de meia e jornal, entre outros, sendo estes de fácil confecção e baixo custo. Tais materiais podem ser confeccionados pelos próprios alunos, dando a possibilidade de participação e motivação efetiva durante o ensino da modalidade. Portanto, a falta de espaço e materiais adequados não são justificativas plausíveis para que não se contemple o atletismo enquanto conteúdo. Embora materiais oficiais possam contribuir para o aperfeiçoamento da modalidade esportiva no âmbito escolar, o objetivo do ensino da modalidade na escola não ocorre somente pelo ensino da prática como esporte.

Tabela 3 - Percepção dos professores sobre a aceitação e motivação dos alunos nas aulas e capacitação dos professores de Educação Física (Campos Novos, 2018)

Variáveis	Tempo de atuação									
	Menos de 5 anos		Entre 5 e 15 anos		Entre 16 e 25 anos		Acima de 26 anos		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Aceitação e motivação dos alunos para as aulas de atletismo										
Frequentemente			2	15,38	1	7,69			3	23,08
Satisfatoriamente			3	23,08	2	15,38	3	23,8	8	61,54
Raramente	1	7,69	1	7,69					2	15,38
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100
Capacitação para aplicação do conteúdo de atletismo										
Amplamente capacitado			3	23,08	1	7,69	1	7,69	5	38,46
Superficialmente capacitado	1	7,69	3	23,08	2	15,38	1	7,69	7	53,85
Necessita de cursos de capacitação							1	7,69	1	7,69
Total	1	7,69	6	46,15	3	23,08	3	23,08	13	100

Fonte: os autores.

Segundo dados apresentados na Tabela 3, 23,08% (3) dos professores afirmam que os alunos frequentemente aceitam e se sentem motivados para a prática do atletismo. Comparando-se ao estudo de Pimentel e Baretta (2017), de 48,6% (17), percebe-se que nos municípios de Joaçaba, Herval d'Oeste e Luzerna a incidência de aceitação e motivação à prática da modalidade por parte dos alunos é maior.

Consideram-se superficialmente capacitados para ministrar aulas sobre a modalidade na escola 53,85% (7) dos professores, apenas 7,69% (1) afirmam necessitar de cursos de capacitação do conteúdo de atletismo, de forma complementar. No estudo de Pimentel e Baretta (2017), 22,9% (8) dos professores afirmaram necessitar de cursos.

Nota-se que os professores da rede estadual de ensino do município de Campos Novos percebem-se mais capacitados para o ensino da modalidade no âmbito escolar.

A aceitação e motivação dos alunos pelo conteúdo são fundamentais para o bom desenvolvimento da aula, uma vez que ao se sentir interessado e motivado, o aluno torna-se mais ativo, presta a devida atenção a explicações, coopera com seus colegas, interessando-se por suas ações, conseqüentemente, tendo prazer e vontade de realizar qualquer atividade idealizada pelo professor. Para isso, o professor deve, em seu planejamento e execução, oportunizar aos alunos atividades diferenciadas que assegurem um ambiente agradável para a aprendizagem, resultando na aceitação e motivação dos alunos perante as aulas (PINHEIRO *et al.*, 2013).

Fugindo das modalidades esportivas tradicionais trabalhadas na Educação Física, o atletismo surge como um dos conteúdos diferenciados capazes de motivar os alunos para a prática, já que em sua execução o aluno fica exposto a diversas situações que contemplam inúmeras habilidades e competências por meio de corridas de velocidade e resistência, saltos, arremessos e lançamentos, partindo então para o segundo aspecto motivador, a possibilidade de inclusão de todos. Entretanto, para a realização de tais atividades, além de criatividade, os professores necessitam de conhecimento, parte dele encontrado ao longo da graduação e outra por meio de cursos de capacitação/reciclagem.

Para Rolim e Colaço (2000 apud RABELO; FERNANDES, 2010), o acesso dos professores de Educação Física a cursos de capacitação, informações atualizadas e novas perspectivas para o ensino do atletismo na escola é um aspecto fundamental para que se mantenha a qualidade do processo de ensino-aprendizagem.

Portanto, por meio de cursos de capacitação e criatividade, o professor pode tornar o processo de ensino-aprendizagem do atletismo muito mais prazeroso. Ao atualizar-se com novas atividades e metodologias diferenciadas, o professor oferece ao aluno a possibilidade de aceitar a modalidade e motivá-lo à prática. Outro aspecto fundamental é o incentivo, por meio disso cria-se um ambiente no qual o aluno absorve o máximo de conhecimentos possíveis, auxiliando assim todo o seu desenvolvimento.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O conteúdo de atletismo está presente nas aulas de Educação Física das escolas estaduais do município de Campos Novos, SC. As atividades são desenvolvidas principalmente por meio de aspectos lúdicos e recreativos e as principais são os saltos e as corridas. Há a necessidade de se ministrar mais aulas teóricas sobre a modalidade, auxiliando no processo de ensino-aprendizagem dos alunos. Os espaços e materiais para a prática do atletismo não são totalmente adequados, porém não são fatores que justificam o não desenvolvimento do conteúdo, tanto que ele se faz presente no planejamento dos professores entrevistados. Há, por parte dos professores, o uso de espaços e materiais alternativos para o desenvolvimento do conteúdo em suas aulas, onde afirmam que os alunos, em sua maioria, sentem-se motivados para a prática da modalidade. A realização de competições voltadas ao atletismo, segundo os professores, é insatisfatória, porém em seu planejamento poucos realizam eventos esportivos na escola, o que justifica a afirmação.

O atletismo é um conteúdo fundamental para o desenvolvimento dos alunos em todas as faixas etárias, além da aquisição dos aspectos físico, afetivo e motor, ele proporciona o benefício da própria qualidade de vida. Mediante a criatividade e inovação, o profissional tem em suas mãos diversas possibilidades de desenvolvimento da modalidade em benefício de seus alunos e da Educação Física enquanto componente curricular.

A falta de estrutura nas escolas é a principal dificuldade relatada pelos professores. A formação continuada envolvendo possibilidades pedagógicas que auxiliem o desenvolvimento da modalidade tanto com espaços alternativos quanto com materiais adaptados seria fundamental neste processo, uma vez que ao ficar exposto a novas propostas, o professor passará a compreender que o desenvolvimento do atletismo na escola não necessita das mesmas características da modalidade enquanto esporte.

Na Educação Física, o atletismo surge como uma possibilidade de diversidade de conteúdos, proporcionando ao aluno diferentes práticas corporais, obtenção e manutenção da qualidade de vida, além, é claro, de proporcionar o conhecimento

de uma modalidade que vem crescendo nas escolas, mas ainda pouco difundida no contexto atual da Educação Física escolar.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, P. F. V. de; NASCIMENTO, S. J. M. do. **Atletismo na escola**: dificuldades e possíveis alternativas para a sua prática nas aulas de educação física escolar na educação básica. [S. l.: s. n], 2017. Disponível em: <http://repositorio.asces.edu.br/bitstream/123456789/463/1/Artigo%20final.pdf>. Acesso em: 10 fev. 2018.

BETTI, M.; ZULIANI, L. R. Educação física escolar: uma proposta de diretrizes pedagógicas. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, v. 1, n. 1, p. 73-81, 2002.

BOMFIM, A. B. C. O atletismo como conteúdo na Educação Física Escolar: um olhar dos docentes no município de Boa Vista – RR. **Lecturas, Educación Física y Deportes**: revista digital, Buenos Aires, v. 15, n. 152, ene. 2011. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd152/o-atletismo-como-conteudo-na-educacao-fisica-escolar.htm>. Acesso em 11 out. 2018

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Curricular Comum**. [S. l.: s. n], 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase/>. Acesso em: 04 abr. 2018.

BREGOLATO, R. A. Cultura corporal do esporte. Ícone, v. 3, 2003.

CALVO, A. P.; MATTHIESEN, S. Q. Diagnóstico do conteúdo da Educação Física Escolar: o atletismo em foco. **Lecturas, Educación Física y Deportes**: revista digital, Buenos Aires, v. 16, n. 164, ene. 2012. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd164/conteudo-da-educacao-fisica-escolar-o-atletismo.htm>. Acesso em: 11 out. 2018.

CARLAN, P.; KUNZ, E.; FENSTERSEIFER, P. E. O esporte como conteúdo da Educação Física escolar: estudo de caso de uma prática pedagógica “inovadora”. **Movimento**, v. 18, n. 4, 2012.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE ATLETISMO. **O atletismo**: Origens. [S. l.: s. n], 2012. Disponível em: <http://www.cbat.org.br/atletismo/origem.asp>. Acesso em: 10 abr. 2018.

FAGANELLO, F. R. **Análise dos livros de atletismo como subsídio para o seu ensino no campo escolar**. 2008. 150 f. 2008. Dissertação (Mestrado em Ciências da Motricidade Humana) – Instituto de Biociências de Rio Claro, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2008.

FONSECA, R. J. **Atletismo escolar em diferentes propostas de ensino**. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física)–Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2017.

FRASSAN, T. da S.; MACHADO, R. C.; HUBER, M. P. Panorama da modalidade de atletismo nas escolas públicas e municipais de Tubarão, SC. **Lecturas, Educación Física y Deportes**: revista digital, Buenos Aires, v. 17, n. 178, mar. 2013. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd178/modalidade-de-atletismo-nas-escolas-de-tubarao.htm>. Acesso em: 10 out. 2018

GEMENTE, F. R. F.; MATTHIESEN, S. Q. Análise dos livros de atletismo: subsídio para o ensino na Educação Física escolar. **Revista Iberoamericana de Educación**, v. 65, n. 2, p. 1-12, 2014.

LENCINA, L. de A.; ROCHA JÚNIOR, I. C. da. Diagnóstico do atletismo escolar em Santa Maria. **Kinesis**, n. 25, 2001.

MATTHIESEN, S. Q. **Atletismo na escola**. Maringá: Eduem, 2014. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/94636/000916393.pdf?sequence=1>. Acesso em: 10 abr. 2018.

MATTHIESEN, S. Q. *et al.* Atletismo se aprende na escola. **Motricidade**, v. 1, n. 1, 2005.

PIMENTEL, P. L.; BARETTA, M. **Percepção de professores sobre o atletismo nas aulas de educação física escolar**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade do Oeste de Santa Catarina, Joaçaba, 2017. Disponível em: <http://pergamum.unoesc.edu.br/pergamumweb/vinculos/000029/0000291b.pdf>. Acesso em: 17 jul. 2018.

PINHEIRO, M. C. *et al.* “Outra vez, professor?": percepções de alunos em relação à Educação Física. **Motrivivência**, n. 40, p. 90-105, 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/21758042.2013v25n40p90/25028>. Acesso: 8 out. 2018.

RABELO, V. T.; FERNANDES, G. L. O atletismo como conteúdo nas aulas de Educação Física escolar. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 187, p. 192, 2010. Disponível em: <http://livrozilla.com/doc/796406/o-atletismo-como-conte%C3%BAdo-nas-aulas-de-educa%C3%A7%C3%A3o-f%C3%ADsica-es....> Acesso em: 8 out. 2018.

PROJETO ESPORTIVO SOCIAL EXTRAESCOLAR: PERCEPÇÕES DE ESCOLARES, PROFESSORES E GESTORES

Matheus Lehrer¹
Elisabeth Baretta²

1 INTRODUÇÃO

Diante de uma proposta social é válido considerar que esporte não é apenas competição, ganhar a qualquer custo, ele vai além das disputas acirradas dentro de ginásios e estádios. Cada vez mais cresce a importância do esporte como ferramenta de inclusão social. Mesmo que tenha como princípio o desenvolvimento físico e da saúde, serve, também, para obtenção de valores sociais. E, aliado à educação, realmente funciona como ferramenta de inclusão (CARNEIRO, 2007).

Associar o esporte à educação escolar pode trazer benefícios pessoais aos participantes e à sociedade na qual estão inseridos, como bons hábitos; respeito ao próximo, sendo seu companheiro ou adversário; saber lidar com a vitória e também com a derrota; compreender a importância que a atividade física e o estudo fazem em suas vidas. Ademais, o objetivo do projeto social esportivo e da escola é para que os alunos participantes possam disseminar esse “Saber” às pessoas que estão próximas no seu cotidiano.

E associar o esporte a um bem social e cultural, construído pelos seres humanos em seu processo histórico e, sendo assim, um bem de todos. Para tanto, democratizar o esporte é algo determinante e este deveria ser o horizonte do poder público. Isto significa ampliar o acesso ao esporte por meio de vivências reais e autônomas e que relacionem trabalho e cultura de uma forma única, seja na escola, seja nas praças, seja em outros espaços possíveis no cotidiano de cada brasileiro (PASSOS; ATHAYDE, 2018).

¹ Graduando em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; matheus.lehrer2@gmail.com

² Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora da Universidade do Oeste de Santa Catarina; elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

É importante realizar a pesquisa sobre essa parceria entre escola e o projeto social esportivo, no intuito de expor os dados, opiniões e benefícios que foram identificados ao longo dos anos, uma vez que será um material rico em informações, não apenas para a apresentação do Trabalho de Conclusão de Curso, mas para socialização junto à escola e ao projeto social envolvido nesta pesquisa, já que eles ainda não apresentam dados muitos específicos sobre a parceria. Nesse contexto, o objetivo do estudo é conhecer as percepções dos envolvidos neste projeto, quer sejam os alunos, professores, direção e gestores que, de alguma maneira, colaboram para que ele seja desenvolvido durante o passar dos anos.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 PROJETOS SOCIAIS

Tratando-se de projetos sociais, lidamos com realidades complexas, nas quais muitos fatores e sujeitos intervêm e moldam as relações e processos. Um projeto baseia-se na intenção de atuar nessa complexidade, perseguindo objetivos de mudança, numa situação considerada como problema ou necessidade. Com suas atividades, relacionando-se com a ação dos demais sujeitos na sociedade, pretende produzir resultados que, no conjunto, contribuam para modificar aquela situação. Por isso, os resultados de um projeto social nunca são uma certeza, mas um investimento, uma aposta na possibilidade de alcançá-los. Não havendo certezas, é preciso construir meios de verificação que auxiliem a perceber o rumo das mudanças que se consegue produzir (VALARELLI, 1999).

Sabe-se que crianças e adolescentes precisam conhecer e reconhecer os símbolos e significados da cultura local e universal, entender a função social das instituições, dominar a língua e outros instrumentos da comunicação moderna, interpretar e compreender a vida prática, estabelecer e manter relações socioafetivas, enfrentar conflitos e aprender a se situar no mundo como pessoas e cidadãos. Tudo isso acontece, com mais ou menos intensidade, nos caminhos e roteiros de aprendizagem

de sua vida cotidiana em seu bairro, em sua casa e na escola. Alguns terão portas abertas a esses conhecimentos; outros desenvolverão menos recursos para aprender e processar essa realidade, o que sempre constitui um desafio à pesquisa e à intervenção educativa (GUARÁ, 2009).

Com o papel também de ajudar as crianças e adolescentes em suas compreensões, relações socioafetivas e caminhos para a vida, a escola e os projetos sociais acabam tendo uma parcela muito importante no cotidiano de todos os que estão envolvidos, sendo professores, gestores e voluntários, pois todos devem estar preparados para abrir essas portas na vida dos escolares participantes do projeto.

Construir cidadãos éticos, ativos, participativos, com responsabilidade diante do outro, e preocupados com o universal e não com particularismos, é retomar as utopias e priorizar a mobilização e a participação da comunidade educativa na construção de novas agendas. Essas agendas devem contemplar projetos emancipatórios que tenham como prioridade a mudança social, qualifiquem seu sentido e significado, pensem alternativas para um novo modelo econômico, não excludente, que contemplem valores de uma sociedade em que o ser humano é o centro das atenções e não o lucro, o mercado, o *status* político e social, o poder em suma. A educação não formal é um campo valioso na construção dessas agendas, dando sentido e significado às próprias lutas no campo da educação, visando à transformação da realidade social (GOHN, 2006).

Não podemos deixar de considerar as complexidades envolvidas no processo de socialização de crianças e adolescentes. Portanto, a incorporação de valores e comportamentos positivos nem sempre ocorre da forma esperada. Também, não podemos deixar de ponderar que, embora projetos sociais sejam entendidos como espaços seguros, quando comparados às ruas, a participação neles, para muitos, depende de uma avaliação de riscos, principalmente, na questão do trajeto até o local das atividades. Existe, dessa forma, uma demanda de políticas públicas no sentido de se garantir a segurança pública para que as crianças e adolescentes possam frequentar o projeto (CASTRO; SOUZA, 2011).

2.2 PROJETOS SOCIAIS E ESPORTE

Projetos sociais esportivos podem ser desenvolvidos, na parte teórica, pelos seus gestores, voluntários ou ONGs, em seguida apresentados ao órgão responsável, para que sejam avaliados e aprovados ou não. No caso desse projeto esportivo social: Escolinha de Futsal da Associação Luterana de Diaconia, Aludi, é desenvolvido por voluntários em parceria com a Prefeitura de Herval d'Oeste e atende 60 crianças aos sábados de manhã, das 9 às 12 horas, no Ginásio de Esportes da Escola Básica Municipal Cruz e Souza, no Bairro São Jorge, com a finalidade de ensinar pela prática do desporto a socialização, bons hábitos, respeito com o próximo, lidar com a vitória e com a derrota, compreender a importância que o esporte e o estudo fazem em suas vidas. Os voluntários o idealizaram e o município aprovou sua implantação.

A modalidade do futsal é a mais praticada pelos escolares que frequentam a escola EBM Cruz e Souza, por esse motivo, foi implantada a escolinha dessa modalidade e não de outro esporte, apesar de que seria importante mais modalidades, para serem praticadas pelos escolares que não praticam o futsal. Os professores do projeto não realizam apenas os treinos de futsal: no começo de cada seção é realizada uma roda de conversa, onde são abordados vários assuntos, desde o rendimento escolar e alguns repasses da Coordenação e Direção da EBM Cruz e Souza até os destaques esportivos que aconteceram durante a semana.

O trato com o esporte nos projetos sociais é, de forma recorrente, usado como bandeira de transformação social, com forte apelo político, à medida que esporte e educação são popularmente associados. No entanto, o esporte contribuirá com o processo educacional no cenário dos projetos sociais quando for intencionalmente organizado, sistematizado e aplicado, com o fim de fomentar o pleno desenvolvimento de seus participantes e não apenas mantê-los ocupados (MACHADO; GALATTI; PAES, 2015).

Existem três tipos de manifestações em relação a projetos esportivos sociais: o desporto educacional, desporto de participação e o desporto de rendimento (BRASIL, 1998). O projeto esportivo social desta pesquisa se caracteriza em desporto educacional, praticado nos sistemas de ensino e em formas assistemáticas de educação, evitando-se a seletividade e a hipercompetitividade de seus praticantes,

com a finalidade de alcançar o desenvolvimento integral do indivíduo e a sua formação para o exercício da cidadania e a prática do lazer.

Tratando-se de esporte educacional, é importante, ainda, que os alunos vivenciem e compreendam valores humanos presentes nas práticas esportivas e nas relações humanas diárias, incorporando condutas que considerem a coletividade e não apenas interesses pessoais. Dentre diversos papéis dos projetos sociais, ao tratar com o esporte, contemplamos três finalidades: (1) contribuição para o estímulo ao desenvolvimento da autonomia, criticidade e cidadania do aluno; (2) contribuição para a ampliação cultural dos alunos em relação ao fenômeno esportivo; e (3) contribuição para a aprendizagem da prática esportiva (MACHADO; GALATTI; PAES, 2012).

Procuramos sugerir que, ao invés de continuarmos acentuando a ideia de que o esporte deve ser útil – ou servir como um meio – para alcançar essas ou aquelas mudanças entre crianças e jovens de classes populares, ganharemos mais em cidadania se o esporte for encarado como direito social e as políticas sociais viabilizarem seu acesso mais amplo na sociedade (STIGGER; THOMASSIM, 2013).

Como em muitas cidades brasileiras, percebemos que há pouco investimento em relação ao esporte para a sociedade em geral, poucas cidades têm lugares públicos para que a população possa desfrutar e usufruir da atividade física, seja ela por lazer, seja para se exercitar. E essa falta de opção também gera o desinteresse na prática esportiva de boa parte dessa população, afetada pela falta de estrutura das cidades.

2.3 O ESPORTE E A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

O ensino do esporte na Educação Física escolar requer a aprendizagem de habilidades que assegurem ao aluno uma proficiência motora mínima, garantindo a sua inserção nessa cultura de movimento, de forma que a questão central é saber o que é essencial a ser ensinado para que o aluno tenha sucesso na aprendizagem dessas habilidades. Em outras palavras, compatibilizar a demanda de prática para assegurar a aprendizagem e as condições reais oferecidas pela escola (TANI *et al.*, 2013).

O esporte pode auxiliar no desenvolvimento de vários movimentos, desde as habilidades motoras básicas, como as habilidades locomotoras (correr e saltar),

manipuladoras (arremessar, chutar, quicar e receber), como também nas habilidades motoras especializadas, desenvolvidas a partir das necessidades específicas de cada esporte, como o drible e a finta no futsal, sendo estas habilidades motoras mais complexas para se realizar e desenvolvidas quando se atinge o estágio maduro da coordenação motora.

De acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), o esporte na escola deve ter como objetivo alcançar algumas habilidades, dentre elas o trabalho coletivo, ocorrendo quando o escolar e um grupo de colegas realizam alguma tarefa juntos, visando ao mesmo objetivo e posteriormente tentar alcançá-lo. É possível avaliar o protagonismo individual de cada escolar, pois cada elemento do grupo deverá se dedicar e realizar sua tarefa para poder alcançar o objetivo em comum do seu grupo/time (BRASIL, 2018).

Esporte e Educação Física estão intimamente ligados: a escola, muitas vezes, é o local onde a criança tem o primeiro contato com o esporte, por isso devemos atentar para que as aulas de Educação Física tenham o maior proveito possível do esporte e trazer todos os benefícios que este pode representar para a formação física, mental e do caráter do cidadão (EIDELWEIN, 2010).

3 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo exploratório, do tipo descritivo, com abordagem qualitativa. São incluídas nesse grupo as pesquisas cujo objetivo levantam as opiniões, atitudes e crenças de uma população (GIL, 2002).

Os participantes envolvidos neste projeto esportivo social se caracterizam em diferentes classes, como professores, escolares e gestores, num total de 67 indivíduos. Participaram desta pesquisa 37 alunos, 3 professores de Educação Física e 4 gestores.

Foram utilizados como instrumento de pesquisa quatro tipos de questionários (Apêndices A, B, C e D), cada um com direcionamento diferente para cada classe, autoaplicados. As perguntas aos alunos foram referentes à vivência dentro do projeto esportivo social durante os treinos; para os professores foram em relação à importância e os benefícios do projeto para os alunos envolvidos; e para os gestores

foram perguntas direcionadas aos professores de Educação Física, à escola e sobre a importância do projeto esportivo social para o bairro onde está inserido.

Depois de realizados os contatos, explicando os motivos da pesquisa, os escolares responderam os questionários de forma individual com a orientação do pesquisador durante os treinos do projeto esportivo social.

Para realizar a análise dos dados, foram organizadas tabelas por classes (alunos, professores e gestores), nas quais se analisaram as respostas por similaridade. No final de cada tabela foi realizada uma síntese com as respostas de cada pergunta e classe.

Os aspectos éticos foram observados, já que os nomes permaneceram em sigilo e somente participou da pesquisa quem aceitou responder às perguntas. Os resultados obtidos serão socializados com os envolvidos no projeto.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A coleta dos dados dos alunos por meio do questionário foi realizada durante os treinos do projeto esportivo social, na chamada de grupos de 5 alunos para uma sala, onde eles responderam individualmente e sem ajuda de terceiros. Para os gestores e professores foi entregue os questionários individualmente, para que eles pudessem responder no momento que fosse mais adequado. As coletas dos dados aconteceram entre os dias 15 de outubro de 2018 e 30 de março de 2019.

Foram investigados 37 escolares, sendo 18 do sexo feminino e 19 do sexo masculino, entre 13 e 16 anos de idade, que residem em Herval d'Oeste, SC, Bairro São Jorge, estudantes da Escola Básica Municipal Cruz e Souza; 3 professores de Educação Física, que atuam no projeto esportivo social; e 4 gestores municipais de Herval d'Oeste, SC, sendo: Secretária da Educação, Secretário de Cultura e Esportes, Diretora da EBM Cruz e Souza e o Vice-Prefeito.

Os escolares apresentam a média de idade de 14,4 anos. Na amostra, o sexo feminino (n=18) apresentou a média de idade de 13,08 anos e no sexo masculino (n=19) a média de idade foi de 15,05 anos. Quanto aos gestores e professores (n=07), 4 são do sexo masculino e 3 do sexo feminino.

Na percepção da maioria dos escolares o projeto esportivo social tem por finalidade o aprendizado em relação ao esporte praticado, que é o futsal. De acordo com suas percepções, eles valorizam o tempo dedicado para aperfeiçoar os fundamentos (passe, chute, finta, etc.) e também para conhecer mais sobre as regras do esporte.

O sucesso na aprendizagem depende da qualidade das experiências práticas, do encorajamento aos alunos para participar, das respostas positivas aos comportamentos e desempenhos e do envolvimento por parte de alunos e educadores nas atividades. Propostas metodológicas que possibilitem uma maior e mais variada quantidade e qualidade de experiências, assim como que respeitem as diferenças e ritmos individuais, devem ser utilizadas pelos educadores na intenção de maximizar o aprendizado e torná-lo momento de alegria e prazer (PÍFFERO; VALENTINI, 2010).

Nesta pesquisa, a importância do professor de Educação Física para grande parte dos escolares é de ensinar e de repassar o conhecimento na área do esporte para eles, aconselhar sobre os aspectos positivos e negativos que podem acontecer em suas vidas no futuro, como traçar seus caminhos. O professor é lembrado por ser uma pessoa descontraída em momentos de alegria e um pouco rígido nos momentos mais sérios.

Nesse contexto, a motivação pode ser entendida como fator muito importante, quando são traçados objetivos pelo ser humano, uma vez que quando gestores, professores/treinadores e praticantes de modalidades esportivas reconhecem invariavelmente esse fator como sendo um dos principais, a motivação de ambos passa a ser fundamental no desenvolvimento de um trabalho sistematizado (CAVALCANTI, 2013).

Os escolares citam igualmente os valores e hábitos que são repassados por meio do projeto, como o respeito, disciplina e hábitos saudáveis. Muitos dizem gostar de participar em razão das novas amizades e por encontrar amigos que também frequentam o mesmo projeto esportivo social. Grande parte dos alunos participantes relata ser um momento prazeroso quando estão participando do projeto, onde se sentem bem acolhidos e respeitados por todos, pois é um ambiente muito harmonioso e acolhedor.

Ter um lazer ou horas para se divertir não é errado e muito menos impróprio, o fato está na qualidade deste, pois certos hábitos podem ser recíprocos, como

diversão e formação sociocultural; por exemplo, estudar, ler, fazer exercícios pode se relacionar com o êxito escolar e uma qualidade de vida, bem como a maturidade do próprio adolescente (FORMIGA, 2017).

O projeto não é um lugar seletivo onde somente participa quem sabe jogar, ao contrário, para participar basta ter vontade e comprometimento. Todos os escolares gostariam que o projeto esportivo social fosse realizado mais do que uma vez por semana, a fim de que eles pudessem praticar as atividades envolvidas.

É importante ressaltar que se percebeu muita similaridade em relação as respostas, não havendo muita distinção entre as respostas das meninas e dos meninos.

Para os professores de Educação Física participantes desta pesquisa, o Projeto Esportivo Social: Escolinha de Futsal da Aludi proporciona um ambiente mais favorável para o rendimento escolar, uma vez que os alunos apresentam uma vida mais saudável por conta da atividade física, faz bem psicológica e socialmente aos alunos e aos familiares envolvidos no projeto.

O futsal no âmbito escolar é uma das ferramentas que pode auxiliar o professor na formação integral dos alunos, utilizando os princípios presentes na modalidade, como cooperação e a resolução de problemas durante a partida, contribuindo no coletivo e nos aspectos táticos do futsal, em que os alunos devem respeitar a individualidade de cada um, fazendo com que se concentrem em solucionar os problemas propostos pelo jogo (MACEDO, 2005).

Em Joaçaba, SC, cidade vizinha do projeto esportivo social onde se realizou esta pesquisa, existem alguns projetos esportivos sociais, dentre eles tem a Associação Joaçabense de Voleibol (AJOV), um projeto esportivo social muito conhecido no estado de Santa Catarina, em atuação desde 1996, onde desenvolvem o Projeto Bom de bola, bom de escola.³ Para participar do programa, o escolar deve estar regularmente matriculado, cursando a escola e dentro da faixa etária permitida. Em torno de 400 escolares são beneficiados por esse projeto esportivo social, que é de grande importância para a região meio oeste do Estado de Santa Catarina e deve ser seguido como exemplo por outros projetos esportivos sociais.

³ AJOV: www.ajov.com.br.

Na opinião dos professores investigados, entendem que seu papel, ao atuar no projeto, é promover as grandes mudanças, uma vez que, como mediadores do grupo e incentivadores, têm o dever de cuidar da integridade física, psicológica e moral dos alunos por intermédio de atividades educativas, proporcionando momentos de aprendizagens. Ainda, percebem que os maiores benefícios que o projeto esportivo social trouxe para a comunidade onde está inserido é que os envolvidos aprenderam a valorizar o meio onde vivem, levando o espírito de equipe à cooperação para a sociedade onde estão inseridos, repassando o conhecimento adquirido para além das estruturas do projeto. Identificam também que é importante ter outros projetos sociais nas escolas do município, enfatizando a disciplina e o caráter que esses projetos trazem, contemplando direitos e desenvolvimento pessoal para todos os envolvidos.

Na pesquisa realizada por Brandolin, Koslinski e Soares (2015), os mesmos perguntaram para 1.084 escolares de Petrópolis, RJ, se a Educação Física escolar possui mais ou menos importância que as demais disciplinas: 76,8% dos alunos indicaram que esta é tão importante quanto às demais. Esses dados podem sugerir que os alunos acreditam que essa disciplina deve ser oferecida obrigatoriamente na grade curricular do ensino médio.

Embora devam ser resguardadas as devidas peculiaridades e complexidades de uma ação social, acreditamos na seguinte hipótese: para que os projetos sociais em Educação Física, esporte e lazer obtenham êxito e cumpram seu papel transformador nas comunidades “vulneráveis”, será necessário que sejam desenvolvidos e administrados com a mesma seriedade e eficiência de uma empresa, entretanto, com comprometimento e responsabilidade social muito maior. Isso não significa assumir uma postura empresarial dos problemas sociais, mas compreender que o trabalho com as comunidades excluídas deveria ter a mesma qualidade daquele oferecido às ilhas de inclusão (CORREIA, 2008).

Realizar um projeto esportivo social sem ter a sua devida organização e objetivos para serem traçados não resultaria em uma boa ação social, ou seja, o projeto sem o devido planejamento, com o objetivo de apenas “ocupar” o tempo dos envolvidos, não seria eficaz para nenhuma das partes (escolares, professores e gestores) envolvidas no projeto. Sendo assim, é preciso observar o planejamento,

objetivos, organização e sua finalidade, para que em um futuro próximo possa surtir algum efeito social.

A finalidade do projeto esportivo social para os gestores municipais é de fortalecer os laços e diálogo entre o município e o projeto, para que os envolvidos sejam beneficiados da melhor maneira possível, incentivando as práticas esportivas e melhorando o relacionamento entre os órgãos municipais, a escola e os participantes.

Na percepção dos gestores, o professor de Educação Física é o mediador, o agente capaz de transformar o cenário de muitos alunos envolvidos no projeto social, uma vez que pode auxiliá-los a ocupar de melhor forma seu tempo livre, tendo um tempo a mais para a prática esportiva e um grande aprendizado nos aspectos dos valores para a vida. Afirmam, ainda, que os benefícios que o projeto esportivo social traz para a comunidade estão relacionados à formação humana, lazer, construção de identidade, socialização, pois quando os alunos participam de atividades esportivas deixam de estar nas ruas aprendendo coisas ruins para a vida deles.

Da mesma forma que os professores, na opinião dos gestores, seria importante ter mais projetos sociais como este em outras escolas e bairros do município, pois, sem dúvida, quanto mais o município estiver envolvido com projetos sociais, melhores serão os resultados com as crianças e adolescentes da região do município.

5 CONCLUSÃO

Grande parte dos alunos do projeto social tem interesse em participar com o intuito de treinar e jogar o futsal, a fim de poder desenvolver suas habilidades e também de se satisfazer fazendo o que gosta, como um momento de lazer, encontrando e socializando com os amigos e professores. O professor de Educação Física a cada encontro demonstra todos os valores e princípios que o esporte também pode trazer para suas vidas e que com o passar dos anos foi nítida essa mudança de comportamento e respeito entre os alunos, eles já estão compreendendo melhor o significado e o objetivo do projeto esportivo social em suas vidas e na sociedade onde estão inseridos.

Muitos alunos que já passaram da idade (dos 13 aos 16 anos) e não podem mais participar do projeto, continuam frequentando mesmo assim, mas agora como

voluntários, ajudando a fazer os lanches, limpando a quadra, auxiliando o professor de Educação Física e incentivando os mais novos a continuar participando.

Os gestores e professores têm a mesma percepção em relação à implementação de projetos esportivos sociais em outras regiões e escolas da cidade de Herval d'Oeste, SC. Em se tratando de um projeto social sem fins lucrativos e de caráter voluntário, acaba ficando difícil aumentar a demanda e sua ampliação para outras escolas da região, porque precisaria de mais pessoas que se disponibilizassem voluntariamente e recursos financeiros para poder mantê-lo.

Certamente, a implementação de novos projetos esportivos sociais nas escolas da região seria bem-vinda, tendo em vista que os gestores apoiam essa iniciativa, dando possibilidades para um maior público de escolares a participar e aprender com o esporte e a escola.

O projeto esportivo social está ganhando um bom acervo material com os relatos das percepções dos envolvidos, já que até o momento não havia nada em relação a dados específicos como esses, que certamente servirão para reuniões futuras, nas quais poderão ser analisados e expostos para a liderança, escola e os envolvidos no projeto social.

Terá igualmente utilidade para apresentação do projeto social a um futuro patrocinador, além de mostrar para os patrocinadores que já estão ajudando como foi e está sendo o andamento do projeto esportivo social durante esses quatro anos de existência.

REFERÊNCIAS

BRANDOLIN, F.; KOSLINSKI, M.; SOARES, A. J. G. A percepção dos alunos sobre a educação física no ensino médio. **Revista da Educação Física/uem**, v. 26, n. 4, p. 601-610, 23 nov. 2015. Disponível em: <http://ojs.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/view/29836/0>. Acesso em: 21 abr. 2019.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular**. 2018. Disponível em: http://basenacionalcomum.mec.gov.br/images/BNCC_EI_EF_110518_-versaofinal_site.pdf. Acesso em: 10 mar. 2019.

BRASIL. Lei n. 9.615, de 24 de março de 1998. Institui normas gerais sobre o desporto e dá outras providências. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**, Brasília, DF: Poder Executivo, 1998.

BRUEL, M. R. Função social do esporte. **Motrivência: Revista de Educação Física, Esporte e Lazer**, Florianópolis, v. 2, p. 108-111, jun. 1989. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivencia/article/view/19978/18382>. Acesso em: 15 abr. 2018.

- CARNEIRO, Á. V. **Basquetebol como instrumento de inclusão e desenvolvimento social**. 2007. 36 p. Dissertação (Bacharel em Comunicação Social) – Centro Universitário de Brasília, Brasília, DF, 2007. Disponível em: <http://repositorio.uniceub.br/bitstream/123456789/1485/2/20225844.pdf>. Acesso em: 04 mar. 2018.
- CASTRO, S. B. E. de; SOUZA, D. L. Significados de um projeto social esportivo: um estudo a partir das perspectivas de profissionais, pais, crianças e adolescentes. **Movimento**, v. 17, n. 4, 2011.
- CAVALCANTI, L. A. Fatores que motivam alunos, professores e gestores na prática e desenvolvimento do futsal escolar. **RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 5, n. 18, 2013. Disponível em: <file:///C:/Users/User/Downloads/189-889-2-PB.pdf>. Acesso em: 01 abr. 2019.
- CORREIA, M. M. Projetos sociais em educação física, esporte e lazer: reflexões preliminares para uma gestão social. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 29, n. 3, p. 91-105, 2008. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/4013/401338533007.pdf>. Acesso em: 27 set. 2018.
- EIDELWEIN, B. Esporte na Educação Física escolar e sua importância na sociabilização. **Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v. 147, ago. 2010. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd147/esporte-na-educacao-fisica-escolar.htm>. Acesso em: 25 abr. 2019.
- FORMIGA, N. S. Valores humanos e hábitos de lazer: Um estudo correlacional em jovens. **Psicologia argumento**, v. 27, n. 56, p. 23-33, 2017. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/19657>. Acesso em: 01 abr. 2019.
- GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisas**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GOHN, M. da G. Educação não-formal, participação da sociedade civil e estruturas colegiadas nas escolas. **Revista Ensaio-Avaliação e Políticas Públicas em Educação**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 50, p. 11-25, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ensaio/v14n50/30405/>. Acesso em: 28 abr. 2018.
- GUARÁ, I. M. F. R. Educação e desenvolvimento integral: articulando saberes na escola e além da escola. **Em Aberto**, v. 21, n. 80, 2009.
- MACEDO, L. S. **O ensino do futsal na educação física escolar**. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

MACHADO, G. V.; GALATTI, L. R.; PAES, R. R. Pedagogia do esporte e projetos sociais: interlocuções sobre a prática pedagógica. **Movimento**: Revista da escola de educação física da UFRGS, Porto Alegre, v. 2, p. 406-418, jun. 2015. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/48275>. Acesso em: 15 abr. 2018.

MACHADO, G. V.; GALATTI, L. R.; PAES, R. R. Seleção de conteúdos e procedimentos pedagógicos para o ensino do esporte em projetos sociais: reflexões a partir dos jogos esportivos coletivos. **Motrivência**, n. 39, p. 164-176, 7 dez. 2012. DOI 10.5007/2175-8042.2012v24n39p164.

PASSOS, F. B.; ATHAYDE, P. A. Esporte e políticas sociais no Brasil: uma discussão sobre cidadania e emancipação humana. **Pensar a Prática**, v. 21, n. 3, 2018.

PÍFFERO, C. M.; VALENTINI, N. C. Habilidades especializadas do tênis: um estudo de intervenção na iniciação esportiva com crianças escolares. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 24, n. 2, p. 149-163, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v24n2/v24n2a01>. Acesso em: 01 abr. 2019.

SANTOS, A. M.; NETO, F. R.; PIMENTA, R. A. Avaliação das habilidades motoras de crianças participantes de projetos sociais/esportivos. **Motricidade**, v. 9, n. 2, p. 51-61, 2013. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-107X2013000200006. Acesso em: 27 set. 2018.

STIGGER, M. P.; THOMASSIM, L. E. Entre o “serve” e o “significa”: Uma análise sobre expectativas atribuídas ao esporte em projetos sociais. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 16, n. 2, 2013.

TANI, G. *et al.* O ensino de habilidades motoras esportivas na escola e o esporte de alto rendimento: discurso, realidade e possibilidades. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 27, n. 3, p. 507-518, 2013. Disponível em: <http://www.periodicos.usp.br/rbefe/article/view/63120>. Acesso em: mar. 2019.

VALARELLI, L. L. Indicadores de resultados de projetos sociais. **Apoio à Gestão**. Rio de Janeiro: [s. n.], 1999. Disponível em: <http://www.projeccia.com.br/images/download/organizacional/Indicadores%20de%20resultados%20-%20Leandro%20Valarelli.pdf>. Acesso em: 1 maio 2018.

VIANNA, J. A.; LOVISOLO, H. R. A inclusão social através do esporte: a percepção dos educadores. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 25, n. 2, p. 285-296, 2011.

SINTOMAS DE ESTRESSE PRÉ-COMPETITIVO DE ALUNOS PRATICANTES DE HANDEBOL

Gabriel Werlang Alberguini¹
Marly Baretta²

1 INTRODUÇÃO

A escola tem um papel fundamental no desenvolvimento do indivíduo, pois as experiências adquiridas durante essa fase são essenciais para seu crescimento físico, motor, social e psicológico. A educação física escolar é uma disciplina que visa instruir uma série de conteúdos, de modo que o aluno desperte interesse em atividades e exercícios práticos, criando experiências pessoais e desenvolvendo habilidades de reconhecer e respeitar suas características físicas. Sua prática deve ser estimulada desde a pré-escola, para que o aluno possa vivenciar todo esse processo até seu amadurecimento.

Nas aulas de educação física, o esporte é muito presente. Na medida que os alunos crescem, vivenciam de maneira lúdica várias modalidades esportivas para que criem um vínculo pelo esporte e, possivelmente, desenvolvam habilidades para participar de competições e praticar alguma atividade física com o intuito de beneficiar a saúde e melhorar a qualidade de vida quando se tornarem adultos. Durante esse período escolar, muitos alunos acabam atuando em competições esportivas à nível escolar, regional e estadual e ficam sujeitos ao estresse diante delas. Identificar possíveis preocupações pode ser muito importante para evitar possíveis frustrações, e melhorar o rendimento. Diante disso, este estudo tem como objetivo investigar os principais sintomas de estresse pré-competitivo em alunos praticantes de handebol de Luzerna, SC.

¹ Graduando em Educação Física pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; gabrielalberguini@hotmail.com

² Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade do Oeste de Santa Catarina; Professora no Curso de Educação Física da Universidade do Oeste de Santa Catarina; marly.baretta@unoesc.edu.br

2 REVISÃO DE LITERATURA

O esporte é tradicionalmente considerado uma atividade positiva na educação do aluno. Disciplina, solidariedade, senso de justiça e trabalho em equipe são alguns dos inúmeros valores lembrados para destacar a importância da prática esportiva na formação de crianças e jovens. É importante ressaltar que o primeiro ambiente em que as crianças têm contato com esporte é na escola, seja de maneira individual ou coletiva, e nela também, os alunos iniciam as primeiras competições esportivas e ficam dispostos a desenvolver estresse.

Segundo Cobra (2003), a vida moderna é caracterizada pela grande aceleração dos acontecimentos, pela agitação da vida moderna e por novos hábitos de vida. Tudo acontece de forma muito rápida e as pessoas são expostas a uma sobrecarga de estímulos que sufoca e oprime. É o conhecido estresse que, de uma forma ou de outra, atinge a todos. Mas o estresse, em si, não é algo ruim; na verdade, é uma importante resposta do organismo para a manutenção da vida. Ele leva a fazer o que é necessário e desperta o melhor do desempenho nos momentos em que ele é exigido.

O período infanto-juvenil compreende o período de transição da infância para a adolescência, que ocorre aproximadamente a partir dos 10 anos de idade. Este período é caracterizado por diversas mudanças corporais, fisiológicas e psicológicas advindas da maturação (GALLAHUE; OZMUN, 2001).

O avanço de componentes físicos e psicológicos na maturidade, somado às condições naturais que o indivíduo traz ao nascer, em seu código genético é potencializado pelas atividades que ele realiza no meio social e cultural. Assim, o ato de praticar esportes, em suas diferentes especificidades, exige dos jovens atletas um alto desenvolvimento de suas funções, qualidades e estados psíquicos para a sua permanência no processo de preparação e competição esportiva de modo que o início esportivo precoce e inadequado pode desencadear um processo de desgaste e desilusão com o esporte chamado síndrome da saturação esportiva (CARRAVETTA, 2001).

Segundo Samulski (2009), o termo estresse é um estado de desestabilização psicofísica ou a perturbação do equilíbrio entre a pessoa e o meio ambiente. O estresse para jovens atletas está relacionado à complexidade da tarefa (quando esta é maior

que os recursos do praticante), à pressão exercida por adultos envolvidos no processo competitivo (pais e técnicos), à definição irreal de objetivos, ao nível de expectativa exagerado (pessoal e dos outros) em relação ao desempenho, e ao treinamento e especialização precoce.

Quando a criança enfrenta um estresse prolongado, diversas consequências poderão surgir e afetar seu desenvolvimento. Segundo Lipp (2002), elas podem ser de natureza física, emocional e social, ocorrendo de imediato em crianças e adolescentes. A presença do estresse por um período prolongado obriga as glândulas suprarrenais a produzir corticosteroides em uma quantidade muito grande, e assim, afeta o sistema imunológico, reduzindo a resistência da criança, que se torna vulnerável a quaisquer doenças contagiosas como outras doenças que permaneciam latentes podem ser desencadeadas. Os problemas dermatológicos, intestinais, respiratórios são os mais comuns.

Outra consequência que pode acontecer devido ao estresse prolongado nos alunos é a Síndrome de Burnout, descrita em 1974 pelo médico psicanalista americano Herbert Freudenberger como o desgaste emocional que danifica aspectos físicos e psicológicos. De acordo com Santini e Molina Neto (2005), reações como insônias, dores musculares, irritabilidade, incapacidade de relaxar, perda da iniciativa, impaciência, baixa autoestima e tendência ao isolamento são algumas das inúmeras reações que essa síndrome pode desencadear.

Para Barreto (2003) todo atleta, em sua carreira esportiva, está sujeito a enfrentar uma grande constelação de tipos de estresse e seu organismo se prepara para reagir por meio de mecanismos hormonais e autonômicos simpáticos, manifestados pela baixa, média e alta intensidade. Além disso, os atletas diferem muito na maneira como respondem ao estresse competitivo e que sua performance vai depender diretamente da forma como percebem e reagem a essa condição. Nesse sentido, identificar o estresse em jovens atletas apresenta um papel relevante, pois não se pode ignorar que nesta fase do desenvolvimento do indivíduo, o seu organismo e a sua estrutura afetivo-emocional estão mais suscetíveis a desequilíbrios graves e de consequências perduráveis, especialmente quando submetidos a pressões constantes.

Conforme Stefanello (2007) a competição esportiva nem sempre representa uma fonte de estresse para o atleta, em alguns casos pode representar uma forte ameaça ao seu bem-estar físico, psicológico e social e, em outros casos, pode ter um

caráter desafiador e motivador. Considerando a escola um dos lugares onde as crianças e jovens mais aprendem durante a vida, e com a expectativa de formar adultos justos e competentes para exercer as atividades que lhe são impostas, cuidar da saúde mental dos mesmos é uma tarefa importante que deve ser realizada pelos pais, professores e direção para conhecer sua especificidade e respeitas as individualidades.

3 MÉTODO

O estudo caracteriza-se como uma pesquisa descritiva e quantitativa. A escola possui uma população de aproximadamente 110 jovens com idades de oito a 17 anos, de ambos os sexos, que participam da escolinha de handebol. Em conversa com o professor da escola, optou-se por aplicar o questionário e avaliar apenas as categorias sub 14, 16 e 18, pelo fato de serem alunos mais experientes, totalizando uma amostra de 83 indivíduos. A categoria sub 14 possui 34 alunos, sendo 18 do sexo masculino e 16 do feminino, na categoria sub 16, participam 27 alunos sendo 11 do sexo masculino e 16 do feminino, e na categoria sub 18 participam 22 alunos sendo 12 do sexo masculino e dez do feminino. Os treinos duram em média 90 minutos, acontecem duas vezes por semana e são realizados separadamente por categoria e gênero. Durante o ano, as equipes participam aproximadamente de cinco competições, sendo elas de nível escolar, regional e estadual.

A coleta de dados foi realizada pelo acadêmico responsável por este estudo, utilizando um questionário. O acadêmico foi convidado pelo professor da escola para viajar e acompanhar os alunos em uma competição de nível regional em outro município para que o questionário fosse respondido no dia do jogo, até 30 minutos antes do início da partida, pois desta maneira acreditava-se que as respostas seriam mais concisas e válidas.

Para a coleta de dados foi utilizada a Lista de Sintomas de Estresse Pré-Competitivo Infante-Juvenil (LSSPCI), proposta por De Rose Junior (1998). A LSSPCI é composta por 31 sintomas de estresse que podem ser apresentados pelo atleta diante de alguma competição. É um questionário em que o indivíduo possui opções de resposta que variam de um a cinco, sendo 1 = nunca, 2 = poucas vezes, 3 = algumas vezes, 4

= muitas vezes, 5 = sempre. De acordo com as respostas, puderam ser verificadas a frequência que algumas situações como ansiedade, impaciência, medo de decepções, cansaço e preocupação, ocorreram em um período de 24 horas antes da competição.

Para a coleta de dados, primeiramente foi mantido contato com a direção da escola, solicitando autorização e informando todos os procedimentos que seriam realizados na pesquisa. Em seguida foi estabelecido contato com o professor de handebol dos alunos, para marcar as datas de entrega dos termos de autorização. Como critério de inclusão na pesquisa, os pais ou responsáveis pelos alunos assinaram um termo. Para evitar perdas, o acadêmico realizou o recolhimento das autorizações na escola em dias distintos.

Ao final da coleta dos dados, foi feita uma análise para determinar os valores percentuais e descrever os principais níveis de estresse apresentados, distinguindo os grupos por gênero.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o objetivo de identificar os principais sintomas de estresse pré-competitivo dos alunos praticantes de handebol foram investigados 83 escolares que participam de competições a nível municipal, regional e estadual durante o ano. A composição da amostra foi de 41 (49,4%) alunos do sexo masculino, e 42 (50,6%) do sexo feminino.

Tabela 1 - Frequência dos sintomas de estresse pré-competitivo em alunos do sexo masculino (Luzerna, 2018)

Sintomas	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	%	%	%	%	%
1 - Meu coração bate mais rápido que o normal	9,7	7,3	48,9	14,6	19,5
2 - Suo bastante	7,3	2,4	12,2	24,4	53,6
3 - Fico agitado	12,2	24,4	24,4	21,9	17,1
4 - Fico preocupado com críticas das pessoas	29,3	24,4	19,5	14,6	12,2
5 - Sinto muita vontade de fazer xixi	53,6	19,5	14,6	12,3	0,0

Sintomas	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	%	%	%	%	%
6 - Fico preocupado(a) com meus adversários	19,5	34,1	17,1	19,5	9,8
7 - Bebo muita água	21,9	19,5	12,2	9,7	36,7
8 - Roo (como) as unhas	34,1	17,1	4,9	19,5	24,4
9 - Fico empolgado(a)	2,4	4,9	19,5	43,9	29,3
10 - Fico aflito(a)	14,6	36,6	26,8	9,7	12,3
11 - Tenho medo de competir mal	24,4	14,6	17,2	21,9	21,9
12 - Demoro muito pra dormir	29,4	21,9	21,9	17,1	9,7
13 - Tenho dúvidas sobre minha capacidade de competir	36,6	29,3	17,1	12,2	4,8
14 - Sonho com a competição	56,1	9,7	19,5	9,7	4,8
15 - Fico nervoso(a)	24,4	19,5	14,6	17,1	24,4
16 - Fico preocupado(a) com o resultado da competição	4,9	9,7	29,3	34,1	21,9
17 - Minha boca fica seca	43,9	9,7	24,4	12,2	9,7
18 - Sinto muito cansaço ao final do treino	9,7	12,2	34,1	24,4	19,5
19 - A presença de meus pais na competição Me preocupa	39,0	14,6	19,5	12,2	14,6
20 - Falo muito sobre a competição	24,4	43,9	14,6	9,8	7,3
21 - Tenho medo de perder	0,0	7,3	34,2	26,8	31,7
22 - Fico impaciente	19,5	17,1	26,8	12,2	24,4
23 - Não penso em outra coisa a não ser na competição	29,3	29,3	14,6	12,2	14,6
24 - Não vejo a hora de competir	12,2	12,2	19,5	26,8	29,3
25 - Fico emocionado(a)	21,9	19,5	24,4	14,6	19,6
26 - Fico ansioso(a)	0,0	4,9	14,6	24,4	56,1
27 - No dia da competição acordo mais cedo que o normal	21,9	26,8	17,1	19,5	14,7
28 - Tenho medo de decepcionar as pessoas	9,8	24,4	12,2	31,7	21,9
29 - Sinto-me mais responsável	14,6	12,2	29,3	19,5	24,4
30 - Sinto que as pessoas exigem muito de mim	34,1	24,4	17,2	14,6	9,7
31 - Tenho medo de cometer erros na competição	2,4	7,3	17,2	46,3	26,8

Fonte: os autores.

Percebe-se na Tabela 1, que os meninos investigados apresentaram sintomas de estresse mais evidentes em “Suo bastante” (53,6%) e “Fico ansioso” (56,1%). Por outro lado, 56,1% assinalaram a opção “nunca” para o sintoma “Sonho com a competição” e 53,6% também optaram pela mesma alternativa para “Sinto muita vontade de fazer xixi”.

Considerando a frequência elevada dos sintomas, ao somar “muitas vezes” e “sempre”, obtêm-se 73,2% dos alunos que dizem ficar empolgados com a competição, resultado semelhante ao encontrado por Ferreira Filho e Zaballa (2009) em um estudo desenvolvido com alunos praticantes de voleibol de 11 a 13 anos que participaram de competições à nível municipal, regional, estadual, nacional e internacional, e que demonstraram ficar empolgados com a proximidade da competição. Apesar desses valores médios serem semelhantes, o impacto do estresse sobre os alunos investigados nessa pesquisa pode ser considerado maior, visto que, participam apenas de competições à nível municipal, regional e estadual.

Outras situações que aparecem com frequência foram os sintomas “Tenho medo de decepcionar as pessoas” (53,6%) e “Fico preocupado(a) com o resultado da competição” (56,1%). Segundo Weinberg e Gould (2001), a intensidade com que o estresse é vivenciado pelo aluno é dependente da forma com que esse consegue encarar as inúmeras situações que ocorrem no jogo. Nervosismo, preocupação e agitação corporal indicam ansiedade elevada que, se não controlada, pode trazer prejuízo ao praticante.

Os resultados apresentados pelos alunos do sexo masculino estão relacionados a sintomas psicológicos que podem acabar interferindo de maneira negativa durante sua atuação no jogo e gerar ansiedade, desconforto e insegurança.

Tabela 2 - Frequência dos sintomas de estresse pré-competitivo em alunos do sexo feminino (Luzerna, 2018)

Sintomas	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	%	%	%	%	%
1 - Meu coração bate mais rápido que o normal	7,1	16,7	26,2	35,7	14,3
2 - Suo bastante	14,3	23,8	9,5	33,3	19,1

Sintomas	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	%	%	%	%	%
3 - Fico agitado	9,5	9,5	26,2	28,6	26,2
4 - Fico preocupado com críticas das pessoas	11,9	21,4	14,3	38,1	14,3
5 - Sinto muita vontade de fazer xixi	16,7	28,6	26,2	19,0	9,5
6 - Fico preocupado(a) com meus adversários	7,1	9,5	14,3	47,6	21,4
7 - Bebo muita água	9,5	21,4	45,3	14,3	9,5
8 - Roo (como) as unhas	23,8	16,7	9,5	21,4	28,6
9 - Fico empolgado(a)	2,4	4,8	9,5	30,9	52,4
10 - Fico aflito(a)	21,4	16,7	9,5	21,4	28,6
11 - Tenho medo de competir mal	2,4	7,1	9,5	16,7	64,3
12 - Demoro muito pra dormir	19,1	9,5	33,3	11,9	26,2
13 - Tenho dúvidas sobre minha capacidade de competir	4,8	4,8	11,9	42,8	35,7
14 - Sonho com a competição	28,6	16,7	28,6	14,2	11,9
15 - Fico nervoso(a)	4,8	2,4	7,1	23,8	61,9
16 - Fico preocupado(a) com o resultado da competição	9,5	2,4	7,1	23,8	57,2
17 - Minha boca fica seca	11,9	21,4	30,9	19,0	16,8
18 - Sinto muito cansaço ao final do treino	19,0	23,8	21,4	19,0	16,8
19 - A presença de meus pais na competição me preocupa	26,2	9,5	21,4	14,3	28,6
20 - Falo muito sobre a competição	9,5	21,4	30,9	23,8	14,3
21 - Tenho medo de perder	16,7	11,9	26,2	21,4	23,8
22 - Fico impaciente	9,5	701	33,3	35,8	14,3
23 - Não penso em outra coisa a não ser na competição	26,3	33,3	19,0	7,1	14,3
24 - Não vejo a hora de competir	11,9	28,6	16,7	19,0	23,8
25 - Fico emocionado(a)	2,4	26,2	33,3	16,7	21,4
26 - Fico ansioso(a)	4,8	4,8	19,0	30,9	40,5
27 - No dia da competição acordo mais cedo que o normal	11,9	16,7	23,8	21,4	26,2

Sintomas	Nunca	Poucas vezes	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
	%	%	%	%	%
28 – Tenho medo de decepcionar as pessoas	4,8	4,8	7,1	35,7	47,6
29 – Sinto-me mais responsável	11,9	14,3	28,6	30,9	14,3
30 – Sinto que as pessoas exigem muito de mim	23,8	21,4	19,0	19,0	16,8
31 – Tenho medo de cometer erros na competição	0,0	2,4	2,4	23,8	71,4

Fonte: os autores.

Na Tabela 2, os sintomas mais presentes nas meninas foram “Tenho medo de cometer erros na competição” (71,4%), “Tenho medo de competir mal” (64,3%), “Fico nervoso” (61,9%), “Fico preocupado com o resultado da competição” (57,2%) e “Fico empolgado” (52,4%). Em estudo realizado por Gutierrez e Voser (2012) com alunos de voleibol de 15 a 17 anos, foram encontrados uma grande incidência desses mesmos fatores de estresse. Nota-se que das 42 alunas que responderam o questionário, 30 apresentam medo de cometer erros na competição (71,4%). Considerando a frequência elevada dos sintomas, ao somar “muitas vezes” e “sempre”, 83,3% das alunas tem medo de decepcionar as pessoas, 78,5% tem dúvidas sobre sua capacidade de competir e 71,4% demonstram ficar ansiosas antes da competição.

Observando os percentuais dos meninos e meninas é possível observar que as meninas apresentam valores maiores de estresse pré-competitivo do que os meninos, o que foi constatado também por Becker Junior (2000). No estudo realizado por esse autor, as atletas do sexo feminino têm maior preponderância a serem mais estressadas antes das competições do que os atletas do sexo masculino.

Nos estudos de De Rose Junior et al. (2000) que pesquisaram um total de 723 jovens com faixa etária de 10 a 17 anos, os resultados obtidos revelam que as meninas apresentam uma frequência de ocorrência de estresse significativamente maior, quando comparada aos meninos.

Quadro 1 - Frequência dos sintomas de estresse pré-competitivo dos escolares (Luzerna, 2018)

Sintomas	Respostas
1 - Meu coração bate mais rápido que o normal	Algumas vezes
2 - Suo bastante	Sempre
3 - Fico agitado	Algumas vezes
4 - Fico preocupado com críticas das pessoas	Muitas vezes
5 - Sinto muita vontade de fazer xixi	Nunca
6 - Fico preocupado(a) com meus adversários	Muitas vezes
7 - Bebo muita água	Algumas vezes
8 - Roo (como) as unhas	Nunca
9 - Fico empolgado(a)	Sempre
10 - Fico aflito(a)	Poucas vezes
11 - Tenho medo de competir mal(a)	Sempre
12 - Demoro muito pra dormir	Algumas vezes
13 - Tenho dúvidas sobre minha capacidade de competir	Muitas vezes
14 - Sonho com a competição	Nunca
15 - Fico nervoso(a)	Sempre
16 - Fico preocupado(a) com o resultado da competição	Sempre
17 - Minha boca fica seca	Algumas vezes
18 - Sinto muito cansaço ao final do treino	Algumas vezes
19 - A presença de meus pais na competição me preocupa	Nunca
20 - Falo muito sobre a competição	Algumas vezes
21 - Tenho medo de perder	Algumas vezes
22 - Fico impaciente	Algumas vezes
23 - Não penso em outra coisa a não ser na competição	Poucas vezes
24 - Não vejo a hora de competir	Sempre

Sintomas	Respostas
25 - Fico emocionado(a)	Algumas vezes
26 - Fico ansioso(a)	Sempre
27 - No dia da competição acordo mais cedo que o normal	Poucas vezes
28 - Tenho medo de decepcionar as pessoas	Sempre
29 - Sinto-me mais responsável	Algumas vezes
30 - Sinto que as pessoas exigem muito de mim	Nunca
31 - Tenho medo de cometer erros na competição	Sempre

Fonte: os autores.

No Quadro 1 é possível observar a moda das respostas de cada sintoma apresentada pelo instrumento de coleta de dados. Foram consideradas todas as respostas apresentadas pela totalidade da amostra.

Dos 31 sintomas do questionário, “algumas vezes” é a frequência que mais aparece com 35,5% das respostas, enquanto “poucas vezes” e “muitas vezes” apresentaram ambas, o menor percentual (9,7%).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com as respostas obtidas no questionário, observou-se que meninos e meninas apresentam sintomas de estresse pré-competitivo e, de acordo com a literatura pesquisada, esses sintomas proporcionam um nível considerável de estresse e ansiedade nos momentos importantes. No sexo masculino os sintomas mais evidentes encontrados foram: “Suo bastante” (53,6%) e “Fico ansioso” (56,1%). No sexo feminino “Tenho medo de cometer erros na competição” (71,4%), “Tenho medo de competir mal” (64,3%), “Fico nervoso” (61,9%), “Fico preocupado com o resultado da competição” (57,2%) e “Fico empolgado” (52,4%) são os sintomas com maior incidência.

A iniciação ao esporte também é possibilitada por meio das aulas de educação física escolar e é fundamental que o aluno inicie o esporte e se mantenha

nele. Entretanto, deve existir sempre uma conduta positiva para evitar o estresse e outros sintomas que podem levar a desistência da prática esportiva.

É interessante destacar que, com a era da globalização e da tecnologia rápida, os jovens estão cada vez mais inseridos em uma competição constante e acirrada em tudo que realizam, todavia estão predispostos a desenvolver estresse, descontrole emocional e inseguranças. É notória a importância de buscar estratégias para trabalhar com os alunos e tentar diminuir esses sintomas, visto que, o estresse pode causar alterações antes das competições, modificando as horas de sono e prejudicando de maneira geral o desempenho. Por isso, identificar os sintomas de estresse pré-competitivo é essencial para garantir a integridade física e mental e, consequentemente, aumentar o rendimento dos alunos em quadra.

REFERÊNCIAS

BARRETO, J. A. **Psicologia do esporte para o atleta de alto rendimento**. Rio de Janeiro: Shape, 2003.

BECKER JÚNIOR, B. **Manual de psicologia do esporte & exercício**. Porto Alegre: Nova Prova, 2000.

CAPUTO, E. L.; ROMBALDI, A. J.; DA SILVA, M. C. Sintomas de estresse pré-competitivo em atletas adolescentes de handebol. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 39, n. 1, p. 68-72, 2017. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S010132891600007X>. Acesso em: 21 out. 2018.

CARRAVETTA, É. **O Jogador de futebol: técnicas, treinamento e rendimento**. Porto Alegre: Mercado Aberto, 2001.

COBRA, N. **A semente da vitória**. 47. ed. São Paulo: Ed. Senac, 2003.

COSTA, P. G.; SOUZA, W. S. Análise do estresse psíquico em atletas de futebol sub-17 no período pré-competitivo. **Revista Brasileira de Futebol**, v. 8, n. 1, p. 54-75, 2015. Disponível em: <http://www.seer.ufr.br/seer/rbf/index.php/RBFutebol/article/view/191>. Acesso em 21 out. 2018.

DE ROSE JUNIOR, D. A competição como fonte de estresse no esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 4, p. 19-26, 2002. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/viewFile/466/492>. Acesso em: 14 maio 2018.

DE ROSE JUNIOR, D. *et al.* Sintomas de estresse pré-competitivo em jovens desportistas Brasileiros. **Revista de Psicologia de Desporte - RPD**, v. 9, n. 1/2, p. 143-157, 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbce/v39n1/0101-3289-rbce-39-01-0068.pdf>. Acesso em: 13 out. 2018.

DE ROSE JUNIOR, D. Lista de sintomas de “stress” pré-competitivo infanto-juvenil: elaboração e validação de um instrumento. **Revista Paulista de Educação Física**, v. 12, n. 2, p. 126-33, jul./dez. 1998. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rpef/article/download/139540/134845>. Acesso em: 16 mar. 2018.

FERREIRA, R. A. F.; ZABALLA, F. Avaliação do nível de estresse pré-competitivo em alunas de equipes escolares de voleibol feminino na faixa etária de 11 a 13 anos de idade. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, n. 135, ago. 2009. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd135/nivel-de-estresse-pre-competitivo-em-voleibol-feminino.html>. Acesso em: 18 out. 2018.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor**: bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte, 2001.

GUTIERREZ, F. J.; VOSER, R. C. Sintomas de stress pré-competitivo em escolares praticantes de voleibol masculino da cidade de Pelotas. **EFDeportes.com, Revista Digital**, Buenos Aires, n. 165, fev. 2012. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd165/sintomas-de-stress-pre-competitivo-em-voleibol.htm>. Acesso em: 19 out. 2018.

LIPP, M. E. N. *et al.* O estresse em escolares. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 6, n. 1, p. 51-56. 2002. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-85572002000100006&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 4 maio 2018.

SAMULSKI, D. M. **Psicologia do esporte**: conceitos e novas perspectivas. Barueri: Manole, 2009.

SANTINI, J.; MOLINA NETO, V. A síndrome do esgotamento profissional em professores de educação física: um estudo na rede municipal de ensino de Porto Alegre. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 19, n. 3, p. 209-222, 2005. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rbfe/article/view/16596>. Acesso em: 13 out. 2018.

STEFANELLO, J. Situações de estresse no vôlei de praia de alto rendimento: um estudo de caso com uma dupla olímpica. **Revista Portuguesa Ciências Desporto**, v. 7, n. 2, p. 1-11, 2007. Disponível em: http://www.fade.up.pt/rpcd/_arquivo/artigos_soltos/vol.7_nr.2/1-11.pdf. Acesso em: 4 abr. 2018.

WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. Porto Alegre: Artmed, 2001. Disponível em: https://scholar.google.com/scholar_lookup?title=Fundamentos%20da%20psicologia%20do%20esporte%20e%20do%20exerc%C3%ADcio&author=R.S.%20Weinberg&publication_year=2001. Acesso em: 19 out. 2018.

RESUMOS

A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E SUA RELAÇÃO COM A SAÚDE DOS ADOLESCENTES

William Boesing Pereira
Elisabeth Baretta

A adolescência é marco entre a vida adulta e infantil e nessa faixa etária é de fundamental importância trabalhar temáticas relacionadas à saúde, pois os alunos estão passando por uma mudança física e social. O Estágio Curricular Multidisciplinar II teve como objetivo promover a conscientização sobre os benefícios da alimentação saudável relacionando seus aspectos com a Educação Física escolar. A intervenção foi desenvolvida na Escola de Educação Básica Irmão Joaquim, em Ibicaré, SC, com 70 alunos do 9º e 8º ano, por meio de aulas realizadas de maneira prática e teórica, que contaram com a realização de mini gincanas, atividades práticas e explanações sobre a temática. Quanto as atividades propostas, foram realizadas de maneira satisfatória tanto para o estagiário quanto para os alunos, pois houve necessidade de adequação de atividades diante do que havia sido planejado. O estágio contribui para que o acadêmico saia da universidade melhor preparado para o mercado de trabalho, pois é um momento em que enfrenta desafios e é necessário encontrar alternativas para superá-los.

Palavras-chave: Hábitos saudáveis. Alimentação. Educação Física.

william.boesing@hormail.com

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

A IMPORTÂNCIA DO EXERCÍCIO FÍSICO NA ADOLESCÊNCIA

Pedro Henrique Dalmedico Menegat
Josiane Aparecida de Jesus

Crianças e adolescentes que ficam horas em frente a videogames, computadores, celulares, por um longo período podem ter impacto negativo quanto a frequência na prática de exercício físico. A falta de exercício físico ou a sua baixa frequência, bem como a alimentação inadequada trazem sérios danos à sua saúde. Este estágio teve como objetivo conscientizar os alunos sobre a importância da alimentação saudável, do exercício físico, quais são os benefícios para a saúde com sua prática e os malefícios causados pela inatividade física. As turmas envolvidas neste projeto foram 8º e 9º anos da Escola de Educação Básica Agenor Piovesan, que é uma escola estadual do município de Erval Velho – SC. Nas aulas foram abordados temas, como exercício físico, a importância de sua prática, benefícios, malefícios pela sua falta, o que se alia a ele, como uma alimentação saudável, entre outros, por meio de palestras de conscientização, para que os alunos percebessem a importância da prática de exercícios físicos para sua saúde e bem-estar, conciliando a isso uma alimentação saudável. As palestras foram realizadas por meio de *slides*, além de atividades práticas referentes ao assunto abordado na palestra. Ao final das aulas os alunos perceberam a importância do exercício físico e de uma alimentação saudável. Perceberam também que sua falta causa sérios danos à sua saúde. Assim, cada um teve seu *feedback*, sabendo em qual aspecto que deve melhorar. O estágio proporcionou uma experiência enorme, pois foi possível passar meu conhecimento para os alunos sobre os conteúdos trabalhados. Os alunos perceberam a importância do exercício físico e de uma alimentação saudável, e o que acontece com sua saúde na ausência deste.

Palavras-chave: Exercício. Alimentação saudável. Aptidão física.

pedro_menegat@hotmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

A PRÁTICA DO *FRISBEE* NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Bianca Marchioro

Marly Baretta

O estágio é importante no processo de formação do acadêmico, pois é nesse momento que se tem contato com a escola e os estudantes, aprende-se a planejar, desenvolver e aplicar os planos de aula. O ambiente escolar é o espaço para construção de conhecimentos e a participação efetiva nas aulas de educação física promove um melhor desenvolvimento dos domínios cognitivo, afetivo e motor dos estudantes. Neste sentido, o professor é um grande agente motivador com responsabilidade de incentivar os estudantes a participar das aulas, bem como oferecer atividades diversificadas, como exemplo o *frisbee* que é um jogo que se caracteriza pelo lançamento e recepção de um disco em que os jogadores precisam fazer com que ele chegue a um local determinado na quadra. O objetivo deste estágio foi possibilitar o conhecimento de um novo esporte - o *frisbee*, aos estudantes da escola, por meio da tecnologia, visando a socialização e despertando o prazer em praticar exercícios físicos. As atividades foram desenvolvidas com duas turmas de 8º ano de uma escola pública. O local utilizado para a realização das atividades foi a sala de aula, em que foram visualizados vídeos e apresentadas algumas informações pela acadêmica, com objetivo de obter conhecimento sobre o novo esporte e, então, construídos alguns *frisbees* pelos estudantes com material alternativo para as aulas práticas que foram realizadas no ginásio da escola. Acredita-se que os resultados foram atingidos, pois os estudantes envolveram-se na construção dos *frisbees* e participaram efetivamente, demonstrando entusiasmo nas atividades aplicadas pela acadêmica. Os estudantes relataram que, a princípio, não se sentiram motivados com o novo esporte, mas à medida que as atividades foram desenvolvidas, mudaram a percepção sobre ele. O estágio proporciona, aos acadêmicos, inúmeras situações, entre elas, a de como adaptar as atividades que não estão funcionando a contento, diminuir ou aumentar a intensidade e complexidade e aprender a lidar com as dificuldades enfrentadas pelos estudantes. Todas essas experiências são fundamentais para se ter sucesso profissional.

Palavras-chave: Esportes. Estudantes. Educação Física. Escola.

biancamarchioro2015@hotmail.com

marly.baretta@unoesc.edu.br

A PROMOÇÃO DA SAÚDE NA ESCOLA POR MEIO DO TÊNIS DE MESA

Maria Eduarda Alcântara
Elisabeth Baretta

A Educação Física na escola tem um papel importante na introdução da atividade física em prol da saúde, visto que essa disciplina proporciona ao aluno movimentar-se. Ao relacionar a movimentação com o intelecto, optou-se pelo Tênis de Mesa como tema da intervenção, uma vez que esse esporte é um dos que mais utiliza o raciocínio, desenvolvendo a concentração e a coordenação motora do aluno, além de locomover-se. O Estágio Curricular Multidisciplinar II teve como objetivo elaborar e desenvolver uma proposta didático-metodológica com base no esporte Tênis de Mesa voltada à saúde para alunos do ensino médio. A proposta iniciou por meio de observação das aulas de Educação Física dos 2º e 3º anos do ensino médio, que tinham 22 e 13 alunos respectivamente, possibilitando que o planejamento de intervenção fosse desenvolvido de acordo com o cronograma do professor regente. Após esse momento, a acadêmica aplicou oito aulas de intervenção (quatro em cada turma) de acordo com os planos de aula elaborados anteriormente. A experiência de intervenção foi de suma importância, pois possibilitou lidar com dificuldades e imprevistos, além de proporcionar um conhecimento relacionado ao ambiente escolar. No decorrer das atividades a participação dos alunos foi se consolidando, de maneira a perceber a relação do Tênis de Mesa com a saúde. Apesar das dificuldades encontradas no primeiro contato com os alunos, a acadêmica utilizou a experiência adquirida na universidade para remediar situações complexas. A realização da intervenção relacionando o Tênis de Mesa com a saúde na escola, foi muito importante não só na visão da acadêmica como na percepção dos alunos, que compreenderam que a prática regular está fortemente relacionada à atividade física e é uma possibilidade de ampliar as práticas corporais vivenciadas na Educação Física escolar.

Palavras-chave: Saúde. Tênis de mesa. Educação Física escolar.

eduarda_alc@hotmail.com

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL E ATIVIDADE FÍSICA NO CONTEXTO ESCOLAR

Milena Rodrigues Sobrinho
Marly Baretta

A escola se mostra um ambiente adequado para a reflexão sobre hábitos diários saudáveis, como alimentação e prática de atividade física e por oportunizar práticas de inclusão. Pelo fato da acadêmica ser surda, também se justifica neste trabalho o ensino de sinais básicos de alimentos e atividade física na língua de sinais - Libras, visando o contato dos alunos da escola com essa língua. Foi objetivo deste estágio elaborar e desenvolver uma proposta didático-metodológica com base em informações sobre a alimentação saudável e a constante prática de atividades físicas visando uma maior conscientização dos alunos, a fim de reforçar os benefícios à saúde trazidos por esses hábitos. O estágio se realizou em uma escola municipal, nas turmas de 8º e 9º anos. Como metodologia, utilizou-se uma apresentação em *power point*, na sequência, em grupos, orientados pela acadêmica, os alunos elaboraram um mural com as pirâmides: alimentar e atividade física. Posteriormente a acadêmica apresentou e realizou treinamento com os alunos sobre alguns sinais de alimentos e atividades físicas em Libras, complementando com uma atividade recreativa envolvendo a língua de sinais. Para finalizar, foi orientada e aplicada aos alunos práticas de atividades físicas que podem ser realizadas com autonomia dentro e fora da escola. Alguns alunos relataram que não têm o hábito de tomar café da manhã em casa antes de ir para a escola, sendo sua primeira refeição o lanche oferecido no intervalo escolar. Essa experiência estimulou a acadêmica no cuidado com a sua alimentação, uma vez que houve necessidade de estudo para transmitir informação aos alunos sobre hábitos alimentares e atividade física. A impressão da acadêmica foi de que as duas turmas gostaram de conhecer mais informações sobre alimentos e atividade física. Também se observou que os alunos demonstraram interesse pelo aprendizado dos sinais em Libras. Muitas disciplinas do curso de Educação Física foram importantes para esse momento, destacando-se “Nutrição” e “Treinamento Esportivo”.

Palavras-chave: Alimentação. Atividade física. Capacitação profissional. Escola. Línguas de sinais.

milena1sobrinho@gmail.com

marly.baretta@unoesc.edu.br

APLICAÇÃO DE JOGOS PRÉ-DESPORTIVOS VOLTADOS AO HANDEBOL NO ENSINO MÉDIO

Andressa Vedovatto Rayzer
Josiane Aparecida de Jesus

Este projeto abrange a aplicação de jogos pré-desportivos no ensino médio, a fim de incentivar e motivar sua prática pelos alunos. A Educação Física é de suma importância na formação do indivíduo, pois por meio dela os alunos desenvolverão o interesse pelos esportes e por uma vida saudável, a qual possui tamanha importância nos dias de hoje. O objetivo foi estimular a resolução de problemas no enredo dos jogos pré-desportivos, aperfeiçoar os fundamentos e melhorar o relacionamento entre colegas com a aplicação de jogos voltados ao handebol. O presente Projeto de Estágio Supervisionado I envolveu as turmas do 1º ano A e 1º ano B do ensino médio da Escola de Educação Básica Nelson Pedrini, localizada no Município de Joaçaba; foram realizadas oito aulas de regência, sendo quatro em cada turma. Por meio dos jogos pré-desportivos aplicados em aulas os alunos demonstraram grande interesse, o que resultou em atividades ativas que envolveram todos. Conclui-se que o Projeto de Estágio Supervisionado I possui grande importância para a formação acadêmica, visto que proporciona a vivência no âmbito escolar de maneira que o acadêmico possa passar pela experiência de como será seu ambiente de trabalho e possa aprender a se portar perante algumas dificuldades apresentadas durante sua regência. A prática vivenciada em aulas da Metodologia Handebol na Universidade foi de grande proveito, pois por meio delas foi possível a maior compreensão de como explicar cada atividade de maneira clara e simples, e por meio das aulas de Didática da Educação Física foi possível identificar a melhor metodologia a ser usada para aplicação de cada aula.

Palavras-chave: Educação Física. Jogos pré-desportivos. Handebol.

andressa.rayzer@unoesc.edu.br

josiane.jesus@unoesc.edu.br

APTIDÃO FÍSICA E COMPORTAMENTO SEDENTÁRIO DE ADOLESCENTES DO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL

Kagella Caroline Pimentel
Marly Baretta

Uma aptidão física adequada permite que o indivíduo realize as tarefas básicas do seu dia a dia sem que se sinta cansado ou indisposto, contribuindo para a promoção da sua saúde. A importância de ter hábitos saudáveis para manter o corpo saudável vai além da prática de atividade física, ressaltando-se a necessidade da alimentação equilibrada. O sedentarismo ocasiona vários problemas para muitos indivíduos; por esse motivo se justifica a realização de testes de aptidão física relacionada à saúde de escolares, demonstrando a importância da educação física escolar em relação à prevenção de agravos e a promoção da saúde. O objetivo do estágio foi avaliar a aptidão física voltada à saúde nas aulas de educação física escolar e identificar a prevalência e fatores associados ao nível insuficiente de prática de atividades físicas e exposição a comportamento sedentário em adolescentes do 9º ano do ensino fundamental. O estágio foi realizado em uma escola pública municipal de Herval d'Oeste, SC. As atividades foram desenvolvidas com aproximadamente 35 escolares de uma turma de 9º ano e foi aplicada a bateria de testes físicos do Manual Proesp (GAYA; GAYA, 2016), avaliando a aptidão física relacionada à saúde desses escolares. Os adolescentes, também responderam o questionário adaptado do instrumento utilizado no Inquérito Mundial de Saúde do Escolar - *Global School-Based Student Health Survey* (GSHS) (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2013) sobre hábitos saudáveis, a fim de identificar o nível suficiente ou insuficiente de atividade física. O aprendizado adquirido com o Estágio Multidisciplinar II foi imenso, visto que muitos escolares questionaram vários aspectos da bateria de testes físicos, e isso é motivante, pois saber que os escolares realmente demonstram interesse em conhecer mais sobre o assunto é gratificante. Percebeu-se que os escolares reconhecem a importância da prática de atividade física e como ela tem relação com a aptidão física relacionada à saúde. Essa vivência com o estágio é muito importante, trazendo conhecimento e aprimoramento à formação acadêmica.

Palavras-chave: Aptidão física. Saúde. Escolares. Capacitação profissional.

k_kagella@hotmail.com

marly.baretta@unoesc.edu.br

ATLETISMO NA ESCOLA E OS BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA SAÚDE

Alan Gross
Elisabeth Barreta

A prática de atividade física na infância e adolescência é um importante atributo que pode auxiliar na adoção de um estilo de vida mais saudável na fase adulta. A iniciação ao Atletismo constitui a primeira fase do processo de ensino e de aprendizagem para as formas de caminhar, correr, saltar, lançar e arremessar, de maneira ainda básica em relação aos padrões do esporte. O Estágio Curricular Multidisciplinar II objetivou abordar de forma teórica e prática a modalidade esportiva de Atletismo com alunos do 8º e 9º ano do ensino fundamental. A intervenção foi realizada com 42 alunos da Escola Municipal Rotary Fritz Lucht, localizada em Joaçaba, SC, supervisionada pelo professor de Educação Física da escola e ministrada pelo estagiário. As aplicações do estágio foram positivas e as atividades cumpridas com êxito. O planejamento foi seguido em todas as turmas, sendo necessário algumas adaptações devido a contratempos. Esta experiência corroborou no aprimoramento do acadêmico como futuro professor de Educação Física a partir de vivências práticas no meio escolar. Portanto, é fundamental a diversificação de conteúdos e propostas alternativas de aplicabilidade para a variedade de possibilidades da área nas aulas de Educação Física, ou mesmo, melhor aproveitamento do programa de ensino.

Palavras-chave: Atletismo. Qualidade de vida. Educação Física.

alangros@gmail.com

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

AVALIAÇÃO DO ESTILO DE VIDA DE ESTUDANTES DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL POR MEIO DO PENTÁCULO DO BEM-ESTAR

Paula Bizotto
Marly Baretta

A qualidade de vida do indivíduo é influenciada e determinada por parâmetros individuais e socioambientais. A avaliação de aspectos como nutrição, atividade física, relacionamentos, entre outros fatores que compõem o estilo de vida do indivíduo oportuniza uma reflexão sobre a relevância do cuidado com esses hábitos, permitindo identificar os que podem ser mantidos ou aprimorados e criar consciência dos que afetam negativamente a saúde e bem-estar, podendo, assim, modificá-los. O estágio teve como objetivo elaborar e desenvolver uma proposta didático-metodológica com base na avaliação do estilo de vida voltado à promoção da saúde para alunos dos anos finais do ensino fundamental de uma escola de Joaçaba. Após a realização de alguns estudos e orientações das professoras supervisoras, iniciaram-se as observações das aulas e, posteriormente, desenvolveu-se o planejamento de intervenção, que contemplou aulas teóricas retratando o conjunto de aspectos que influenciam a qualidade de vida, bem como a avaliação deles por meio do Pentágulo do Bem-Estar (NAHAS; BARROS; FRANCALACCI, 2000). Além disso, abordou atividades práticas no sentido de, por meio de jogos diferentes, incentivar a prática do exercício físico. Enfatiza-se a importância de introduzir temas como saúde e qualidade de vida no âmbito da Educação Física escolar, pois, tomar conhecimento de hábitos maléficos permite, ao indivíduo, a possibilidade de transformá-los, crescendo de forma mais saudável. A realização do estágio agregou, de forma positiva, diferentes conhecimentos na formação profissional. Oportunizou, por meio de desafios e aprendizagens, o desenvolvimento de autonomia, criatividade e sabedoria. Além disso, por se tratar de uma faixa etária diferente dos demais estágios, possibilitou uma experiência prática satisfatória de todo aprendizado teórico obtido até então.

Palavras-chave: Saúde. Escola. Educação física. Estilo de vida.

paulabizotto@hotmail.com

marly.baretta@unoesc.edu.br

CONTRIBUIÇÕES DO PIBID NA FORMAÇÃO DOCENTE NO CENTRO EDUCACIONAL ROBERTO TROMPOWSKY

Alex da Silva Angeli
Andressa Rayser
Guilherme Bissani
Higor Matheus Alves Garcia
Jhonatan Wesley Oliveira Dos Santos
Samuel Carlos Meisterlin
Jacqueline Salete Baptista Righi
Elisabeth Baretta

O Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, Pibid, é um programa que incentiva a docência, contribuindo para a valorização do magistério, ampliando a qualidade da formação inicial de estudantes dos cursos de licenciatura, promovendo a integração entre educação superior e educação básica. Ao oferecer bolsas, antecipa o vínculo de futuros professores às escolas, propiciando os diferentes saberes que representam práticas profissionais. O objetivo do programa é possibilitar a inserção dos acadêmicos no ambiente escolar, visando contribuir na sua formação por meio de vivências docentes, do desenvolvimento de relatos de experiência, observação e aplicação de práticas pedagógicas, intervindo na melhoria da qualidade de vida dos escolares. Implantado em 2014 por meio de Edital específico, o Pibid desenvolvido no Centro Educacional Roberto Trompowsky em Joaçaba, SC, é um programa que já proporcionou a inserção de mais de 30 bolsistas, 3.800 alunos dos períodos matutino e vespertino e cinco professores de Educação Física colaboradores, supervisionados por uma professora de Educação Física por meio do desenvolvimento de projetos pedagógicos, reuniões de trabalho, planejamento, construção de materiais pedagógicos, eventos extracurriculares e oficinas de formação promovidas pela coordenação de área em parceria com a Unoesc e o Curso de Educação Física. As práticas educativas são aplicadas na Educação Infantil e no Ensino Fundamental, sendo o Recreio Orientado o principal projeto, proporcionando aos escolares, melhorias nos aspectos do desenvolvimento motor, cognitivo e social. No Edital em vigor, o programa conta com uma coordenadora de área, uma professora supervisora e 10 bolsistas do curso de Educação Física sendo que a direção e coordenação pedagógica da escola atuam de forma integrada.

Com a inserção dos bolsistas no âmbito escolar, observa-se como acontecem as aulas de Educação Física e o processo educacional de forma integral. A junção dos conhecimentos torna possível potencializar o desenvolvimento global do escolar por meio de intervenções pedagógicas. Para os bolsistas do Pibid, a experiência de vivenciar as práticas pedagógicas existentes no ambiente escolar propicia um amplo embasamento para o desenvolvimento profissional, uma vez que são de fundamental importância e de alicerce na construção dos saberes à docência.

Palavras-chave: Pibid. Educação Física. Docência. Práticas pedagógicas.

jacquerighi@yahoo.com.br

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO I: OS ESPORTES NA ESCOLA

Leticia Welter de Lima
Gracielle Fin

O Estágio Curricular Supervisionado I foi desenvolvido por meio da soma dos componentes curriculares, que foram colocados em prática, primeiramente através das observações realizadas na Unidade Escolar, em seguida posto em prática através das regências das aulas de Educação Física do Ensino Médio. Os objetivos foram aprimorar e vivenciar o desenvolvimento prático das aulas de Educação Física no Ensino Médio; conhecer o ambiente escolar, com alunos de diferentes turmas, faixa etárias, de ambos os gêneros; aplicar planejamento de aulas de educação física no ensino médio. O estágio resulta em vários pontos positivos para o acadêmico, pois lhe coloca lado a lado com a realidade, as obrigações dos professores, que devem ter planejamento e muita organização para que tudo ocorra corretamente, juntamente com muito comprometimento e ética para realizar as atividades. O estágio é importante para os acadêmicos, pois proporciona uma experiência que vai prepará-los para sua futura profissão, os deixando cientes do que está por vir, depois de formados e atuantes da área. As atividades das aulas foram desenvolvidas tendo como tema o conteúdo de esportes, uma vez que o professor da disciplina na escola já estava trabalhando o Voleibol. Grande parte das turmas foram participativas, os alunos gostam da prática esportiva na Educação Física. Os alunos se propuseram a participar das atividades pois, foram feitas algumas variações que deixaram os alunos motivados a fazer as atividades. O curso de Educação Física proporciona ao longo dos anos vários componentes curriculares que se unem em prol desse momento que é a vivência prática, e todos os conteúdos estudados foram muito importantes para esse momento acontecer.

Palavras-chave: Educação Física. Esportes. Ensino médio. Estágio.

leticiawelter17@gmail.com

gracielle.fin@unoesc.edu.br

ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO I: O FUTSAL COMO CONTEÚDO DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Karen Fabiana Fiorio
Gracielle Fin

O Estágio Curricular Supervisionado I, por meio de observações de regências de aulas no ensino médio, foi realizado com o tema jogos pré-desportivos de futsal, visando reforçar a importância da prática esportiva e do futsal para os discentes. A prática do futsal permite que os alunos desenvolvam o interesse pelo esporte e por uma vida mais saudável e ativa – melhorando a qualidade de vida –, mostrando seus benefícios na Educação Física, bem como conscientizando que o futsal não se trata somente de um esporte competitivo. O objetivo foi ampliar a experiência como docente nas aulas de Educação Física, conhecendo a realidade escolar, observando e ministrando aulas no ensino médio, planejando-as conforme o contexto escolar e estimulando a resolução dos problemas no enredo dos jogos pré-desportivos do futsal. O Estágio Curricular Supervisionado I foi realizado na Escola de Educação Básica Professor Eugênio Marchetti, localizada no Município de Herval d'Oeste, SC, com duas turmas do 1º ano do Ensino Médio, no período matutino. Durante as atividades de jogos pré-desportivos de futsal aplicados durante as aulas os alunos demonstraram grande interesse e desempenho, o que resultou em pontos positivos para a formação do acadêmico, favorecendo a experiência prática e demonstrando a importância do estágio na preparação para a vida profissional. O estágio é de fundamental importância para que seja possível perceber a realidade das escolas, assim, têm-se a troca de experiências e os conhecimentos repassados pelos professores da Universidade, pelo professor da escola e, inclusive, pelos alunos. Como grande aprendizado ficam o planejamento e a realização das atividades propostas, tanto pelo professor regente quanto pelo acadêmico, pois por meio delas é possível perceber o que pode ser trabalhado com cada faixa etária.

Palavras-chave: Educação Física. Jogos. Futsal. Estágio curricular supervisionado.

karenffiorio@gmail.com

gracielle.fin@unoesc.edu.br

ESTÁGIO CURRICULAR SUPERVISIONADO I: EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Maieli Bertotti Stank
Josiane Aparecida de Jesus

Por meio deste projeto docente, referente ao Componente Curricular Estágio Curricular Supervisionado I, foi trabalhado a importância do futsal para o Ensino Médio e quais são seus benefícios para a Educação Física Escolar, bem como procurou-se mostrar o futsal não somente como um esporte competitivo. O objetivo deste projeto foi ensinar os principais fundamentos do futsal, bem como estimular as capacidades cognitivas de percepção, antecipação e tomada de decisão no futsal. O Estágio Curricular Supervisionado I foi realizado na Escola de Educação Básica Professor Eugênio Marchetti, localizada no Município de Herval d'Oeste, com as turmas 204 e 301 do Ensino Médio, no período matutino; cada aula, ministrada nas quartas e sextas-feiras, teve duração de uma hora. Foram aplicadas duas aulas por dia, em turmas com a média de 30 alunos, sendo quatro regências para cada turma. Esse período de estágio foi muito proveitoso, visto que o planejamento traçado foi cumprido, atendendo às expectativas e direcionando os alunos para uma atividade prazerosa. Ainda, novos conhecimentos foram repassados a eles, apresentando os ensinamentos da modalidade e, também, inserindo-os em um ambiente esportivo e saudável. Diante desse projeto, percebe-se a importância do estágio supervisionado na formação e preparação do futuro profissional, no sentido de desenvolver e tornar as aulas mais atrativas, servindo de aprendizagem ao acadêmico. Conclui-se que houve um bom andamento do projeto e que ele foi concluído com êxito.

Palavras-chave: Futsal. Educação Física. Escolares.

maielistank@gmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

ESTEREÓTIPO DE BELEZA: EDUCAÇÃO FÍSICA, PADRÃO DE BELEZA E ESTÉTICA

Isadora Santos da Silva
Elisabeth Baretta

A promoção da saúde e a exemplificação dos estereótipos, oportuniza ao aluno o aperfeiçoamento da capacidade de interpretar o seu cotidiano, bem como, assumir atitudes adequadas para a melhoria do bem-estar e qualidade de vida, descartando-se padrões de beleza e estética que possam comprometer hábitos saudáveis. Este trabalho teve como objetivo desenvolver uma proposta didático-metodológica de educação em saúde, com base em fatos do dia a dia de cada estudante. O Estágio Curricular Multidisciplinar II foi realizado em uma escola da rede estadual, em Água Doce, SC, com 58 alunos do 9º ano do período matutino. Na aula em sala, explicou-se a importância do corpo saudável diante dos mitos, pseudo-verdades sobre padrões de beleza e discursos estéticos, sendo que a mídia foi uma das principais vilãs abordadas. Na segunda aula, criaram-se cartazes priorizando o que é preciso para ter uma rotina saudável, e na terceira aula, na prática no ginásio, atividades foram aplicadas reforçando a importância dos hábitos saudáveis: exercícios físicos, alimentação, sono, vida social ativa e tudo o que pode contribuir para a saúde e bem-estar. Por meio do estágio observou-se que os alunos demonstraram interesse, empenho e motivação na busca do saber por assuntos relacionados à saúde e de sua realidade, envolvendo-se no processo de ensino e de aprendizagem de forma mais positiva, entendendo o real significado para a sua vida. Para o acadêmico, o estágio é uma oportunidade para colocar em prática tudo o que se aprendeu na universidade, com base em ensinamentos, teorias e práticas, pois entrar em contato com os adolescentes faz os futuros profissionais terem uma visão diferente de como será o mercado de trabalho.

Palavras-chave: Padrão de beleza. Saúde. Qualidade de vida.

isaah.silvaaa@gmail.com

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

EXERCÍCIOS FUNCIONAIS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR VOLTADOS PARA A SAÚDE

Gustavo Valmorbida
Josiane Aparecida de Jesus

A prática regular da atividade física pode proporcionar vários benefícios à saúde e ainda constitui uma forma efetiva na prevenção de doenças. Há evidências que a maioria dos adolescentes não atende às recomendações quanto à prática da atividade física que possa alcançar um impacto satisfatório à saúde. Dessa maneira, foi abordado o uso do treinamento funcional para a aplicação do estágio, com exercícios que apresentam propósitos específicos no seu dia a dia. O objetivo do estágio foi conscientizar os alunos a respeito da importância da prática de exercício físico de forma saudável. Foram ministradas 4 aulas com turmas do 9º ano do ensino fundamental e 1º ano do ensino médio, sobre o tema exercícios funcionais relacionados à saúde. A primeira aula foi teórica e dialogada; a segunda foi de exercícios de mobilidade relacionados à correção postural; na terceira aula foi aplicado um treino funcional com exercícios físicos predominantemente aeróbicos; e na quarta aula o treino funcional aplicado teve exercícios com predominância anaeróbica. A primeira aula foi feita em sala de aula com o uso do quadro e as demais foram feitas no ginásio da escola. Houve ótimos resultados com a execução das aulas e mesmo com turmas grandes tudo ocorreu como planejado. Poucos alunos faziam academia, portanto, apresentaram dificuldades na realização de alguns exercícios e movimentos, dessa forma, foi necessária a intervenção do estagiário, a fim de corrigi-los. Os alunos relataram ter gostado das atividades propostas. O estágio só vem a somar para a formação profissional do acadêmico, pois propicia a vivência prática da docência, que, aliada ao conteúdo teórico recebido na Universidade, complementa a formação do profissional de Educação Física.

Palavras-chave: Exercício. Saúde. Adolescente.

gustavovalmorbida01@gmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA COMO FORMA COMPLEMENTAR NO PROCESSO DE ENSINO E DE APRENDIZAGEM

Renan Souza
Elisabeth Baretta

As instituições universitárias possuem como funções básicas o ensino, a pesquisa e a extensão. A extensão universitária é a forma de interação entre a universidade e a comunidade na região onde está inserida, caracterizando-se pela diversidade de atividades e ações que atendam às necessidades e os anseios da comunidade acadêmica e externa, possibilitando a troca de valores entre a universidade e o meio. Diante do exposto, a Unoesc, *campus* Joaçaba, por meio do curso de Educação Física, realiza os projetos Unoesc Esporte, Unoesc Abraça e a Mostra Cultural com o objetivo de promoção da saúde, proporcionando atividades esportivas, recreativas, artísticos-culturais e de lazer. Além de executar os projetos próprios, o curso participa e auxilia, efetivamente, em outras ações institucionais e comunitárias de forma interdisciplinar, como o Unoesc na Escola, Pibid e Proesde, atua no desenvolvimento do desporto universitário, local, regional, estadual e nacional, apoiando e promovendo a Olimpíada Universitária, os Jogos Intercampi, JUCs e JUBs. Apoio aos projetos Caminhada Ecológica do curso de Ciências Biológicas, Educação Fiscal em parceria com a Receita Federal e o curso de Ciências Contábeis, Circuitos de Corrida e Caminhada Unimed e Irani, Cross Duathlon Caminhos da Montanha entre outros. Os projetos de extensão universitária, oportunizam à universidade socializar e democratizar o conhecimento de que é detentora, permitindo aos acadêmicos fundamentar os conceitos e teorias aprendidos nas atividades de ensino, consolidando e complementando o aprendizado com a aplicação prática. Ainda, possibilita a integração universidade-comunidade, conhecer a problemática no meio que está inserida e prestar serviços e assistência à comunidade.

Palavras-chave: Extensão. Comunidade. Educação Física.

renan-souza@unoesc.edu.br

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

IMPORTÂNCIA DA PERCEÇÃO DE IMAGEM CORPORAL EM ADOLESCENTES

Patrícia Cardoso de Oliveira
Josiane Aparecida de Jesus

A busca pelo corpo perfeito está muito grande principalmente na adolescência, que é um momento marcado pelo processo de mudanças em todas as questões, assim, a relação da imagem do corpo é algo que precisa ser bastante trabalhada e a educação física tem um papel essencial na melhoria e orientação em relação a imagem corporal. O objetivo do estágio é avaliar, analisar e orientar sobre a importância da percepção da imagem corporal em adolescentes da cidade de Água Doce-SC. As turmas envolvidas foram o 8º ano 01 e 8º ano 02, do ensino fundamental II, no período matutino. No primeiro momento foram realizados o cálculo de IMC de todos e aplicado o teste de Kakeshita (2009) com finalidade de saber como estaria a relação de imagem corporal dos alunos, o segundo momento foi com apoio de vídeos e após ocorreu uma conversa bem proveitosa entre o estagiário/acadêmico e os alunos, o tema discutido foi o corpo ideal, na terceira e quarta aula foram realizadas dinâmicas onde todos os alunos participaram e demonstraram interesse, ainda na quarta aula foi aplicado novamente o teste de Kakeshita (2009) para analisar possíveis mudanças nos resultados. As aplicações do estágio foram tranquilas, o professor e alunos se fizeram muito prestativos colaborando para que todos os testes fossem feitos, participando das dinâmicas e também das conversas realizadas, alcançado o objetivo do estágio sem nenhuma dificuldade. O estágio trouxe a oportunidade de trabalhar com adolescentes, um período conturbado, onde os mesmos passam pelo processo de mudanças em todas as questões. A relação da imagem do corpo é algo que precisa ser bastante trabalhada. Conclui-se que o estágio além de mostrar que a educação física não é apenas esportes, é de fundamental importância para o acadêmico, acarretando um aprendizado enorme, tendo assim uma evolução como acadêmico e como profissional, sendo que é imprescindível colocar em prática a teoria.

Palavras-chave: Adolescente. Educação Física. Imagem corporal.

paty-cardosoh12@hotmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

ÍNDICE DE MASSA CORPORAL E AUTOPERCEÇÃO DE IMAGEM EM ADOLESCENTES

Camila Marafon
Leoberto Ricardo Grigollo

A imagem corporal é uma característica de identidade pessoal e a fase da adolescência é destacada em razão de insatisfação com a mesma. Influenciado pela mídia, o adolescente tem um modelo de corpo idealizado em sua mente, gerando uma grande possibilidade de conflito entre a aceitação do próprio corpo e o desejo de corpo ideal. O Objetivo da presente pesquisa foi investigar o Índice de Massa Corporal (IMC) e relacioná-lo com a autopercepção de imagem corporal de adolescentes. A pesquisa caracteriza-se como descritiva, transversal e quantitativa. Foram avaliados o IMC e classificados conforme o Manual Proesp, de Gaya e Gaya (2016), e a satisfação da imagem corporal mediante a escala de silhuetas proposta por Stunkard et al. (1983 apud DAMASCENO *et al.*, 2005). Para o tratamento dos dados foi utilizada a estatística descritiva com frequência e percentual, média e desvio padrão, para o teste das médias foi utilizado o teste T, com significância de 95%. Participaram do estudo 169 adolescentes com faixa etária de 15 a 18 anos, de uma escola pública estadual no município de Ipira, SC. Os Resultados mostraram que em relação ao estado nutricional no sexo feminino obteve um número menor (61%) de indivíduos dentro da normalidade que no sexo masculino (82%). Em relação à imagem corporal, no sexo feminino a maioria das adolescentes mostrou-se insatisfeita por excesso de peso, apenas 36% mostraram-se satisfeitas com a própria imagem corporal. No sexo masculino, a maioria dos adolescentes mostrou-se satisfeitos com sua imagem corporal e 31% insatisfeitos por sua magreza. No sexo feminino temos uma quantidade maior de adolescentes que estão na zona de risco para a saúde em relação ao sexo masculino, ainda foi possível identificar que no sexo feminino a insatisfação com a imagem corporal apresentou-se predominante.

Palavra-chave: Composição corporal. Adolescentes. Imagem corporal.

camila-20101997@hotmail.com

leoberto.grigollo@unoesc.edu.br

INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NA QUALIDADE DE VIDA DOS ESCOLARES

Murilo Henrique Galvão
Elisabeth Barreta

A prática de atividade física vivenciada na infância e adolescência é caracterizada como importante atributo no desenvolvimento de atitudes, habilidades e hábitos que podem auxiliar na adoção de um estilo de vida ativo na vida adulta, sendo a escola o local perfeito para a transmissão dos conteúdos da atividade física para a promoção da saúde. O objetivo do Estágio Curricular Multidisciplinar II foi evidenciar a importância da atividade física relacionada à saúde de adolescentes. A intervenção foi aplicada na Escola de Educação Básica Deputado Nelson Pedrini, em Joaçaba, SC, com 40 alunos do 8º e 9º anos do ensino fundamental no período vespertino, supervisionada pela professora de Educação Física da escola e ministrada pelo estagiário, de acordo com o planejamento. As intervenções aconteceram de forma teórica e prática e as turmas realizaram as atividades conforme proposto, embora tenha sido necessário ajustar determinadas atividades, para que os objetivos fossem alcançados com êxito. O trabalho com essa faixa etária foi adequado, pelo fato dos adolescentes possuírem muita energia e serem participativos. Essa intervenção foi relevante para aprimorar a formação do acadêmico como futuro professor de Educação Física, de forma que, com ela, obteve-se um contato mais efetivo com a prática na escola. Assim, o estágio torna-se uma das disciplinas mais importante do aprendizado, senão a mais importante, para que o acadêmico consolide tudo aquilo que aprendeu em sala e possa aplicar o seu aprendizado, sendo necessária a junção da teoria com a prática que acontece de forma mais abrangente durante a vivência do estágio.

Palavras-chave: Adolescente. Atividade física. Educação Física.

murilohrique@gmail.com

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

INTERNACIONALIZAÇÃO: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE PESQUISADORES DA UNOESC EM MISSÃO DE MOBILIDADE ACADÊMICA EM INSTITUIÇÕES MEMBROS DA IHMN NA EUROPA

Eliton Marcio Zanoni

Elisabeth Baretta

Rudy José Nodari Júnior

O intercâmbio permite o conhecimento necessário para o enriquecimento da cultura. A mobilidade acadêmica é uma forma de conhecimento real do ensino e da aprendizagem que determina a maneira de viver em outro país, que certamente vêm de encontro com a experiência necessária e fundamental na vida acadêmica e para o desenvolvimento profissional. Esse processo é transformador e juntamente com os componentes interdisciplinares propostos pelo Programa de Mestrado em Biociências e Saúde, a mobilidade acadêmica internacional em Portugal e Espanha realizada em 2019 teve como objetivo proporcionar a troca de experiências entre os docentes e discentes do Brasil e Europa. Participaram da mobilidade acadêmica um discente do curso de Mestrado em Biociências e Saúde e docentes dos cursos de Educação Física e do Mestrado em Biociências e Saúde da Unoesc, campus de Joaçaba. Foram apresentados trabalhos no Congresso FIFA/Isokinetic (Londres), em Setúbal no Instituto Politécnico de Setúbal para a Graduação em Educação Física, em Covilhã na Universidade Beira Interior para o curso de Mestrado em Treinamento Desportivo, em Évora na Universidade de Évora para a Graduação em Educação Física e em Cáceres na Universidade de Extremadura para a Graduação em Educação Física, Graduação em Ciências do Desporto, e para o Mestrado em Treinamento Desportivo. A instância de Mobilidade Acadêmica e de pesquisa permitiu estreitar as relações acadêmicas entre as instituições membros da International Human Motricity Network (IHMN), qualificar as pesquisas e difundir a Dermatoglifia entre os cientistas e profissionais da motricidade humana. Possibilitou obter-se um panorama do ensino desde as séries iniciais até o ensino superior do modelo europeu. No que se refere à graduação, pós-graduação e

mestrado, permitiu-se relações positivas com os docentes para possíveis pesquisas relacionados a Dermatoglia.

Palavras-chave: Mobilidade acadêmica. Internacionalização. Mestrado. Graduação.

elitonatletismo@hotmail.com

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

rudynodari.junior@unoesc.edu.br

JOGOS COOPERATIVOS: PRÁTICAS PEDAGÓGICAS POR MEIO DO PIBID EDUCAÇÃO FÍSICA

Bruna Aparecida Schneider
Gabriela Aparecida da Costa
Igor do Espírito Santo da Cruz
Jacqueline Salete Baptista Righi
Elisabeth Baretta

Percebendo-se a necessidade de desenvolver o ensino com experiências diversificadas e ampliar conhecimentos e aprendizagem nas crianças, optou-se pelo uso de atividades relacionadas aos Jogos Cooperativos, os quais por meio da cooperação e respeito exercem relevante importância no aprimoramento de habilidades motoras oferecendo contribuição positiva para o desenvolvimento físico, psíquico e cognitivo das crianças. O Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência, Pibid, em parceria com a Universidade do Oeste de Santa Catarina, Unoesc campus de Joaçaba, possibilita a inserção de acadêmicos do curso de Licenciatura em Educação Física na unidade Escolar CERT, com o intuito de potencializar seus conhecimentos, experienciar a docência e conhecer a realidade escolar. O objetivo desta mediação foi desenvolver e proporcionar dinâmicas de grupo, despertar a consciência de cooperação e promover efetivamente a ajuda entre as pessoas. A realização do projeto aconteceu em oito aulas de Educação Física com a participação efetiva de 143 escolares dos 5º e 6º anos do Ensino Fundamental, uma professora supervisora, dois professores de Educação Física, três bolsistas do Pibid e o apoio da Direção da escola, sendo que os mesmos apresentaram às crianças diversificadas possibilidades no desenvolvimento de práticas como força, equilíbrio, cooperação, respeito e coordenação motora ampla. Acredita-se que a proposta foi alcançada com êxito, pois houve participação efetiva dos escolares e para os bolsistas do Pibid a experiência adquirida e aplicação de diferentes metodologias de ensino contribuiu para a formação docente. Os Jogos Cooperativos apresentados às crianças reforçam a necessidade de ajuda e vivência a valores como cooperação, união e empatia, sendo importantes para a autoestima e desenvolvimento pessoal do ser humano. O

aperfeiçoamento de práticas pedagógicas transforma o processo da aprendizagem contribuindo para uma sociedade mais crítica e humana.

Palavras-chave: Jogos cooperativos. Prática pedagógica. Educação Física.

jacquerighi@yahoo.com.br

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br

MOVIMENTOS CORPORAIS POR MEIO DO VOLEIBOL: ESTIMULANDO SISTEMAS IMPORTANTES PARA O EQUILÍBRIO E O CONTROLE POSTURAL

Andrei da Caz
Josiane Aparecida de Jesus

A escola tem participação direta na vida dos adolescentes, tornando a Educação Física um dos grandes responsáveis por estimular o desenvolvimento físico e comportamental. Aulas que contenham uma diversidade de movimentos corporais são capazes de estimular e fortalecer os sistemas muscular, estabilizador e proprioceptivo, responsáveis por conservar as articulações e a coluna. O estágio foi baseado na modalidade do voleibol, um esporte que propicia uma diversidade de movimentos corporais e a ativação dos grupos musculares responsáveis pelo equilíbrio postural. Desenvolver movimentos corporais por meio do voleibol, com objetivo de estimular os sistemas estabilizador e proprioceptivo que auxiliam na preservação das articulações e da coluna. Foram executadas quatro aulas para a turma 1003, e quatro aulas para a turma 2001, ambas do ensino médio da E.E. B. Padre Nóbrega de Luzerna. As aulas dividiram-se em três momentos: aquecimento com movimentações articulares, exercícios isolados de fortalecimento muscular e exercícios proprioceptivos; jogos pré-desportivos com os fundamentos do voleibol; feedback do professor e dos escolares. O estágio é responsável por propiciar experiências práticas extremamente importantes para a formação acadêmica. A participação e o interesse por parte dos escolares possibilitaram o bom andamento no decorrer das quatro aulas e a adaptação de alguns movimentos corporais e fundamentos do voleibol. Ter a experiência de trabalhar com a adolescência é um desafio que agrega muito na carreira profissional e pessoal. Demonstrando que a habilidade de adaptar e improvisar faz parte das aulas de educação física e o conhecimento pode ser aplicado de diversas formas e que os escolares também podem nos ensinar muitas coisas. A educação física não se resume apenas em movimentar os corpos, mas também saber como eles funcionam, e poder ter a

consciência corporal das próprias capacidades e habilidades físicas, que só a diversidade de movimentos pode proporcionar.

Palavras-chave: Equilíbrio postural. Movimentos corporais. Voleibol.

dacazjr@hotmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

NOÇÕES DE PRIMEIROS SOCORROS PARA ESCOLARES

Claudir Fernando Pressel Arenhart
Josiane Aparecida de Jesus

Os altos índices de imprudência, violência e muitos outros fatores expõem os indivíduos a diversas situações de risco, até mesmo em casa e na escola. Janelas, tomadas, piso escorregadio, uso incorreto de materiais na aula, entre outros podem causar graves acidentes. O objetivo das aulas de estágio foi apresentar conteúdos em primeiros socorros, direcionados a situações emergenciais, nas quais seja necessário o uso de procedimentos específicos, por meio de aulas expositivas dialogadas e de atividades práticas. As aulas aconteceram na Escola de Educação Básica Padre Nóbrega, localizada no Município de Luzerna, SC, com duas turmas, sendo elas de 8º e 9º anos, com um total de oito aulas ministradas. Foram abordados os conceitos e objetivos dos primeiros socorros e os procedimentos gerais adequados que podem ser utilizados em diferentes quadros de risco presenciados a caminho ou na escola, bem como em casa, o que pode, assim, diminuir o agravamento da situação. Percebeu-se que os alunos têm ciência dos perigos eminentes no dia a dia, bem como da importância do conhecimento em primeiros socorros, pois estes podem servir de alicerce para possíveis urgências. Notou-se, também, a curiosidade sobre os temas tratados, as diferentes definições que eles englobam e o interesse nas técnicas de salvamento e imobilização promovidas mediante atividades práticas com os materiais fornecidos. Ao término da intervenção, concluiu-se que o objetivo geral foi atingido, com alguns alunos participando das atividades práticas e aulas dialogadas, percebendo como é relevante difundir o conhecimento adquirido em sala de aula com família e amigos. Por meio do estágio vivências, além de se ter a teoria na universidade, é proporcionado um trabalho em sala de aula que alia a teoria à prática. Dessa forma, notou-se a importância dessa etapa na formação acadêmica e profissional.

Palavras-chave: Primeiros socorros. Educação Física. Escolares.

claudirarenhart@gmail.com
josiane.jesus@unoesc.edu.br

O FUTSAL COMO CONTEÚDO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO

Bruno Antonio Bet
Josiane Aparecida de Jesus

O conteúdo escolhido para ser o tema nas aulas de estágio em Educação Física foi o futsal, com a finalidade de aproximar os alunos, com atividades contendo vários jogos estratégicos, por meio de jogos pré-desportivos, podendo, assim, haver a participação de todos no esporte. O objetivo deste projeto foi articular o desenvolvimento da prática profissional com experiências práticas do aprendizado teórico, organizando o desenvolvimento da capacidade científica, pedagógica e criativa complementar ao processo de formação profissional, bem como passar para os alunos o que é a modalidade do futsal, com seus fundamentos básicos, para ter seu desenvolvimento prático mediante as situações de jogo, para que na Educação Física o aluno pratique as variações que ocorrem no jogo. A parte da regência escolar foi realizada com as turmas do 1º e 3º anos do Ensino Médio da Escola de Educação Básica Prefeito Agenor Piovezan, que se localiza em Erval Velho, SC, com o tema futsal. Foram aplicadas oito aulas, sendo quatro em cada turma, e os conteúdos trabalhados foram os fundamentos básicos do futsal, as situações de jogo e os jogos pré-desportivos, tendo como metodologia a participação dos alunos e o desenvolvimento nos fundamentos da modalidade, sendo também observada a interação dos alunos nas atividades, já que elas visavam interações em grupos. Com isso, o resultado das atividades foi positivo, como previsto, a sequência dos planos de aula mostrou-se como planejado, acontecendo algumas variações para melhorar o desenvolvimento ou adaptações, que foram sendo acrescentadas em razão da ausência de alunos. Observa-se que houve grande interação dos alunos para o desenvolvimento dos planos, com turmas de diferentes quantidades de alunos, com uma boa participação de todos. Conclui-se que o estágio foi realizado com êxito e foi de fundamental importância para o acadêmico ter uma base sobre o funcionamento da escola e sobre como planejar e organizar planos de aula, o que agrega para as primeiras experiências profissionais.

Palavras-chave: Escolares. Ensino médio. Futsal.

brunobet04@gmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

O LAZER E SUA RELAÇÃO COM A EDUCAÇÃO FÍSICA NO ENSINO MÉDIO: PROMOVENDO SAÚDE EM FORMA DE DIVERSÃO

Sander Junior Alves
Gracielle Fin

No Estágio Curricular Supervisionado I, foram realizadas atividades com o tema lazer, em aulas no ensino médio da Escola de Educação Básica Ruth Lebarbechon, no município de Água Doce (SC). A principal característica do lazer é possibilitar a satisfação provocada pela situação do momento, e na escola o lazer pode ser trabalhado com o objetivo de proporcionar benefícios físicos, bem-estar, saúde e prazer aos adolescentes, além de aumentar o interesse pelas atividades físicas. Os objetivos do estágio foram proporcionar ao aluno diferentes atividades que estão vinculadas ao lazer; aplicar atividades que resultem no aprendizado, socialização e desenvolvimento do aluno; adquirir experiência no planejamento de aulas e vivenciar o cotidiano do docente de Educação Física. Nas aulas aplicadas os resultados foram positivos, atividades com adaptações das regras rigorosas e tradicionais estimularam a prática de todos os alunos com muito entusiasmo ao realizá-las. As aulas foram muito importantes para o crescimento pessoal e percurso acadêmico, ter a vivência prática na escola e com os alunos, possibilitou usufruir dessa experiência. As aulas dos demais componentes curriculares da graduação também colaboraram no processo, pois preparam o acadêmico para enfrentar a realidade escolar, saber aplicar uma aula, ter o conhecimento e o domínio para saber os processos pedagógicos e andamento das atividades. Destaca-se a importância do lazer na educação física, uma vez que é um tema a ser mais trabalhado com a intenção de estimular a prática da atividade física.

Palavras-chave: Lazer. Atividades físicas. Saúde. Estágio. Ensino médio.

sanderalves88@outlook.com

gracielle.fin@unoesc.edu.br

OS ESPORTES FUTSAL E VÔLEI E SUA PRÁTICA NO ENSINO MÉDIO

Willian de Souza Gonçalves
Gracielle Fin

O Estágio Curricular Supervisionado I foi realizado na Escola de Educação Básica Padre Nóbrega, no município de Luzerna (SC), com turmas de 2º e 3º ano do Ensino Médio, com os temas de futsal e vôlei. Os planos de aula com as atividades propostas foram baseadas nesses dois conteúdos, com jogos pré-desportivos. O objetivo desse estágio foi aprimorar o desempenho motor dos estudantes, com a utilização de duas modalidades esportivas (vôlei e futsal), modalidades essas, que o professor já estava trabalhando conforme seu planejamento. Foram realizadas observações das aulas na escola e posteriormente planejamento e organização das regências de acordo com o tema proposto pelo professor regente. Foram feitas atividades das modalidades de voleibol e futsal, jogos com algumas mudanças nas regras e adaptações para criar desafios e motivar os estudantes, uma vez que alguns não participavam das aulas porque não sabiam jogar. Foram encontradas algumas dificuldades no início do estágio, que foram sendo sanadas no decorrer das regências, com o ganho de experiência. Os resultados obtidos ao final do estágio foram excelentes, é sempre uma experiência nova ministrar aulas, e foi realizado um trabalho contínuo de planejamento para esse momento. Os estudantes também colaboraram e ajudaram no processo das aulas, prestaram atenção quando necessário e fizeram as atividades propostas sem pestanejar. Concluindo, pode-se dizer que, esse estágio é de suma importância para formação do acadêmico na docência, pois os prepara para o futuro e para a realidade escolar. As regências aconteceram conforme o esperado, os alunos foram participativos, houve dificuldades em alguns gestos motores, mas com as orientações oferecidas, foram solucionados rapidamente. Todos os componentes curriculares da graduação foram importantes para esse momento, pois foram utilizados na construção da relação entre teoria e prática.

Palavras-chave: Vôlei. Futsal. Pré-desportivos. Estágio. Ensino médio.

williansg1@hotmail.com

gracielle.fin@unoesc.edu.br

PRÁTICAS DO FUTSAL NO ENSINO MÉDIO

Jaks Douglas Santos
Josiane Aparecida de Jesus

O presente trabalho mostra a importância dos jogos coletivos nas aulas de educação física, especificamente o futsal. A importância da prática do futsal na área escolar se relaciona tanto com o aspecto físico quanto com o social, os psicológicos, os motores e os cognitivos. O objetivo deste projeto foi trabalhar o conteúdo de futsal, por meio de jogos pré-desportivos, a fim de estimular a coordenação motora, velocidade, agilidade, bem como a técnica nos fundamentos do futsal. Estágio Curricular Supervisionado I ocorreu na Escola de Educação Básica Professor Eugênio Marchetti, localizada no Município de Herval d'Oeste, SC, com as turmas 106 e 206 do Ensino Médio, no período noturno. Nas terças e quartas-feiras foram aplicadas duas aulas por dia com duração de uma hora cada, em turmas com média de 20 alunos, sendo quatro regências para cada turma. Utilizando-se de atividades pré-desportivas as aulas foram muito proveitosas, de forma que não houve separação dos mais habilidosos dos que possuem alguma dificuldade com a prática do jogo, obtendo-se êxito na explicação sobre regras e maneiras divertidas de se praticar essa modalidade, trabalhando-se várias matérias. Os alunos tiveram o primeiro contato com essas atividades e materiais. Esse projeto mostrou a importância do estágio supervisionado para o futuro profissional saber como será, como deverá aplicar suas aulas e como montá-las de maneira que a turma possa aproveitar e aprender.

Palavras-chave: Futsal. Jogos pré-desportivos. Ensino médio.

jaks.jba2@gmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

PROJETO ESTÁGIO SUPERVISIONADO I DE EDUCAÇÃO FÍSICA: O ENSINO DO FUTSAL NO ENSINO MÉDIO

Higor Matheus Alves Garcia
Josiane Aparecida de Jesus

O Projeto do Estágio Curricular Supervisionado I de Educação Física teve como principal objetivo trabalhar a modalidade de futsal, não e somente uma modalidade de competição, mas que também traz vários outros benefícios. Este projeto teve como objetivo trabalhar o conteúdo de futsal, seus fundamentos a fim de qualificar a habilidade motora e técnica da modalidade. O projeto de estágio foi aplicado na Escola de Educação Básica Professor Eugênio Marchetti, na cidade de Herval d'Oeste SC, com O Ensino Médio, turmas 105 e 205 do turno vespertino, com cerca de 15 a 20 alunos, sendo quatro regências por turma. Foi trabalhado o conteúdo de futsal com atividades práticas de chute, passe, drible, entre outras, a fim de qualificar a habilidade motora e ensinar a capacidade de controlar os movimentos relacionados a modalidade, além de promover a socialização, valores e além de tudo saúde. A Educação Física escolar que temos hoje no Ensino Médio é o resultado das várias influências recebidas na sua trajetória enquanto componente curricular. O estágio foi de muito aprendizado, pois teve a participação de quase todos os alunos nas aulas, mesmo com algumas dificuldades, mas sempre com orientação para chegar mais perto do objetivo que era repassar as técnicas básicas do futsal. Foi possível alcançar todas as expectativas diante deste e concluir com sucesso o estágio, foi muito bom poder colocar em prática os ensinamentos aprendidos na faculdade.

Palavras-chave: Ensino Médio. Educação Física. Futsal.

higorrs83@gmail.com

josiane.jesus@unoesc.edu.br

VIVÊNCIAS PIBIDIANAS: A GINÁSTICA INFANTIL E SUAS POSSIBILIDADES PEDAGÓGICAS

Fernanda Cristiane Müller
Hígor Matheus Alves Garcia
Marcos Paulo Mazieiro
Jacqueline Baptista Righi
Elisabeth Baretta

O Pibid (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Docência) é um programa que tem por finalidade promover a iniciação à docência, visando à melhoria na qualidade da educação básica e contribuindo no aperfeiçoamento da formação de docentes em nível superior. Os projetos desenvolvidos visam oportunizar aos acadêmicos a vivência no processo pedagógico e no aprimoramento de sua jornada docente. O miniprojeto Ginástica Infantil teve como objetivo oportunizar a ginástica no âmbito escolar, propiciando atividades lúdicas e circuitos motores, contribuindo para o desenvolvimento das valências físicas de coordenação motora ampla, equilíbrio e percepção visual. Em reuniões de bolsistas com a professora supervisora, optou-se por potencializar a ginástica nas aulas de Educação Física, oportunizando a prática de atividades lúdicas no cotidiano escolar. Participaram deste projeto 94 alunos da Educação Infantil, uma professora supervisora, uma professora de Educação Física e três bolsistas do Pibid do Centro Educacional Roberto Trompowsky, Cert, em Joaçaba, SC. O desenvolvimento deste miniprojeto realizou-se em duas aulas, nas turmas do Pré I e II da Educação Infantil, período matutino, adaptando-se o nível de dificuldade de acordo com a faixa etária dos participantes. Observou-se que algumas crianças tiveram dificuldades na execução de determinados movimentos, mas com estímulo e motivação conquistaram evolução no processo pedagógico, bem como efetiva participação. Participar do processo pedagógico como educador atuante mostra o quão desafiador é o processo da docência e a importância da presença do profissional de Educação Física na escola, pois, é por meio dele que a aprendizagem motora se torna significativa. Para os bolsistas do Pibid, a inserção no ambiente

escolar proporciona novas concepções, novos estímulos, novos conhecimentos e aprendizagens expressivas.

Palavras-chave: Ginástica infantil. Educação Física. Desenvolvimento motor.

jacquerighi@yahoo.com.br

elisabeth.baretta@unoesc.edu.br