

**Produção de conhecimento em exercícios físicos e saúde
oferecida pelos professores na educação física escolar do ensino
fundamental na cidade de João Pessoa – PB. 2018**

Paulo Sérgio Brindeiro de Araújo¹

Resumo: O objetivo deste estudo é analisar se professores de educação física trabalham conceitos de exercícios físicos e saúde, conforme previsto nas Diretrizes Curriculares do MEC (Ministério da Educação e Cultura) no Brasil, e se alunos de educação física do ensino fundamental II do 9º ano, dominam conceitos sobre exercícios físicos e saúde. A Metodologia utilizada nesse estudo: Participaram do estudo 10 (Dez) professores de educação física, que responderam a um questionário aberto, (entrevista) sobre as importâncias, dificuldades, didáticas que utilizam e seus conhecimentos sobre exercícios físicos e saúde, e 200 (duzentos) alunos do 9º ano do ensino fundamental que responderam a uma prova objetiva sobre o tema educação física e saúde e indicavam se aprenderam, com quem aprenderam e onde aprenderam as informações que aos mesmos foram solicitadas. Os resultados encontrados podem ser vistos na tabela de resultados, como também no capítulo referente aos mesmos. Conclui-se que a relevância deste texto se dá devido a informações inéditas de como se comporta o ensino da educação física nas escolas particulares e públicas na cidade de João Pessoa-Pb –Brasil.

Palavras chaves: Produção de Conhecimento; Educação Física; Ensino Fundamental.

Abstract: The objective of this study is to analyze whether physical education teachers work on concepts of physical exercise and health, as provided in the Curricular Guidelines of the Ministry of Education and Culture (MEC) in Brazil, and if physical education students of elementary education II of the 9th grade, concepts about physical exercise and health. The Methodology used in this study: 10 (Ten) physical education teachers, who answered an open questionnaire (interview) about the importance, difficulties, didactics they used and their knowledge about physical exercises and health, and 200 (two hundred)) 9th grade students who answered an objective test on the subject of physical education and health and indicated if they learned, with whom they learned and where they learned the information they were asked for. The results

¹ Doutorando em Ciências da Educação pela Universidad Autónoma de Asunción Facultad de Ciencias Juridicas Políticas y de la Comunicación/ Paraguay. E-mail: paulobrindeiro@bol.com.br

found can be seen in the results table, as well as in the chapter referring to them. It is concluded that the relevance of this text is due to unpublished information on how the teaching of physical education behaves in private and public schools in the city of João Pessoa-PB-Brazil.

Keywords: *Knowledge Production; PE; Elementary School.*

INTRODUÇÃO

O presente estudo justifica-se ante a propósito de se avaliar como a disciplina de Educação Física se comporta no 9º ano do ensino fundamental no âmbito de escolas públicas e privadas de João Pessoa-PB, levando-se em consideração as principais mudanças trazidas pela LDBEN e diversas abordagens pedagógicas postas à disposição dos docentes para que desenvolvam um ensino voltado para o pleno desenvolvimento do aluno.

Já com a nova LDBEN 9394 e a construção dos Parâmetros Curriculares Nacionais, a saúde no campo da educação passou a ser considerada como um tema transversal, expondo a necessidade de se assegurar uma ação integrada e intencional entre os campos da educação e saúde, uma vez que ambos se pautam, fundamentalmente, nos princípios de formação da consciência crítica e no protagonismo social (Brasil, 1997a, 1996b).

Bonamino, A. Martinés, S.A, no seu artigo que fala sobre Diretrizes e Parâmetros Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental: A Participação das Instâncias Políticas do Estado, afirmam que de acordo com a proposta da Secretaria de Educação Fundamental do MEC diz que o último volume trata dos Temas Transversais, que envolvem questões sociais relativas a: Ética, **Saúde**, Orientação Sexual, Meio Ambiente, Trabalho, Consumo e Pluralidade Cultural.

Dada a finalidade que perseguimos neste texto, analisaremos apenas o volume Introdução, especificamente a segunda parte que apresenta os princípios gerais norteadores dos PCN's e estabelece os fundamentos de base para a elaboração dos

documentos das Áreas de Conhecimento e dos Temas Transversais.(2002, pág. 378).

Veem-se documentos referentes às principais Leis que regem a Educação Física Fundamental no Brasil, tais como: A Constituição Federal do Brasil no seu artigo 206, Lei das Diretrizes e Bases Nacionais (LDBN) 1988, Lei das Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN)1996, os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's); as Diretrizes Curriculares Nacionais (DCN's) para a Educação Física escolar brasileira; a Lei nº 9.696, de 1º de setembro de 1998, a Lei nº 10.328, de 12 de dezembro de 2001 e a Lei nº 10.793, de 1º de dezembro de 2003.

Os benefícios dos exercícios físicos

Os exercícios físicos, praticados de forma continuada, são evidentes seus benefícios, mas que poucos praticam os mesmos.

Uma das preocupações de Markus é justamente: “como conscientizar, motivar e criar oportunidade para mudança de comportamento em relação a atividade física habitual ?”. Nahas (2013, pág. 11.)

Segundo Aragonés et all, (2015) com relação aos benefícios da educação física, afirmam que:

“Llevar una vida activa asocia múltiples beneficios para la salud en todas las personas a cualquier edad. Es importante que la ciudadanía sea consciente de las consecuencias que tienen la inactividad física y el sedentarismo y los beneficios que aporta a la salud ser más activo, así como que conozca las recomendaciones específicas de Actividad Física para la Salud, Reducción del Sedentarismo y del Tiempo de Pantalla para cada grupo de edad”

Markus, (2013) considera essencial para esse início e motivação à prática das atividades físicas, visto que existem oportunidades e barreiras no se dia a dia e que sejam ressaltados os seguintes fatores:

- “Se conscientizem da importância da atividade física regular para a saúde e qualidade de vida; desenvolvam o desejo de aplicar tais conhecimentos (atitudes favoráveis) e; se motivem para realizar tais intenções de forma continuada (ação e manutenção)”.

Montero e Alvarado, 1999, no seu artigo sobre *Atividade Física y Recreación* exaltam a importância dos benefícios físicos para a saúde quando afirmam:

“Tem a capacidade de reduzir diretamente os fatores de risco das doenças crônicas e de catalisar mudanças positivas em relação a outros fatores de risco para essas doenças”, (1999 pág. 2/8.)

Expectativa dos alunos da educação fundamental.

Qualidade de vida e Estilo de vida.

Existe como fato notório a vontade de estar bem com a vida e isso nós vimos que é “bem estar”, porém é necessário o uso de algumas atitudes individuais e ou coletivas que possam ser tomadas e teremos isso como estilo de vida. Nahas sublinha que; “De fato, para grande parte da população, os maiores riscos para a saúde e o bem estar, tem origem no próprio comportamento individual, resultante tanto da informação e vontade da pessoa, como também das oportunidades e barreiras presentes na realidade social.” Markus Nahas, (2013 pág. 24.)

Sabe-se que os usos desses equipamentos tecnológicos muitas vezes nos restringiram do uso de nossas energias e conseqüentemente se leva ao sedentarismo e com ele o favorecimento da obesidade.

Markus (2013) comenta, quando fala em atividade física e saúde, que um dos países que mais poupam energia muscular são os Estados Unidos que além do uso indiscriminado das tecnologias existentes, ainda usam como fator de atitudes inadequadas os hábitos alimentares, rico em gorduras e baixo consumo de frutas e verduras. Essa forma de viver se acentua nos dias de hoje também nos países em desenvolvimento.

METODOLOGIA

Como parte inicial e com intuito de responder aos objetivos deste trabalho, foi feita uma pesquisa documental, procurando estabelecer sintonia com as **Leis** que regem

o Ensino Fundamental no Brasil e em particular a Educação Física, as principais mudanças na educação física a partir de 1996 até os dias atuais. Na realidade o que existiu nas décadas de 80 e 90 foi uma efervescência da teoria da Educação Física, em que várias correntes de pensamento estruturaram suas bases teóricas a partir de um viés epistemológico. (Xavier, 2005).

Segundo Darido (2003) a partir do final da década de 70, surgem novas concepções pedagógicas na Educação Física Escolar. Um fator importante para o surgimento das novas concepções na área foi a valorização dos conhecimentos científicos, que se deu principalmente com a volta de vários professores que se especializaram nos principais centros de pesquisa no exterior e retornam ao país como doutores, com uma nova visão a respeito dos objetivos da Educação Física na escola, apud, Brouco e Darido. (2005).

Na sequência dos trabalhos, passou-se para uma revisão da literatura, a fim de identificar as principais propostas pedagógicas da Educação física Fundamental conhecida através de autores deste patamar didático pedagógico. E por fim, foi elaborado um questionário que viria a responder de que forma era desenvolvida a Educação Física nas Escolas do Município de JP-PB e suas dificuldades e necessidades, respondendo assim aos objetivos que tinha esse Estudo no seu embrião.

Sendo a escola o local onde há complementação de educação e formação do indivíduo, deparamos com um excelente espaço para desenvolvimento da Educação Física no sentido amplo, voltado para uma atividade transversal e da saúde numa perspectiva de uma qualidade de vida.

Igualmente, entendemos como educação integral, o universo de atitudes que levam o aluno à sua formação como participante da cidadania, passando entre outros aspectos, presentes na Educação Física que são fundamentais na estruturação do indivíduo.

Identificado o Problema que dizia: Tendo em vista as considerações supracitadas, o problema desta pesquisa foi formulado da seguinte maneira: Quais as dificuldades apresentadas ao professor de Educação Física do Ensino Fundamental de

João Pessoa-PB para desenvolver suas atividades pedagógicas voltadas nas principais abordagens da Educação Física? Passou-se a elaboração do Objetivo Geral e Objetivos Específicos para associar-se ao Tema da Pesquisa. Em seguida escolheu-se como instrumentos na coleta dos dados, tanto a Análise Documental como o Questionário semiaberto. Depois fomos às ações propriamente dita.

O estudo também procurou dar uma visão histórica da nomenclatura Educação Física através de concepções de alguns autores que tratam da Educação Física de modo geral. Em seguida é feita uma descrição bibliográfica das principais Leis que regem o Ensino Fundamental no Brasil, como também as Propostas Pedagógicas da Educação Física, apresentada em Livros, Revistas, Artigos científicos e TIC, e suas contribuições na perspectiva de atender as necessidades dos Professores do Ensino Fundamental na cidade de João Pessoa - PB.

Após elaborar os capítulos que embasam teoricamente a pesquisa, foi realizada a pesquisa de campo. Primeiro contatamos a Chefe da divisão de educação Física da PMJP e solicitamos autorização para aplicarmos o questionário com os Professores de Educação Física do Ensino Fundamental. Marcou-se uma convocação dos professores envolvidos para responderem as questões pré-elaboradas, como também seria para tratar de assuntos de interesse daquele Órgão Municipal.

Para os pesquisados, foram explanados os objetivos da pesquisa, distribuídos às guias de autorização e consentimento para realização do questionário e assumimos o compromisso de apresentar-lhes no final os resultados como forma de melhoramentos para os gestores e docentes.

Após a coleta dos dados, foi feita a estruturação dos mesmos, ou seja, a sistematização e categorização dos resultados, como princípio de melhor forma de apresentá-los, para isso optou-se pela elaboração de uma tabela, a qual se chamou de Resultados da Pesquisa, as quais, mostravam tanto números percentuais, dando uma melhor visualização dos resultados.

Ficando assim exposto para professores e gestores da Prefeitura do Município usar como forma de melhoramentos dos resultados por eles identificados.

Se voltarmos nossa atenção para a escola, veremos que o professor de educação física deve transmitir informações por ser uma de suas responsabilidades, como educador e agente de saúde, quanto à melhoria do corpo, da mente e prevenção de doença.

Faz-se necessário devido às atividades do dia a dia, principalmente na zona urbana e as facilidades tecnológicas atuais que fazem com que o indivíduo fique cada vez mais sedentário. Por isso é preciso que os profissionais da saúde, a exemplo dos professores de educação física, motivem e esclareçam para seus alunos os benefícios de como acontece no cotidiano, colocando-os em prática.

Assim, seus alunos poderiam exercer essas atividades com prazer e conhecimento dos benefícios que trariam para sua qualidade de vida.

Markus, (2013) considera essencial para esse início e motivação à prática das atividades físicas, visto que existem oportunidades e barreiras no se dia a dia e que sejam ressaltados os seguintes fatores:

- Se conscientizem da importância da atividade física regular para a saúde e qualidade de vida;
- Desenvolvam o desejo de aplicar tais conhecimentos (atitudes favoráveis) e;
- Se motivem para realizar tais intenções de forma continuada (ação e manutenção).

RESULTADOS

Quadro relativo aos dados da pesquisa com alunos do ensino fundamental II, na cidade de João Pessoa-PB.

QUESITOS:	Certa	Não acertaram (%)	NSR	PEF (%)	POD (%)	FE (%)	PEF_NL (%)	POD_NL (%)	NA (%)
1- O que caracteriza um exercício aeróbio?	27,8	72,2	51,4	18,1	5,6	15,3	26,4	2,8	41,7
2- Qual o IMC de uma pessoa com 1,70m e pesa 70 kg?	20,8	77,8	56,9	29,2	5,6	5,6	34,7	9,7	27,8
3- Considerando uma pessoa com 14 anos de	1,4	98,6	79,2	5,6	2,8	2,8	38,9	6,9	51,4

Produção de conhecimento em exercícios físicos...

idade, frequência cardíaca máxima de 206 bpm e frequência cardíaca de repouso de 70 bpm, qual a menor frequência cardíaca que ela deve manter ao realizar uma caminhada de intensidade moderada de 60% da frequência cardíaca máxima?									
4- O exercício físico é um fator contribuinte para prevenir e tratar doenças como:	90,3	9,7	5,6	68,1	22,2	19,4	1,4	4,2	5,6
5- Porque o exercício é benéfico para um diabético?	58,3	41,7	34,7	34,7	16,7	12,5	18,1	11,1	19,4
6- Qual a substância produzida pelo exercício que faz as pessoas se sentirem sensação de bem estar quando estão praticando esportes ou outras formas de exercício?	48,6	51,4	34,7	33,3	16,7	11,1	15,3	6,9	29,2
7- A força muscular é importante para a saúde devido a que fatores?	54,2	45,8	12,5	43,1	23,6	18,1	5,6	6,9	13,9
8- O que é hipertrofia muscular?	27,8	72,2	52,8	19,4	12,5	11,1	13,9	11,1	37,5
9- Assinale a alternativa que apresenta efeitos colaterais do uso de esteroides anabolizantes por pessoas que usam este medicamento com objetivo de ganhar massa muscular:	41,7	58,3	36,1	26,4	6,9	16,7	11,1	91,7	31,9
10- Que grupo (s) muscular (es) se está trabalhando quando se faz o agachamento?	76,4	23,6	15,3	30,6	4,2	34,7	2,8	4,2	26,4
11- Para quem quer perder peso (emagrecer), o balanço energético deve ser:	33,3	65,3	41,7	19,4	5,6	16,7	12,5	11,1	41,7
12- Quais benefícios de um bom alongamento muscular e uma boa flexibilidade articular?	45,8	54,2	15,3	63,9	8,3	20,8	4,2	100	12,5

1-EXA (Exercício Aeróbico). 2- IMC (Índice de Massa Corporal). 3 - BPM (Batimentos Por Minuto). 4 – EXP (Exercício Físico e Prevenção). 5– DIAB (Prevenção da Diabetes). 6 – BEST (Bem Estar Corporal). 7 – FM (Força Muscular). 8 – HM (Hipertrofia Muscular). 9 – EFC (Efeitos Colaterais). 10 – GM (Grupo Muscular). 11 – PP (Perca de Peso). 12 – ALO (Benefícios do Alongamento).

Análise das respostas dos alunos em uma visão global envolvendo colégios privados e públicos.

1 – Num percentual entre 20 a 40%, os alunos de ambas as redes de ensino identificam, através de suas respostas, o que vem a ser um **Exercício Aeróbico**, sabem calcular o **Índice de Massa Corporal (IMC)** de uma pessoa, tem noção do que seja uma **Hipertrofia Muscular** e podem delimitar um **Balanco Energético**, no caso de emagrecimento. Porém 50% dos entrevistados alegaram que o professor de educação física os ensinou.

2 – Em relação ao cálculo da **Frequência Cardíaca** durante uma atividade física moderada, ou seja, 60% da frequência cardíaca máxima, 1,4% dos alunos souberam responder a esse quesito. Entretanto, 80% dos discentes afirmam que o professor de educação física os ensinou, mas não lembram.

3 – Os alunos do ensino fundamental que admitem que os exercícios físicos sejam benéficos para pessoas portadoras de **Diabetes**, apresentam um total de 40 a 60% de todos eles. Ainda admitem ter conhecimento dos efeitos da substância **Endorfina** (substância química liberada pelo organismo durante os exercícios físicos) e, tem conhecimento dos fatores positivos da **Força Muscular** para a saúde dos praticantes de atividades físicas. Além dos itens anteriormente comentados, os alunos se dizem conhecer os efeitos dos **Alongamentos Musculares e da Flexibilidade Articular**, devido a ensinamentos de professores de outras disciplinas que não, necessariamente de educação física. Porém, num percentual de 29,5%, alegam que os professores de educação física os ensinaram e que num mesmo índice percentual, aprenderam com professores que não eram da educação física.

4 – Com relação aos **Efeitos de Prevenção de Doenças** atribuídos as atividades físicas, quase a totalidade dos alunos admitem conhecer os fatores que levam a uma vida saudável, isso afirmado por 90,3% dos participantes da pesquisa e num percentual 76,4%, podem **Identificar os Músculos Utilizados num Movimento**, como

por exemplo, um agachamento. Esses conhecimentos citados pelos alunos correspondem, de acordo com suas respostas 5,6% e 15,3 respectivamente afirmam ter sido repassado pelos professores de educação física e 68,1% responderam ter aprendido por professores de outras disciplinas.

CONCLUSÃO

O estudo acima foi de real relevância para avaliar e responder aos objetivos propostos. Obteve com êxito os dados necessários para esclarecer como se alcança a produção de conhecimento, através de nossos professores de educação física do ensino fundamental relativo ao tema transversal saúde, mais precisamente no 9º ano de ensino das redes pública e privada da cidade de João Pessoa, Paraíba, Brasil.

Na sequência dos estudos, os alunos se mostraram divididos a respeito do que foi ensinado pra eles e o que realmente ficou objetivado na sua formação. Como resultado do questionário, constatou-se que 43,9% dos alunos responderam às questões corretamente, enquanto 56,1% erraram as respostas. Afirmaram também, em 43,5% das respostas, que os conteúdos foram ensinados pelos professores de educação física e 28,3% por professores de outras disciplinas. Nessas afirmações, nossa maior preocupação foi a forma como se dava a produção de conhecimento por parte dos docentes e a receptividade dos educandos nessa fase do ensino. Se por um lado, em suas respostas, os professores responderam ter havido repassado esses conteúdos, por outro, menos da metade dos alunos afirmaram que assuntos lhe foram repassados e 22,0% admitem que não tiveram nenhuma instruções a essas questões ou não lembravam de ter visto ou ouvido falar de algo nesse sentido. Assim, considerando que o objetivo geral desse estudo foi a análise de como os professores de educação física trabalham conceitos de exercícios físicos e saúde no Ensino fundamental do 9º ano da cidade de João Pessoa-PB, constatamos que o empenho por parte de alguns professores poderia ser mais presente no ensino fundamental, visto a orientação do Ministério da Educação e Cultura (MEC) e Ministério da Saúde (MS) para o tema em pauta ser no sentido de enfatizar tais conceitos. Constatamos, nesse percurso, dificuldades no sentido de não atender uma parcela maior de nossa população da pesquisa, devido a obstáculos alheios à nossa vontade, a exemplo da falta de autorização dos pais dos alunos ou presença dos professores. Por outro lado, nos enaltecemos com alguns professores e alunos que se

propuseram a colaborar com a produção desse conteúdo, conscientes de que poderiam e acreditavam ter um ensino cada vez de melhor qualidade.

REFERÊNCIAS

- Bonamino, A. Martinés, S.A (2002), *Diretrizes e Parâmetros Curriculares Nacionais para o Ensino Fundamental: A Participação das Instâncias Políticas do Estado. Educ. Soc.*, Campinas, vol. 23, n. 80, p. 368-385
- Brasil. (1997). *Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação física./Secretaria de Educação Fundamental.* – Brasília : MEC/SEF.
- Brasil. (1998). *Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDBN 2024/61; 5692/71 e 9394/96.* Ministério da Educação, Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais.
- Brasil.(1998). *Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. Referência curricular nacional para educação infantil.* Ministério da Educação e do Desporto, Secretaria de Educação Fundamental. - Brasília: MEC/SEF. Volume: 1e 2.
- Brasil.(2003). *Diretrizes e Bases da Educação Nacional Lei nº 10.793, de 1º.12.2003.*
- Brasil. (2010). Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. *Diretrizes curriculares nacionais para educação infantil-* Brasília: MEC, SEB. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br> Acesso em: 28 de fevereiro de 2014.
- Campoy, C.A.T.J. (2016). *Metodologia de La Investigación Científica.* Asunción- Py .Libreria Cervantes.
- Claros, J. A. V. Álvarez,,C. V., Cuellar, C. S. et Mora, M. L. A. (2001) *Actividad Física: Estrategia De Promoción de la Salud.* Hacia la Promoción de la Salud, Volumen 16, No.1, enro - junio págs. 202 – 218.
- Constituição Federal. (1988). Art 5º e 6º, Modificado pela lei n.º 11.114/05: Currículo da Educação Básica, Língua portuguesa, matemática, conhecimento do mundo físico e natural, da realidade social e política, arte, educação física.
- Constituição Federal. (1988). Art 5º e 6º, Modificado pela Lei Federal n.º 11.274/06. Ensino Fundamental (pelo menos 9 anos) Prioridade dos municípios com a colaboração do Estado.
- Darido, J. (2003) *Educação Física na Escola*, editora Guanabara Koogan S.A., 11 rio de janeiro, RJ.
- Gonçalves, F.D. et al. (2008). *Health promotion in primary school. Interface - Comunic.*
- Xavier, L. (2005). *Educação Física (Saiba Mais)* Lauro Pires Xavier Filho, Jeane Rodella Assunção et al. Rio de Janeiro

- Guedes, D. P. & Guedes, J. E. R. P. (1993). *Subsídios para implementação de programas direcionados à promoção da saúde através da Educação Física Escolar*. Revista da Associação de Professores de Educação Física de Londrina. V.8, n.15 Pág. 3-11.
- Ministério da Saúde. (2016). *Vigitel Brasil 2011: Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico*. Brasília: Ministério da Saúde.
Disponível em: Nahas, M. V.(2013). *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 6.ed, Londrina: Madiograf.
- Montero, M.& Monge, M.M Alvarado, M. M. (1999) Ma. de los A. *Actividad física y recreación*. Rev. costarric. salud pública [online], vol. 8.
- Nahas, M. V.(2013). *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 6.ed, Londrina: Madiograf.