

Margareth Gomes de Melo Paiva

**EXERCÍCIO FÍSICO E SAÚDE:**  
**Uma abordagem necessária à Educação Física Escolar**

Rio de Janeiro  
2000

Universidade do Rio de Janeiro – UNIRIO  
Centro de Ciências Humanas – CCH  
Departamento de Didática  
Curso de Pós-Graduação Lato-sensu

**EXERCÍCIO FÍSICO:**  
**Uma abordagem necessária à Educação Física Escolar.**

**MARGARETH GOMES DE MELO PAIVA**

**Orientadora: Prof. Denise Sardinha Mendes Soares Araújo**

**Monografia apresentada ao final do curso de pós-graduação  
Formação de Docentes Universitários da Universidade do  
Rio de Janeiro**

**Rio de Janeiro  
2000**

## SUMÁRIO

	Página
1. INTRODUÇÃO .....	4
2. A EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL, EDUCAÇÃO MÉDIA E SUPERIOR....	10
3. EDUCAÇÃO FÍSICA – DISCIPLINA OU ATIVIDADE ESCOLAR? .....	19
4. O CORPO E O MOVIMENTO HUMANO.....	24
5. RELAÇÃO ENTRE EXERCÍCIO FÍSICO E SAÚDE.....	27
5.1. Saúde.....	28
5.2. Crescimento e desenvolvimento.....	30
5.3. Metodologia do Exercício Físico.....	36
5.4. Exercício como prevenção primária .....	38
6. O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS DIFERENTES NÍVEIS: RELAÇÃO ESCOLAR.....	40
6.1. Hábito e Prazer.....	42
6.2. Qualidade de vida .....	43
7. A EDUCAÇÃO FÍSICA NA DOCÊNCIA UNIVERSITÁRIA.....	44
7.1. A Lei das Diretrizes e Bases da Educação.....	48
7.2. A Pesquisa.....	50
7.3. Obrigatória ou não?.....	51
8. CONCLUSÃO.....	53
9. BIBLIOGRAFIA.....	57

## INTRODUÇÃO:

A proposta escolhida neste estudo tem como intenção principal, questionar o papel assumido pelos profissionais de Educação Física quando desenvolvem uma prática intensiva de atividades físicas onde acabam se distanciando do compromisso assumido como educador: educar.

Esta é uma conseqüência que muito nos incomoda já que em nossa prática, convivemos constantemente com o desrespeito, por parte da escola, em relação à nossa disciplina e pela legislação que quando a cita, o faz de maneira desconsiderada colocando-a na qualidade de brincadeira, passatempo, atividade, ratificando o slogan: "quanto mais suar, melhor".

Diante desses dados, a Educação Física é uma das disciplinas que muito tem sofrido modificações em busca de sua identidade. A atuação dos profissionais desta disciplina tem levantado discussões no tocante ao que vem sendo realizado atualmente e inúmeros debates têm surgido acerca dos conteúdos desenvolvidos por esta disciplina relacionados à promoção da saúde.

De um lado pesquisadores ditos "teóricos", de outro, profissionais voltados para uma visão prática, tentam delinear e traçar um perfil para a Educação Física brasileira, porém encontram uma imensa dificuldade devido às condições de trabalho dos professores e das escolas brasileiras.

Além dos inúmeros problemas materiais encontrados junto à escola, ela é também acusada de "amarrar o corpo para deixar o cérebro em funcionamento" (Fernandez, 1991). Encontramos professores na escola que estão preocupados em desenvolver conteúdos e conceitos mas, a mídia compete com a escola com um modelo mais atrativo de consumismo, de vender produtos e enquanto isso, os parâmetros curriculares falam de cidadania ao mesmo instante em que permitem um jogo de intenções alimentando o habitual modelo de prioridades sociais.

Desta maneira, se torna difícil delinear quais são as metas a serem trabalhadas com os alunos diante da questão da preservação da saúde e principalmente tentando adquirir não somente a saúde física, como também a mental e a social.

A qualidade de vida de nossa população merece a nossa preocupação e a saúde é uma das variáveis dessa qualidade de vida, se tornando nas últimas décadas uma das questões sociais de maior preocupação. No contexto escolar, a saúde será para nós, o fator de maior preocupação para a discussão. É essa então, a delimitação do nosso trabalho.

É interessante acentuar, como esta disciplina tem capacidade de integração e participação junto aos alunos. Acreditamos que os alunos, um dos elementos que compõem a população, estando ligados a seus familiares, amigos e pessoas do seu convívio, podem ajudar na conscientização da prevenção da saúde. Por que não se desenvolver um trabalho que prepare e estimule os alunos no trabalho da melhoria da qualidade de saúde deste grupo, estimulando até mesmo, atividades de lazer, de caminhadas, de expressão corporal... Pensando também em envolvê-los na tentativa de diminuir os fatores de risco para a saúde destes indivíduos, discutimos o papel do profissional desta disciplina diante da prática educativa e diante de uma proposta educacional onde estimule seus alunos a integrarem-se em uma nova postura de vida: a da consciência corporal.

Segundo Bagnato (1990), as informações que os alunos recebem na escola, proporcionam uma visão fragmentada da mesma, deslocada do contexto mais amplo e das realidades que estes vivenciam.. Portanto, faz-se necessário para a formação desta população que aconteça uma educação onde se priorize atingir a consciência destes alunos em relação a uma mudança de comportamento e construção de hábitos que demonstrem a preocupação com a qualidade de vida relacionada à saúde.

Neste estudo estamos abordando, uma das questões de grande discussão: a questão da saúde. Sabemos que a nossa população necessita de conhecimentos e procedimentos para evoluir-se com atitudes de prevenção e promoção da saúde, mas confrontando com esta necessidade encontramos uma escola que apresenta conteúdos pouco vinculados com a realidade diária do aluno que não é fácil, pelo menos na rede pública, totalmente repleta de pessoas desprivilegiadas do ponto de vista social.

A importância do exercício físico voltado para a manutenção da saúde e prevenção de doenças, transforma-se em tentativa de transformar o quadro reversível de tantos problemas de saúde e faz com que possamos repensar em uma prática onde se tenha o interesse na formação de hábitos que auxiliem a diminuir o quadro assustador de doenças crônicas degenerativas em nossa sociedade que pode ser minimizado em um trabalho que proponha a preparação dos alunos com atitudes de efetivação dos conhecimentos sobre o sedentarismo, por exemplo, que eles usarão na vida cotidiana e que só ou principalmente a disciplina de Educação Física pode tratar com propriedade

Desta forma faz-se necessário lembrarmos de antemão o conceito de saúde que, segundo a Organização Mundial de Saúde, "é o completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade" (1947) e lembrarmos que educar para a saúde é uma contribuição que deverá ser proporcionada não somente pela escola como também pela família e pelo meio ambiente. Estas relevâncias são lembradas para que possamos a posteriori, nos situar melhor ao falarmos do papel do profissional de Educação Física na construção de hábitos de prevenção de doenças, manutenção e otimização da saúde.

De acordo com as diversas combinações de exercício físico e saúde teremos a oportunidade de verificar aspectos de sua conceituação como ponto inicial para que se compreenda nossa intenção em se direcionar a ação de Educação Física na questão de aumentar as contribuições para alcançar um organismo saudável e discutirmos o real valor da promoção de saúde, principalmente porque o nosso alvo será a população escolar, tão modificada em sua estrutura pelas transformações da modernidade e carregada em seu cotidiano, de problemas sociais.

Assim, questiona-se a formação de cidadãos conscientes usando as armas da informação e da reflexão e não "como um meio para a satisfação de interesses de terceiros, da ciência, dos profissionais de saúde ou de interesses industriais e comerciais" (Fortes, 1998).

Voltando à questão da cidadania, a educação se deterá em trabalhar junto à escola leis e diretrizes que em seu bojo tentem alcançar os interesses e os objetivos para a formação dos cidadãos. Teoricamente o que se pretende é formar uma escola que atenda efetivamente a sua população, porém esta população convive com impactos constantes experimentados com as mudanças dos novos tempos. Toda uma polêmica de transformação social onde não só mudanças de ideais ocorrem, mas também ocorrem perdas de referências: perde-se os valores, perde-se a segurança, perde-se os ideais e perde-se o rumo.

Estas crises, embora pareçam efeitos da atualidade, já se arrastam de outros séculos. Muitas lutas e resistências já constaram da intenção de se aliar poderes com objetivos éticos e interesses dos povos, mas não é de se estranhar que as conquistas em termos de realização ainda se somam em número muito pequenos já que são sempre desconsiderados e proibidos. Nestas condições, contamos com o número minoritário de pessoas que ainda acreditam que ações são possíveis de se fazer e contribuir para o avanço de tais conquistas.

Enfim, o problema da educação para a conscientização da manutenção de saúde faz-se urgente se estivermos inteirados na luta de uma educação para a formação, para a igualdade e "de respeito à dignidade humana" (Fortes, 1998). Esse estudo procura contribuir com a discussão em aberto, necessária para chegarmos a um consenso do que é necessário realizar com a educação e saúde contribuindo para a formação de cidadãos participantes, atuantes e agentes de suas opções em uma sociedade democrática e mais justa socialmente.

Incluída no grupo das disciplinas da área biomédica e diante da necessidade de se contribuir para a melhora da condição de vida de seus alunos, se tornam evidentes, já que são conhecidos, os benefícios dos exercícios físico, na saúde não somente física, mas mental e social das pessoas. Assim pergunta-se: por que não incentivar os alunos a conhecer seu corpo associando os conhecimentos adquiridos e colocando-os em prática durante sua vida?

Um dos grandes problemas da educação brasileira é a falta de "uma pedagogia fundada na ética, no respeito à dignidade e na própria autonomia do educando" (Freire, 1996) e quando a questão tratada se inclina para o lado dos direitos do cidadão, inicia-se o grande impasse do ensino brasileiro. Frigotto (1999), em uma entrevista ao jornal do Brasil coloca perfeitamente a questão acima citada, à repórter:

" \_\_ E como seria a educação, afinal? (A.L.)".

\_\_ Temos que fazer um investimento enorme na formação de professores, capazes de ter a régua e o compasso, capazes de organizar na diversidade o eixo que permite construir o conceito. O conceito em ciências é aquilo que apreende a realidade. Um conceito sempre se constitui integralmente o tempo todo. Quando existem quebras de paradigmas. Temos que distinguir as mudanças orgânicas de um fenômeno de suas mudanças conjunturais. O núcleo conjunturante das coisas não muda o tempo todo. Seria um pressentimento insuportável. Neste sentido, temos que pensar a educação vinculada aos conceitos e seus núcleos duros: a cidadania, a participação. Uma educação que nos permita circular com dignidade no mundo da informação, que desenvolva nossas dimensões culturais, estéticas e científicas"

(Jornal do Brasil, 1999) *→ dia, mês, ano*

No Brasil, o que acontece atualmente, são queixas generalizadas à educação e não somente ao sistema administrativo. Há queixas sobre as condições das instituições e também sobre os professores e as Universidades.

Disciplinas como Educação Física e Educação Artística geralmente são consideradas de pouco valor em relação às demais disciplinas e, na maioria das vezes, para que o aluno seja reprovado é necessário que ele tenha uma baixa frequência ou não demonstre qualquer interesse por estas disciplinas. Esse preconceito reforça a dicotomia entre corpo e mente, entre teoria e prática, que faz parte do paradigma capitalista de superação de uma parte sobre a outra. O interessante é que pessoas que se dizem progressistas, são constantemente flagradas reforçando essas dicotomias.

Desde o início da década passada discute-se a atuação do profissional de Educação Física. A grande dificuldade do professor que tenta romper as barreiras criadas por uma concepção do exercício físico voltado somente para a hipertrofia dos músculos, existe e esse paradigma permanece desde a antigüidade tendo sido concebido para a sobrevivência do homem. Lembramos neste momento da história humana onde a execução das atividades físicas e dos exercícios físicos, estava ligada à caça, à procura de alimentos, à construção de suas residências, suas cidades, para a sua própria defesa, execução de danças e diferentes rituais.

Disciplina ou atividade? Esta pergunta suscitada constantemente registra em que ponto o que se realiza dentro desta disciplina tem influído em relação à visão que se tem dela. A reflexão constante relacionada sobre o despreparo dos profissionais da área de Educação Física quanto à produção de conhecimentos práticos em sua disciplina fez surgir a necessidade de se colocar em discussão, o papel deste profissional enquanto profissional da educação sendo um de seus objetivos; incentivar e colaborar na aquisição de hábitos com valores voltados para a saúde.

A Educação Física escolar pode exercer um papel fundamental na prevenção de diversos problemas de saúde em nossa população. É necessário então, que além da correta aplicação de exercícios, se faça um trabalho sério de conscientização pelo conhecimento de dados que representem um alerta e impeçam que se estimule o aumento desses problemas. Somente a determinação de se formar educadores preparados para desenvolverem uma prática voltada para os interesses da população e fundada em produções de conhecimentos válidos para a melhor qualidade de vida, poderá reverter esse quadro.

Uma das grandes dificuldades encontradas na efetivação de um trabalho que não se preocupe apenas com o tratamento que se dá atualmente ao trabalho corporal ligado à performance, são as quantidades significativas de currículos de formação de professores que ainda privilegiam apenas o esporte, em detrimento da cultura, da educação para a cidadania, das danças folclóricas, da manutenção da saúde. Esse fato ocorre na maioria dos currículos de formação de professores de 1ª a 4ª série, do ensino médio e do 2º grau.

Desta maneira, pergunta-se o que fazer para que este profissional contribua para a construção de hábitos de prevenção da saúde através da ação educacional? Talvez através de uma reflexão sobre o comodismo dos profissionais da área de Educação Física em somente se preocupar com a prática do desporto e das próprias atividades em geral não se detendo em fazer perceber o quê de concreto poderá ser concluído em nível de conhecimento com o que se faz de prática, iniciando uma nova forma de se encarar esta disciplina no mesmo nível das demais em vez de perguntar-se se ela é disciplina ou atividade.

#### Tecendo a manhã

Um galo sozinho não tece uma manhã:  
Ele precisará sempre de outros galos.  
De um que apanhe esse grito que ele  
e o lance a outro; de um outro galo  
que apanhe o grito que um galo antes  
e o lance a outro; e de outros galos  
que com muitos outros galos se cruzem  
os fios de sol de seus gritos de galo,  
para que a manhã, desde uma teia tênue,  
se vá tecendo, entre todos os galos.

E se encorpando em tela, entre todos,  
se erguendo tenda, onde entrem todos,  
se entretendo para todos; no toldo  
(a manhã) que se plana livre de armação.  
A manhã, toldo de um tecido tão aéreo  
que, tecido, se eleva por si: luz balão.

João Cabral de Melo Neto

L

## 2. A EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL, EDUCAÇÃO MÉDIA E EDUCAÇÃO SUPERIOR.

A Educação para nós deve ser um direito de todos e à ela todos deverão ter acesso, sem distinção, sendo gratuita e isenta de qualquer privilégio, como é pleiteado na Constituição brasileira. Assim como nos países desenvolvidos, sonhamos com uma educação fundamental que funcione com recursos e métodos e levem os alunos a serem cidadãos participantes de uma sociedade amplamente democrática .

O momento em que vivemos concretiza-se com a exigência de novos valores e requer um pensamento educativo que opte pela formação do cidadão dinâmico, mobilizador e reflexivo. Isso significa que é necessário para a educação do segundo milênio, conhecimentos mais complexos instruindo o educando ao desafio e à competência para tomadas de decisões.

Neste momento de transição e mudanças na política educativa de nosso país procuramos repensar nas informações que estão sendo desenvolvidas em nossas escolas e quais as funções desempenhadas por elas que as caracterizem como escola participativa e cumpridora de seu papel social. O desafio que educadores encontram em promover os conhecimentos de suas disciplinas apontam para a necessidade de mudanças e se torna visível a necessidade de se ampliar não somente o acesso ao ensino fundamental como também ao médio e superior para que, no instante em que se reflita sobre Direitos Humanos, se possa discutir se os princípios e fins da Educação, ditados na Lei 9394/ 96 Art. 2 estão em conformidade com o enfoque educacional.

No Brasil, o ensino já há algum tempo tem tido uma baixa de qualidade e a responsabilidade por esta situação tem sido atribuída ao sistema administrativo, ao professor, às condições dos alunos, à Universidade. É evidente que cada um tem sua parcela de responsabilidade já que todos são participantes deste processo, porém é necessário que se faça uma reflexão para que os resultados até então desanimadores tenham melhores repercussões e desencadeiem em uma construção de conhecimentos eficazes para ambos os lados

Muitas são as reflexões sobre os paradigmas curriculares . Ainda é necessário se compreender e vivenciar de que nada vale estas reformulações se elas não estiverem engajadas em uma política pública que priorize os direitos plenos do cidadão (sem demagogias).

✓

Em relatório do INEP/MEC (1998) pudemos perceber que na década de 90 muito se ampliou o acesso ao ensino médio. De acordo com este relatório, o número de matrículas dobrou, o número de concluintes também aumentou porém também é reconhecida a dificuldade encontrada pelos jovens para se obter um ensino eficiente. Grandes investimentos foram feitos em função do término do analfabetismo iniciando-se pela educação infantil, porém ainda hoje nos encontramos desenvolvendo uma educação de privilégios, distante de uma prática de conscientização. No mesmo instante em que se exige o respeito aos direitos humanos vivemos uma crise desses direitos.

Constantemente são reformuladas as leis de Educação Nacional e novos modelos são propostos a fim de reverter os momentos de crise em que o país passa. Com essas mudanças, o trabalho escolar, se torna difícil de se desenvolver.

Quanto à disciplina de Educação Física, no artigo 26 parágrafo terceiro cita: "A educação física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular da educação básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, sendo facultativa nos cursos noturnos. Com estes discursos fica evidente como se situa a questão de nossa disciplina e sua aplicabilidade junto à população de alunos pensando em um projeto de se qualificar pela saúde o nível de vida da população. Estando ela integrada à proposta da escola e sendo planejada dentro dos interesses da escola, muitas vezes contamos com o descaso de alguns docentes, despreparos de outros, interesses diversos da escola fazendo com que no momento do planejamento das atividades desenvolvidas por esta disciplina, se abra um grande distanciamento da realidade de seus alunos com a proposta pedagógica.

Ao discutirmos sobre qual seria sua abrangência e o que estaria sendo feito na educação fundamental, média e superior dentro da perspectiva de valorização da própria proposta pedagógica permitimo-nos indagar que, em sendo importante as aspirações que giram em torno da formação de alunos desde os primeiros anos de vida, se deva levar em conta, que os assuntos relacionados aos primeiros hábitos de saúde possam ser viabilizados por ela e apresentando-se com maior evidência.

Embora a função clássica da escola seja a de "transmissão, sistematização e assimilação de conhecimentos produzidos pela humanidade" as mudanças sociais tendem a uma reformulação determinada pela sociedade que permita a "conservação e a renovação dos conhecimentos produzidos e acumulados para que as novas gerações assumam a responsabilidade de continuarem a construção de uma sociedade" (Resende, Soares, 1997). P.

Para este estudo, remetemo-nos a idéia de uma Educação Física manifestando seu interesse pela qualidade de vida. Refletimos então, nossos desejos de questionar esta questão-certamente pelas dúvidas diárias que nos ocorrem não somente pela oportunidade de termos que interceder em uma questão tão conturbada, como a de saúde mas também por acreditarmos que nosso currículo de Educação Física para a Educação Fundamental, Média e Superior necessita de novos temas e novos entendimentos, que transformem os conhecimentos e permitam novas competências.

Em discussão acerca de uma proposta curricular em Educação Física, Resende e Soares (1995) colocam em seu estudo como objetivo geral de Educação para o Colégio João XXIII- UF JF "possibilitar aos alunos a vivência sistematizada de conhecimentos/habilidades da cultura corporal, balizada por uma postura crítica no sentido da aquisição da autonomia necessária a uma prática intencional e permanente, que considere o lúdico e o processo sócio- comunicativo, na perspectiva de lazer da formação cultural e da qualidade coletiva de vida". Neste estudo de caso, vários foram os pressupostos que os levaram à apresentação de um novo currículo para a instituição em questão. A partir de concepções como a importância da sociedade na escola, da reflexão e prática, como também da cultura artística e corporal, percebeu-se a necessidade de se viabilizar tal proposta na qual seria a função da escola "conservação e renovação dos conhecimentos produzidos e acumulados" e "promover o desenvolvimento científico, tecnológico, cultural tendo como referência o bem estar e a qualidade coletiva de vida". (P.)

No que cabe à Educação Física, certamente a escola, fundamentada nos princípios de formação, da personalidade, das potencialidades com o interesse de intervenção nos diversos quadros sociais, poderá ser uma mediadora não somente na educação básica como até mesmo nas séries seguintes e no caso do nível superior, qualificando profissionais para mudanças necessárias em tais quadros sociais.

Na época das Olimpíadas, na Era Antiga já se falava do uso clínico do exercício físico nas diversas formas de doença e na pura e simples promoção de saúde. Na Era Cristã, já se abordava o exercício físico como terapêutica de diabetes e hoje, programas de prevenção disputam o espaço, habituando-se a sociedade a manter sua saúde.

Nas épocas de Brasil Império e Brasil República a Educação Física, como disciplina pedagógica, tornou-se obrigatória pela legislação por acreditar-se que, se disseminada pela escola, a população estaria salva de doenças. O modelo autoritário de ginástica militar trazido pela corte portuguesa ao Brasil serviu como reforço ao sentimento nacionalista da população. É substituído então pela Educação Física pedagogista e teve como meta, a tendência escolanovista que surge em primeiro momento com ênfase aprender fazendo jogo de resoluções a tônica de seu trabalho. No segundo momento, a intenção é de o professor ser o facilitador do processo de desenvolvimento da criança. Cabe nesta fase, que o professor crie diversas maneiras de oportunizar situações de brinquedos livres.

Será nos anos 70 que a Educação Física terá um cunho mais marcante no que se refere ao esporte de competição. Nesta época ele invade o espaço escolar desenvolvendo um ideal seletivo e discriminatório. Pode-se dizer que ainda hoje encontramos convivendo no cenário educacional esse tipo de ideologia descompromissada com a realidade das escolas brasileiras.

A preocupação para o ensino fundamental é voltada para a formação global do educando, não só mediante as disciplinas curriculares mas também mediante a vida prática, através de conhecimentos que permita a formação de valores e atitudes. É necessário dizer que além da escola estar com tal responsabilidade, a família também é responsável pela transmissão destes valores.

Se muitas vezes a prática de Educação Física se encontra restrita à aptidão física e preparação desportiva, já se percebe a preocupação com o desenvolvimento de propostas curriculares intencionadas na transformação desses quadros.

De acordo com as disposições gerais para a Educação Básica no que diz respeito ao desenvolvimento da consciência corporal da criança, esta disciplina poderá contribuir muito nestas intenções de desenvolvimento integral da criança.

Segundo Araújo (1986), "A Educação Física escolar oferece aos educadores e aos pais a chance de promover não só o correto desenvolvimento físico da criança, mas também da saúde." E no que se refere à atividade física, sistemática ela "pode aumentar o bem-estar dos indivíduos através de um imediato aumento da disposição geral e, a longo prazo, melhorar a auto estima e melhorar a imagem corporal". (P-)

Quanto aos conhecimentos de saúde que a Educação Física pode oferecer à criança e ao jovem em sua prática contínua é importante para o professor adequar seu programa na escola entendendo que tais influências servirão para o aluno como aquisição de tais comportamentos. Se a Educação Física faz parte de uma das etapas da Educação Básica, ela é essencial na formação do educando e na educação do ensino médio ela terá como finalidades:

L

- I- a consolidação e o aprofundamento dos conhecimentos adquiridos no ensino fundamental, possibilitando o prosseguimento de estudos;
- II- a preparação para o trabalho e a cidadania do educando, para continuar aprendendo, de modo a ser capaz de se adaptar com flexibilidade a novas condições de ocupação ou aperfeiçoamento posteriores;
- III- o aprimoramento do educando como pessoa humana, incluindo a formação ética e o desenvolvimento da autonomia intelectual e do pensamento crítico;
- IV- a compreensão dos fundamentos científicos e tecnológicos dos processos produtivos, relacionando a teoria com a prática, no ensino de cada disciplina.

Fala-se de revalorização do ensino médio e ampliação da cultura geral do aluno, porém é priorizada a qualificação para o trabalho, sem a menor preocupação com a questão da saúde como interesse desse futuro trabalhador.

Assim, a intenção da disciplina de Educação Física, preocupada com o bem-estar desses indivíduos se torna mais abrangente de acordo com a adequação de sua prática à mudança comportamental desses indivíduos a partir da compreensão de que não se pode mais pensar nesta disciplina somente como atividade desportiva, dissociando-a da concepção da importância da saúde para a formação dos indivíduos.

No artigo 36 seção I, o que se refere ao currículo de ensino, encontramos:

- I- destacará a educação tecnológica básica, a compreensão do significado da ciência, das letras e das artes; o processo histórico de transformação da sociedade e da cultura; a língua portuguesa como instrumento de comunicação, acesso ao conhecimento e exercício da cidadania;

Sem muitas mudanças no currículo, o que nos interessa ressaltar é a ausência da Educação Física nesta Lei. A idéia é a de estímulo à "preparação para a cidadania desenvolvendo sua autonomia e pensamento crítico" sem ser levado em conta a integração que pode ser feita entre o conhecimento de ciência com o de Educação Física e até mesmo desconsiderando a empregabilidade desta prática na vida do aluno.

Trata-se de uma Lei voltada para a visão moderna de tendências curriculares sem perceber a dimensão desta disciplina na questão da saúde como foi citado anteriormente o artigo 26 § 3 e neste artigo podemos perceber que sendo ela, facultativa nos cursos noturnos, deixa então de ser encarada pela Lei, necessária para este grupo.

✓

Embora a maior parte desses alunos seja de pessoas que trabalham e a intenção desta Lei possa ser a de facilitar na tentativa de melhorar a situação do aluno do curso noturno que trabalha em sua maioria, não podemos concordar com esta atitude nos baseando no fato de muitos alunos, devido à sua vida diária não têm como hábito exercitar-se e devido a própria forma de vida, acabam por fazerem parte do grupo de risco (sedentários, estressados, possuidores de algum tipo de doença que facilmente a atividade física melhoraria) é que torna imprescindível essa disciplina para suas vidas.

Diante de uma série de posições tomadas pela escola dentro do contexto educacional, levamo-nos à questão de sua função na formação do indivíduo e na transmissão da identidade do educando dentro do contexto social. O trabalho com o corpo proporcionado pela Educação Física poderá influenciar não somente a forma física como também à qualidade de vida e consciência democrática. Como disciplina do corpo não há o como se negar o trabalho que o esporte cumpre “como fenômeno sócio-cultural de múltiplas possibilidades (Paes, Silva, 1997). No contexto pedagógico, contamos hoje com a necessidade de definições, de clarezas e de entendimentos de suas funções e objetivos.

Citando-se os inúmeros estudos relacionados à prática regular de exercício físico e em que ela implica na formação de bons hábitos de saúde poderemos avaliar o trabalho com o corpo proporcionado pela Educação Física e como ele pode influenciar não somente na forma física como também na qualidade de vida.

No jardim da infância e na pré-escola começam a introduzir uma série de rituais da vida cotidiana e a desenvolver-se hábitos primários de saúde. Uma multiplicidade de conhecimentos serão apresentados às crianças nos primeiros anos escolares. Através das leituras são vivenciadas histórias em que, dependendo de seus objetivos, os benefícios de vários hábitos de vida associados ao prazer e ao lúdico também fornecerão subsídios à questão da qualidade de vida.

Atualmente pode-se verificar o rumo tomado pela educação assumindo um papel em face à visão que a pessoa tenha de si mesma, de sua relação com o ambiente e dos valores atribuídos ao contexto. Ao se ampliar os entendimentos em relação às próprias disciplinas e da própria relação com o mundo que o cerca se torna mais difícil de se ter uma visão reducionista do mundo.

De acordo com os eixos temáticos inseridos pelo PCN são citados o conhecimento corporal, a prática dos esportes e as atividades rítmicas e expressivas para o ensino fundamental.

Atualmente a educação tenta assumir um papel em que a pessoa tenha uma visão de si mesma, de sua relação com o ambiente e com os valores atribuídos ao contexto. O conhecimento corporal neste sentido se torna mais abrangente de análise. Não há como se pensar não exercício físico com a mesma finalidade que na antiguidade ou entender como na Era antiga, que um corpo para ser saudável deverá ter um excelente desempenho físico.

✓

Necessita-se atualmente um conhecimento sobre o corpo conhecendo os limites da saúde aceitando as evidências sociais, considerando o fenômeno saúde/doença e até mesmo envolvendo a educação escolar determinando objetivos, conteúdos e sua função.

Nas últimas décadas já se tem observado em nossas leis a incorporação e a concepção de saúde permitindo o direito à todos de saúde como dever social. A Constituição de 1998 afirma este interesse, embora a política pública e privada ainda não permita pleno acesso à população através de seus serviços. A educação com o fundamento de reverter tais quadros, inclusive o de saúde, busca desempenhar seu papel na tentativa de minimizar vários sofrimentos, reduzindo deficiências e ampliando a capacidade de intervenção da população.

Na Educação Superior, a LDB determinará como alguma de suas finalidades : "o estímulo à criação cultural e o desenvolvimento do espírito científico e do pensamento reflexivo" e "incentivar o trabalho de pesquisa e investigação científica, visando o desenvolvimento da ciência e da tecnologia e da criação e difusão da cultura e, desse modo, desenvolvimento o entendimento do homem e do meio em que vive" ( ) → participação

A atual reforma do Estado brasileiro embora pareça reconhecer a importância do ensino universitário para a sociedade e confirmando a capacidade inovadora em termos de ciências, cultura e tecnologia, ela vem para redefinir e distribuir os setores de serviços dando a esta redefinição um caráter de atendimento às necessidades de modernização da economia e desenvolvimento social" ( ) → Onde estão os serviços de saúde?

Comparada ao estilo de universidade do século passado, hoje perdeu-se muito na diversidade de conhecimentos e com a introdução da tecnologia na atualidade, a saúde de nossa população também obteve alguns prejuízos.

No capítulo IV da Lei 9394/96 referente à educação superior, antes nos cursos universitários havia a inclusão da disciplina de Educação Física e fazia-se atividade física pelo menos dois períodos do curso. Atualmente, examinando esta Lei, não se encontra nenhum indício de atividade física para os cursos universitários.

Ao abordarmos a presença da disciplina de Educação Física nos diferentes níveis de Ensino, enfatizamos a importância desta disciplina e de seus aspectos de saúde para a sociedade. Até hoje, quando se fala de ensino de saúde lembramos de disciplinas como Higiene, Programa de Saúde, Ciências Naturais, Biologia, Nutrição, explicando fatos relativos ao funcionamento orgânico, explicando como se adocece ou como se deve preservar a saúde. Porém, quase não se reflete acerca de como esta disciplina pode contribuir com conteúdos relativos à saúde.

✓

Somente com a Lei 5692/71 é que se verificou nas escolas a introdução da temática da saúde com a disciplina Programa de Saúde com o objetivo de "levar a criança e o adolescente ao desenvolvimento de hábitos saudáveis quanto à higiene pessoal, alimentação, prática desportiva, ao trabalho e ao lazer, permitindo-lhes a sua utilização imediata no sentido de preservar a saúde pessoal e a dos outros". (Lei 5692/71)

↪ *autóp*

Vale ressaltar a tentativa de uma nova visão para o entendimento da educação para a saúde com esta Lei. É possível observar que tentando ampliar a visão tida de saúde destacamos também a posição tomada pelo Conselho Federal de Educação (1977) onde a Educação Física é encarada como contribuidora na formação de saúde no meio educacional, proporcionando a inclusão de aspectos importantes a serem trabalhados "por meio de uma correlação entre diversos componentes curriculares, especialmente Ciências, Estudos Sociais e Educação Física (Parecer do Conselho Federal de Educação, número 540/77).

O ensino atualmente afasta-se da idéia de formação, reflexão criação e crítica. O aluno passa pelo ensino fundamental sem reconhecer fatos necessários à saúde, percorre o ensino médio defendendo o discurso da performance e chega à Universidade, desacreditado do valor da aptidão física.

Acreditamos que a Educação Física forneça grandes benefícios, destacando-se a facilidade com que o aluno tem para desenvolver suas habilidades motoras, expressão e desenvolvimento mental. Não é de se negar o bem que o exercício pode fazer à saúde e a cruzada que, junto à escola, poderá promover em nível de equilíbrio orgânico para a população. Desta maneira, as atividades destinadas ao ensino fundamental poderão perfeitamente aproveitar o trabalho com o movimento humano e fazer uma educação sanitária a partir da conscientização de uma série de cuidados com a saúde de maneira tal que desenvolva nos alunos a busca pela qualidade de vida.

No que diz respeito ao currículo, ainda se conserva em nossas escolas as mesmas idéias e os mesmos temas de tempos atrás. Se o momento atual é o de mudanças no paradigma de nossa educação, como compreender os conteúdos centenários destas disciplinas sem direitos às informações mais precisas para a preparação do atual momento em que estamos vivendo?

Infelizmente somente por volta de 1982 é que esta disciplina pôde ser incluída nas séries iniciais da escola com a publicação das Diretrizes de Implantação e implementação da Educação Física por parte do Ministério da Educação e Cultura. Compreendendo a grande contribuição desta disciplina na consciência corporal, além da chance de predispor o aluno na aquisição de melhores resultados, podemos então, avaliar o tempo perdido com este atraso que poderia significar um avanço irreparável não somente em termos educacionais como também na associada ao conhecimento corporal.

✓

Mesmo que ainda não esteja no patamar em que desejamos no que refere à saúde, acreditamos que não tardará a acontecer esta escola tão desejada por nós. Entendemos que, é imprescindível que surjam novos parâmetros norteadores para a educação, que apontem para um novo estilo de vida. A semente já está plantada, resta-nos construir a nova escola.



### 3 - A EDUCAÇÃO FÍSICA - DISCIPLINA OU ATIVIDADE?

Ser professor atualmente é uma tarefa muito difícil, pois é inevitável o confronto com toda a problemática que gira em torno dessa profissão. Como se conciliar gostos, propostas, objetivos e práticas quando, boa parte dos alunos têm em mente, passar de ano sem muito esforço? Pretextos mais variados são usados como desculpas quando não se saem bem ou quando o fracasso é constatado, atribuem ser a disciplina de difícil compreensão ou então devido o professor não ter alcançado seu objetivo.

De um lado pesquisadores ditos "teóricos", de outro, profissionais voltados para uma visão prática tentam delinear e traçar um perfil para a Educação Física brasileira, porém encontram uma imensa dificuldade devido às condições de prática dos professores e das nossas escolas.

Em geral, muitas falhas são encontradas no ensino. Hoje, felizmente, reconhece-se que estas falhas podem estar no processo, na metodologia, na didática ou até mesmo no professor. O que não se deve é transformar este profissional como o único culpado.

O interesse pelas ciências dos esportes desenvolveu em grande proporção nos últimos anos e aumentou também a necessidade em adequá-la à prática pedagógica. Fazer Educação Física atualmente se descreve quando não, de uma maneira descompromissada com saberes ou fora de um contexto político-pedagógico ou então construída dentro de uma série de preocupações com conhecimentos, comportamentos ou materiais.

Responsabilidades, deveres, prevenções e uma série de outros elementos terão que se associar para que não se tenham em mente a idéia de brincadeira, distração ou irresponsabilidade. É imprescindível que o projeto educacional esteja vinculado a uma série de propostas onde se fale dos benefícios em educação, lazer e saúde.

Atualmente é muito freqüente se encontrar escolas "brincando de fazer Educação Física". Em qualquer espaço se reúnem grupos de crianças, oferecem uma bola e pronto! É uma aula de Educação Física. Além de problemas materiais encontrados junto a escola ela é acusada de "amarrar o corpo para deixar apenas o cérebro em funcionamento" (Fernandez, 1991). Recriadores assumem a função de professores e não se é colocado em questão utilizar técnicos de Educação Física que substitui um professor graduado, tão comum atualmente.



É muito mais fácil se contratar pessoas sem o curso de formação universitário para desempenhar tal papel já que de certa maneira a mão de obra destes profissionais se torna mais barata e livre de uma série de encargos e responsabilidades, eles se comprometem a desempenhar tais papéis e no que diz respeito aos alunos, este não irá reivindicar seus direitos já que muitas vezes não sabe do que se trata ou senão percebe que não terá em sua escola um substituto para suas atividades físicas já que a escola não encara suas atividades necessárias para a formação do indivíduo.

As condições de funcionamento das escolas brasileiras são, muitas vezes, irrelevantes de prática: escolas sem local adequado para a realização das atividades, ausência de recursos materiais, tempo de duração das aulas impróprios, turmas extensas e com faixa etária das diversas, turmas mistas quando não, impossibilidade dos alunos em adquirirem a vestimenta adequada para sua prática.

Até mesmo entre as disciplinas desperta-se a questão de não se considerarem os conhecimentos trazidos pelos alunos. Umas, com muitos conteúdos, cobranças em torno da assimilação, desses conteúdos, outras, como Educação Artística, Educação Moral e Cívica e Educação Física, encaradas como atividades por não se acreditarem que seus conteúdos sejam necessários para a vida dos alunos. Descasos, desrespeitos, dificuldades em se integrar o trabalho desta disciplina com as demais, fatos que infelizmente apontarão para a falta de reconhecimento desta, como uma mola propulsora em ajustar os lados emocional, afetivo e motor do indivíduo.

Considerado-se que, as primeiras experiências na vida da criança se faz em nível motor, é na percepção do mundo, na concepção de espaço, na consciência corporal que se dá a aprendizagem exigida pelas demais disciplinas e por que encarar Educação Física como atividade já que nos primeiros anos de vida é recomendação médica se colocar a criança em atividades físicas e constatado cientificamente que, crianças que fazem atividades física, tanto no que se refere a área motora, quanto desenvolvimento físico, têm uma série de vantagens orgânicas se comparada com as demais.

As práticas pedagógicas de Educação Física dentro do contexto escolar são muitas e possivelmente estas práticas não entram como referência se comparadas com os demais discursos do currículo escolar. A responsabilidade muitas vezes recai no próprio profissional que, utilizando-se de procedimentos inadequados iniciam suas aulas com advertências, exigências ameaças de sanções e repetições intensas de exercícios. É comum não terem coberturas nas quadras e ser um excelente pretexto para não se ter aula quando chove.



De certa forma as atitudes insensatas de alguns professores contribuem para a visão deturpada de falta de competência entre os profissionais de Educação Física. Muitos deles exigem um padrão de comportamento dos alunos e estes comportamentos muitas vezes depõe desfavoravelmente contra este profissional que controla o ritmo, rendimento, cumprimento dos exercícios sem adequação de prática à prazer, à construção de conhecimentos ou ao próprio conhecimento.

Constantemente relaciona-se Educação Física à competição ou a festividades escolares. Quando o professor não está organizando torneios interescolares, premiando o rendimento físico de seus alunos, ele está ensaiando para alguma festividade escolar. É comum na maioria das escolas ser atribuído ao professor de Educação Física a organização de atividades festivas e comemorações diversas que estariam incluídas dentro da função de Animação Cultural. Distribuem-se os semestres pelos desportos mais conhecidos que são handebol, voleibol, futsal e basquete (isto se houverem condições), arranjam qualquer espaço e nada se fala sobre como essa prática poderá estar aliada na melhora de condições de vida desses alunos.

Sabe-se perfeitamente que professores e alunos poderão adequar à seu planejamento também a atividades como as citadas anteriormente e o interesse neste estudo não é o de desmistificar tudo o que se produz nesta disciplina enquanto experiências válidas na prática educacional, porém é importante se questionar o cuidado para não se ter esta disciplina como atividade. Outra preocupação importante de se colocar em relevo é a oportunidade ímpar que tem este profissional, já que ,através da obrigatoriedade do ensino nas séries iniciais, pode-se dizer que grande parte de nossa população “passa por suas mãos” e permitir-se não ajudar na formação da identidade deste cidadão é perder uma grande oportunidade de contribuir para a futura sociedade.

É esta prática pedagógica que circula atualmente entre as escolas e que vem sendo contestada por aqueles que tentam revolver no meio educacional, disciplinas que não conjuguem o projeto de educação comprometida com a cidadania onde os Parâmetros curriculares Nacionais entendem como enfoque principal.

Integrado em um projeto de educação que forme cidadãos, os PCNs, determinam como Perfil para a Disciplina de Educação Física:

Educação Física - Integra os alunos na cultura corporal do movimento com a finalidade de lazer, expressão de sentimentos, afetos e emoções, de manutenção e melhoria da saúde. Aponta para uma perspectiva metodológica de ensino e aprendizagem que busca o desenvolvimento da autonomia, da cooperação, da participação social e de valores e princípios democráticos.



Fala-se de expressão de afetos e emoções, de manutenção e melhoria da saúde, porém nada se fala de conhecimentos necessários a nível cognitivo. Muitas vezes, quando professores falam da importância de se fazer exercícios físicos na escola, não só alunos como também eles mesmos têm dificuldades de se nortear o real valor da prática de atividades físicas em um âmbito geral. A identificação da relação Educação Física – Disciplina ou atividade pode até parecer demagogia quando abordada, porém reflete perfeitamente o que muitos profissionais desta área vivenciam já que manifestam com o forte desejo de vê-la encarada com todo o respeito merecedor e nova postura.

Encontramos ainda na escola professores preocupados em desenvolverem conteúdos exigidos, a mídia exige atividades que ajudem a vender mais produtos e neste mesmo espaço tenta-se delinear as metas a serem trabalhadas com os alunos.

Os conteúdos curriculares esperados pelo PCN, embora dêem ênfase à praticidade dos conteúdos disciplinares, eles fazem referência a temas conhecidos dentro de cada dia e o que esses temas têm de relação ao dia-a-dia do educando. É facilmente compreendido que, quando se trata de disciplinas como Matemática, História, Geografia, o que tem de comum são assuntos constatados nos conteúdos delas. No caso de Educação Física, fala-se em avaliar forma de expressão, sentimento sem uma percepção de que esta disciplina tenha interesses a serem discutidos.

É necessário então que a Educação Física escolar já que convive em todo um contexto que a indique seguir o lado contrário ao da saúde, reconheça que atuar com exercício físico é o mesmo que associar esses exercícios a hábitos de higiene como escovar os dentes e tomar banho. O estudante desta disciplina habituou-se a concebê-la como a atividade da liberdade, sem compromissos e deveres e encará-la como disciplina se torna praticamente inviável. Porém, diante dos inúmeros quadros de fatores de risco que chegam às mãos do profissional de Educação Física, percebe-se a necessidade de se conscientizar a população de tais conhecimentos.

O professor não pode deixar de engajar nesta luta e muito menos deixar de defender a associação desta disciplina essencialmente prática possibilitando a promoção de conhecimentos neste campo.

Nas fases iniciais (até a quarta série), somente em 1982 esta disciplina foi incluída com as “Diretrizes de Implantação e Implementação de Educação Física através da Secretaria de Educação Física e Desporto.

Possibilitando experiências práticas, é bem possível que o prazer que se faz através da construção de situações que trabalhem a expressão será muito mais difícil de se esquecer, do que aquelas que somente se toma conhecimento.

É comum a identificação imediata de alunos com disciplinas práticas como a de Educação Física, devido a grande possibilidade de se posicionar diante as várias situações criadas em um jogo, uma recreação, ou qualquer outra atividade devido a necessidade de participação de todos ali incluídos. Ainda que o jovem ou a criança ainda se sinta tímido para participar, no instante em que decide, os tabus são, na maioria das vezes, ultrapassados ou se não, torna-se mais fácil se discutir o assunto.



#### 4. O CORPO E O MOVIMENTO HUMANO

Iniciado desde os primeiros momentos de vida, o movimento humano traz consigo uma história evolutiva que investigadores (médicos, antropólogos, especialistas em educação física e outros) fundamentados em novas abordagens a respeito do comportamento humano, tentam melhor conhecer, o caminho tomado pelo homem diante do conjunto de costumes e de novas concepções culturais mostradas atualmente.

No capítulo anterior falamos da importância da disciplina de Educação Física como um trabalho que possa servir de incentivos para a criação de hábitos que privilegiem a saúde. Reconhecemos a necessidade de um comprometimento com o processo de aquisição de comportamentos que valorizem a saúde através da prática de atividades físicas.

A partir dessas considerações podemos então nos situar em que sentido esta disciplina poderá acrescentar com seus conteúdos para o benefício do processo educacional, participando da formação do homem no campo da saúde, da sociabilidade, da formação de liderança, do desenvolvimento psicomotor, etc. Com isso, atualmente muitos se preocupam com assuntos relacionados ao movimento humano e comprova-se que uma das conseqüências é a qualidade de vida relacionada à saúde com a melhoria da autonomia e da auto-estima principalmente para os idosos, justificando a intenção de se voltar para a melhor preparação de crianças na fase escolar para essas poderem agir com independência futuramente, integrando-se equilibradamente na sociedade. Resta-nos então, conduzir a educação para o movimento, possibilitando formas mais eficientes para sua atuação na escola e uma melhor divulgação sobre os benefícios de uma sociedade menos sedentária, com os jovens engajados em programas desportivos, os idosos em programas de atividades físicas, e as crianças em brinquedos, jogos e atividades que envolvam o corpo, longe da televisão.

As primeiras manifestações de movimento do ser humano ao nascer têm como objetivo, a percepção do mundo. Com o nascimento, a criança já possui todos os músculos do organismo integralmente inervados, porém o comando central ainda não está desenvolvido. Neste caso, os músculos estão desenvolvidos porém, não se tem controle das atividades motoras (Araújo, 1986). Será então a partir da repetição dos movimentos, integração dos meios que o cerca e de uma série de outros elementos que estes movimentos serão desenvolvidos em uma melhor performance.

Os estágios da vida do ser humano e as transformações ocorridas indicam uma maior tomada de consciência do mundo que o cerca através do corpo. Com a realidade brasileira constituída de tantas diferenças individuais e sociais em uma mesma classe, torna-se muito mais difícil se planejar um programa equilibrado de atividades. Na situação escolar, um professor habilidoso deverá ajustar suas técnicas levando-se em conta aspectos do desenvolvimento intelectual, social e emocional do aluno.



Um dos aspectos do trabalho em aprendizagem motora é a necessidade de constantes correções na execução do movimento para que ele seja gravado no cérebro corretamente. Quanto maior for o nº de repetições, menor será a probabilidade de erros. Por isso, além de se conhecer métodos e técnicas de execução de exercícios é necessário não se esquecer que o gesto motor que se pretende ensinar terá que estar compatível à maturação nervosa do indivíduo para que o ato seja aprendido sem problemas.

Acidentes poderão ser evitados se aumentarmos a segurança da execução, mas é imprescindível se levar em conta que o trabalho corporal, qualquer que seja ele, deverá trazer benefícios e, principalmente valorizar os resultados obtidos não se esquecendo que, em caso de fracasso, se deve criar novo estímulo para o sucesso e não criar indícios de que o abandono à atividade seja o caminho a tomar, pois muitas vezes poderá estar dando início a problemas sérios para este indivíduo.

O desenvolvimento do sistema nervoso central vai se tornando mais sofisticado em função dos movimentos, enquanto o indivíduo está crescendo. Enquanto isto, este corpo terá possibilidade de aumentar as dimensões de aprendizagem e coordenação dos movimentos.

A atração pelas atividades motoras na criança na fase escolar é evidente. As diferentes escolhas das atividades dependerão muito mais das tradições e hábitos culturais, do que das próprias inclinações pessoais.

Na escola, o professor de Língua Portuguesa tenta desenvolver a linguagem do aluno através das palavras e dos signos lingüísticos. A Matemática utiliza os números para quantificar os elementos que o homem percebe a sua volta. A História revive os passos do homem pelo mundo em toda sua existência. De acordo com esse pensamento perguntamos: Como seria nosso corpo se ele não produzisse movimentos? Como seria nossa compreensão de mundo, nossas representações culturais e nossas disposições para a vida, se estivéssemos desprovidos de nossos movimentos?

De maneira mais abrangente, estes dois pontos discutidos – o corpo e o movimento – afetam em grande sentido a maneira entender o indivíduo. Pode-se dizer que não somente em nível de crescimento e desenvolvimento físico, mas já se sabe que a relação que ambos têm na concepção de vida e do espaço que os cercam, será de grande valor para que se promova um estilo de vida saudável.



Em estudos realizados por Lamartine (1977) sobre a concepção de "imagem corporal" foram selecionadas 36 crianças de ambos os sexos sendo que, metade delas viviam em Instituição de abrigo (grupo experimental) e a outra metade, crianças que, embora de bairros carentes, viviam com suas famílias nestas comunidades carentes (grupos de controle). Desta maneira, foram observados através de desenhos, as diferentes formas de apresentação de sentimentos, de insegurança, de depressão, de regressão e de inferioridade daquelas crianças. Aquelas crianças que viviam com suas famílias apresentavam um desenvolvimento psicológico progressivo, mais definido, comparado com sua idade cronológica.

A crescente independência e concepção do mundo no indivíduo é, em parte, devido também ao seu amadurecimento. Uma das características da maturidade é tomar decisões à luz de valores pessoais. A concepção e colocação do corpo diante de uma concepção do mundo que o cerca irá ser aceitavelmente satisfatória na medida em que, os valores recebidos em cada período da vida do indivíduo façam sentido ou não, comparados ao que ele recebeu de cultura e compreensão do mundo que o cerca.

Embora possamos constatar que a cultura humana em sua variabilidade seja fator que muito dispersa a tentativa de se compreender o homem para efeito de estudo, o antropológico, Geertz (op. Cit.: 15) nos auxilia nesta discussão assegurando que "o homem é um animal amarrado a teias de significados que ele mesmo teceu" [...] "No estudo da cultura, os significantes não são sintomas ou conjunto de atos simbólicos ou conjuntos de atos simbólicos e o objetivo não é terapia mas a análise do discurso social".

Verificamos assim, os inúmeros empecilhos que a Educação Física encontra diante de tantas mudanças de conceitos e influências que uma cultura pode exercer em um corpo através de comportamentos. A intenção, neste momento, se resume em fazer este profissional oferecer uma nova opção que não fuja do trabalho com o corpo e saúde aprendendo com bom senso a desejar em seu trabalho um modelo que segundo Lovisolo (1994: 08), seria ideal:

"As representações sobre o corpo e as atividades corporais estão marcadas pela presença de valores sociais, normas e crenças que, em graus e formas diversas, objetivam orientar as relações sociais das pessoas consigo mesmas, entre os grupos, entre os indivíduos e as relações com a natureza. Assim, valores, normas e crenças, criam algum tipo de ordem social ou de ordem dos relacionamentos, padronizando-os".



## 5. RELAÇÃO ENTRE EXERCÍCIO FÍSICO E SAÚDE

Já são conhecidos os benefícios que os exercícios físicos proporcionam a curto e a longo prazo, melhorando a eficiência geral do organismo do ponto de vista fisiológico e que a Educação Física, disciplina na escola que trabalha com o movimento, ratifica essa proposta no meio escolar dirigindo suas ações para concretizar esse que é um de seus objetivos.

Temos a compreensão de que o ensino sobre o tema saúde no meio escolar, quando feita de maneira prazerosa, encontra aliados no combate à proliferação de doenças agudas e crônicas. A Educação Física por ser uma disciplina que tem uma proximidade muito grande com os jovens, pelo fato de justamente o aluno se sentir mais próximo fisicamente dos colegas e do professor, poderá em seu dia-a-dia, exercer uma influência significativa no que concerne a este assunto. A própria prática dos desportos, citando-se com destaque o futsal (um dos mais praticados no Brasil) pode ser conhecida como um das responsáveis pelo aumento, ainda que tímido, da quantidade de adeptos das práticas de atividades físicas.

Junto à população brasileira, programas como o Programa Nacional de Educação e Saúde, dos Ministérios da Educação e da Saúde tentam elevar o grau de consciência das pessoas através da prática correta de exercícios. Pensa-se no aumento do grau de conscientização através de modificações comportamentais e redução de uma série de atitudes tomadas inadequadamente por nossa população.

Prevenir nas últimas décadas passou a ser considerado a ordem da vez. Já não se pode ficar parado diante dos inúmeros casos de doenças cardiovasculares que aumentam assustadoramente, principalmente depois de se tomar conhecimento de que uma das profilaxias nas doenças crônicas - degenerativas é o uso do exercício físico buscando diminuir a presença do sedentarismo como fator de risco.

Com o aumento desordenado da população nos grandes centros urbanos, a presença de casos de morte por doenças cardiovasculares aumentou consideravelmente nas últimas décadas. Esses problemas podem estar associados a diversos fatores inclusive aos fatores emocionais e ao sedentarismo. Com isso, conhecemos a importância de atuarmos junto à população na melhora da condição de vida e o interesse para com esses profissionais é o de incentivo em reverter este quadro compreendendo atividades físicas como atividades que não somente vise o corpo físico mais também a qualidade de vida.

Os hábitos de vida de nossa população, modificaram-se consideravelmente . O progresso é um dos responsáveis pelo grande índice de enfermidades instaladas neste cenário e muitos problemas sociais passaram a fazer parte do cotidiano da sociedade. O comodismo gerado pelas facilidades tecnológicas permitiu o crescimento do sedentarismo, obesidade, má alimentação e outros casos que colocaram nosso país entre o grupo daqueles que têm um índice crescente de fatores de risco na área da saúde.

### 5.1 A SAÚDE

As contribuições no sentido de abordar a relação existente entre exercício físico e saúde tentam alertar através de conhecimentos adequados para se diminuir este índice. Atualmente fala-se de mudança no hábito de vida através de exercícios físicos e exercitar-se passou a fazer parte da formação do indivíduo. A “epidemia” para exercitar-se aumentou o número de praticantes em academias, clubes e centros esportivos, porém esquece-se do principal: que o exercício errado poderá acarretar sérios problemas para a vida do indivíduo e reconhece que ainda se tem muito que aprender sobre os benefícios das atividades físicas ao organismo

Embora compreendamos que no meio escolar, trabalhamos com uma população que nos dá a chance de conduzir um trabalho regular e mais direcionado, esta população tão diversificada em seu contexto social e abrangente em seus aspectos físicos e biológicos necessita de conhecimentos básicos e fundamentais para que se consiga realizar a educação para a saúde através da prática de exercícios e antes de tudo compreender que se cada cidadão adquirir hábitos básicos e simples , a qualidade de vida será superior ao que se tem visto até hoje.

Temos que admitir que conceber saúde apenas como ausência de doenças estaríamos nos limitando e nos esquecendo de uma série de necessidades básicas à qualidade de vida. Nessa perspectiva é que aos poucos a Organização Mundial de Saúde, em 1947, formulou o seguinte conceito “saúde é o completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de enfermidades” contribuindo para se permear ações de equilíbrio na saúde do indivíduo e integrando as diversas disciplinas para se dar acesso não somente a informações como também a comportamentos que induzam a sociedade ao reconhecimento de seus direitos e deveres.



Atualmente muitos conceitos de saúde fazem parte de referência em estudo neste assunto sendo que os conceitos de saúde e doença estarão sempre se confrontando já que os limites entre saúde e doença vêm assumindo consideráveis interpretações diante do próprio desenvolvimento humano que tem hoje novos referenciais. A questão da definição de saúde, tem que levar em conta uma série de outros fatores como as condições psicológicas, e social.

É importante ao tentarmos encontrar esse conceito, concebê-lo como algo complexo, inserido na própria concepção de sociedade e sua organização. Ter o indivíduo desde a sua origem, sua realidade social, herança genética, bem como suas vivências e relação com o mundo, enfim, algo que faça parte de seu estilo de vida e das condições de existência.

No que se refere à saúde pública, Winslow (1949) a definiu como "a ciência e a arte de evitar doença, prolongar a vida e promover a saúde física e mental e a eficiência, através de esforços organizados da comunidade visando o saneamento do meio, controle das infecções comunitárias, a educação do indivíduo nos princípios da higiene pessoal, a organização de serviços médicos e de enfermagem para o diagnóstico precoce e o tratamento da doença, o desenvolvimento dos mecanismos sociais que assegurarão a cada pessoa na comunidade e o padrão de vida adequado para a manutenção de saúde" e Last como "saúde pública é um dos esforços organizados pela sociedade, para proteger, promover e restaurar a saúde das pessoas. Ela é a combinação das ciências, técnicas e atitudes que são dirigidas à manutenção e melhora da saúde de todas as pessoas através de ações coletivas ou sociais. Os programas, serviços e instituições envolvidos enfatizam a prevenção de doenças e a manutenção da saúde na população como um todo. Saúde pública é pois, uma prática, uma disciplina e uma instituição social". (Amo e P.)

Nos conceitos de Winslow e Last vê-se dado a importância a uma série de comportamentos que valorizam a sobrevivência humana sobre diversas circunstâncias procurando saber-se mais dos benefícios e habituando-se a adquirir comportamentos que os afastem de doenças.

← Segundo Marcondes (1973:16) "fazer saúde é necessário considerar o ambiente físico, biológico, sociocultural e fatores intrínsecos que as crianças apresentam, assim como as formas de atribuir a atenção à saúde e de integrar os recursos da comunidade".

✓

Quando discutimos a concepção de saúde de uma maneira mais abrangente, voltada para o aumento do bem-estar, existe uma série de procedimentos realizados pela Educação Física com o interesse em reduzir os fatores de riscos de doenças em função da preservação da saúde e o que nos faz buscar os vários conceitos de saúde, é a tentativa de compreendermos como as diversas atividades de nossa disciplina conseguem com o condicionamento físico modificar o organismo não só morfológicamente como funcionalmente.

O que tem feito com muita frequência no sentido de saúde são campanhas de vacinação, realizações de exames médico e odontológicos, e diversas medidas de controle voltadas para a melhora da saúde do indivíduo. Não há o que se negar o valor que tais ações têm no que diz respeito à qualidade de vida e a contribuição para a diminuição de deficiências no setor de saúde, embora saibamos que os impostos de saúde não são revertidos em sua totalidade para a mesma, infelizmente. Se a verba para a saúde fosse maior, as endemias seriam melhor controladas.

O que a Educação Física propõe é associar suas intenções a este trabalho. É ter o acesso e somar ações favorecendo o processo de conscientização instrumentalizando a população sobre o processo de saúde- doença.

É neste contexto que o conceito de saúde e enfermidade estarão se confrontando, até mesmo contribuindo para se permear as ações de equilíbrio na saúde. Permite-se então tentar com que as diversas disciplinas do meio escolar dêem acesso à informações que conduzam esse grupo a reconhecer seus direitos e deveres a partir de experiências práticas. Importante é se considerar não somente o cotidiano em que o aluno está inserido como também outros elementos interferentes nesta questão.

## 5.2. CRESCIMENTO E DESENVOLVIMENTO

Num momento em que o professor estiver, em seu trabalho diário, com crianças com diferentes tamanhos e pesos, começará a perceber o quanto será importante tais conhecimentos aprofundados para que não cometa erros de julgamentos impróprios em sua prática. Do nascimento à idade escolar poderão ser verificadas muitas diferenciações entre crianças de mesma idade e possivelmente até a fase adulta, verificar-se á que os processos de crescimento e desenvolvimento não serão os mesmos.



As informações a respeito da normalidade do crescimento de uma criança e o seu desenvolvimento, se tornam importantes para que sua prática aconteça mais homogeneamente. Assim, o professor pode entender certas reações dos alunos que não compreendem porque eles são diferentes, sendo mais altos ou mais baixos que todos e contribuir para diminuir esses conflitos, próprios da puberdade e adolescência.

Além dessas questões, avaliamos os conceitos de crescimento e desenvolvimento levando-se em conta a importância desses conhecimentos em relação à normalidade do crescimento de uma criança. Há um erro profundo ao confundir-se crescimento e desenvolvimento quando se avalia as diferenciações encontradas nos aspectos de tamanho, peso, altura, força, etc. das crianças em atividades físicas. Várias são as circunstâncias geradoras desse mal-entendido e acreditamos que possa ter haver pelo fato de serem processos que ocorrem simultaneamente, dificultando sua diferenciação.

Temos observado com muita frequência em aulas de Educação Física crianças da mesma idade e peso diferentes. A prevalência de tais aspectos evidencia apesar destes fatores não significa que estas crianças não estejam aptas à prática de atividades físicas. Segundo Araújo (1986), "O crescimento é verificado através do aumento da massa e pode ser medido através da altura e do peso. O desenvolvimento é obtido pela diferenciação dos órgãos e tecidos e reflete-se em uma melhoria da função."

Os processos de desenvolvimento e crescimento podem ter interferência em atividades motoras em casos especiais, porém não quer dizer que não se pode fazer um trabalho determinado através da interseção neste processo para se obter resultados positivos.

Em relação ao crescimento, encontramos como variáveis:

- Herança familiar;
- Fatores ambientais;
- Fatores psicossociais;
- Doenças de curta e doenças de longa duração.

Impõe-se ainda, uma questão central a esse respeito: estes fatores podem influir significativamente no crescimento do indivíduo e a necessidade de vida e saúde tem um valor essencial para esse indivíduo.



A herança familiar, constitui-se de caracteres que quando a criança nasce, recebe de seus pais que irão formar dentre vários aspectos corporais, determinantes no processo de crescimento. Considerar que determinada criança está com uma altura abaixo da esperada para sua idade somente pela comparação com outras de sua idade, é um erro muito grande. Tais heranças denotam a média da altura dos filhos em relação aos pais, porém não só esses fatores deverão ser considerados. Os fatores ambientais, por exemplo, podem ser capazes de influir a respeito do crescimento. Quando citamos anteriormente a vida desenvolvida pela mãe em relação a seu futuro filho, queríamos nos referir que, essa futura mãe se for uma pessoa que não tenha boa alimentação, vida saudável ou não esteja com um bom equilíbrio emocional, poderá se surpreender com uma má formação do feto e interferência também em seu crescimento. Ambiente conflituoso, de desrespeito, de doenças graves, de depressão e infelicidade, influencia sobremaneira no crescimento das crianças.

É comum que durante o crescimento, processos conflituosos como o sócio-econômico possa resultar na má formação corporal, necessárias para o crescimento e desenvolvimento do indivíduo. Certamente que quando nos referimos a tais fatores procuramos abordar a absorção destes processos e valores por um indivíduo. Não há o que se negar a natureza desses processos conflituosos na vida de uma pessoa estudados tão profundamente pela psicanálise. Muitas etapas na vida de uma pessoa podem ser decisivas e caracterizarem várias transformações de maneira que algo deverá ser feito para se tentar o desprendimento de tais circunstâncias.

Do ponto de vista dos fatores psicossociais é comum que a criança, ao conviver com vários estímulos de afeto, carinho e outros recebidos em seu meio poderá construir para si entendimentos que fortemente permitirão influências sobre seu desenvolvimento. Segundo Araújo (1986) "tem sido observado que crianças separadas da mãe, por períodos significativos, param de crescer, sem que hajam outras causas que possam explicar este fato. Pode-se afirmar que crianças que vivem em ambientes pobres, sem estímulos, tendem a possuir crescimento e desenvolvimento abaixo dos padrões normais".

Outras influências que podem acarretar danos ao crescimento de uma pessoa são as doenças de curta e longa duração. Embora muitas vezes não dê para perceber por serem doenças de curta duração, neste período suas influências ocorrerão durante o estágio de permanência desta doença normalizando-se ao seu término. Porém, no caso das doenças de longa duração não acontecerá, pois uma vez acometida pela doença, seu organismo estará incumbido de combatê-la não havendo compensações. A fome e a desnutrição, atrapalham demasiadamente o crescimento, fazendo o organismo que não ingere caloria para transformar em gordura que dá a energia para continuarmos vivos e nos movimentando, tire gordura do nosso corpo e deixe de crescer para economizar energia. O organismo funciona como uma máquina inteligente que tem cadeias de prioridade: "é preferível não engordar e não crescer, para se utilizar a pouca energia que ingerimos, para continuarmos vivos".

↳ (autor) como xp. )

✓

Em pesquisa feita pelo cientista brasileiro Eduardo Marcondes e uma equipe de colaboradores, (In Araújo, 1986) mediu-se e pesou-se cerca de milhares de crianças até 12 anos de idade para determinar-se as curvas de crescimento para crianças brasileiras. Nestas tabelas encontram-se três valores de altura para cada idade (em meses). Os valores extremos significam valores mínimos e máximo. Caso a criança estivesse abaixo ou acima destes valores, deveriam ser encaminhadas ao médico para avaliações. Verificando se o crescimento havia tido alterações, seria possível se interceder neste quadro.

O que nos interessa concluir com estes estudos é que um professor, em posse destes dados poderá utilizá-los na descoberta de problemas no crescimento e desenvolvimento da criança e além de se verificar como anda a saúde do aluno, favorecê-lo com ações interferentes em qualquer tipo de desajuste corporal e aspectos maturacionais. Além disso, sabendo desses fatos evitará de cometer erros do tipo, por exemplo, quando oferece uma atividade que gasta muita caloria, para uma criança desnutrida.

A idade biológica é um dos aspectos que devem ser levados em conta no desenvolvimento do indivíduo permeando-se sempre com a idade cronológica do indivíduo. Na maioria das vezes confundidas, estas determinações uma vez colhidas, servem para se permear os pontos exatos que se encontram a idade biológica em relação aos aspectos maturacionais dos órgãos do sistema orgânico. Isto significa dizer que, o professor de Educação Física poderá usar as duas referências até certo ponto e comparar o estágio de maturação de uma criança com padrões estimativos e avaliar como isto poderá interferir no desenvolvimento desse indivíduo. Muitas vezes estas interferência podem resultar em benefícios valorosos para este elemento.

Além dessa forma de avaliação no desenvolvimento dos alunos, o professor poderá usar a determinação da idade morfológica (verificando o peso e a altura), através da idade sexual, através da dentição (técnica que não precisa de dinheiro, pede-se apenas que o aluno abra a boca para a determinação da idade pelo nascimento dos dentes) que favorecerão a um trabalho mais consciencioso.

Sabe-se que problemas cotidianos e experiências individuais, geradores destas preocupações aumentam a cada dia e conforme dissemos anteriormente, é imprescindível se fazer saberes necessários para a terapêutica de diversas doenças e, antes de se fazer tais programas que se possam levar em consideração outros elementos participantes neste processo.



Tentamos uma educação para igualdade, valorização e consciência. Buscamos a superação de tais fatores através de conhecimentos que procurem compreender a capacidade que cada um tem em preservar sua autonomia. É claro que não se pode argumentar que não haverá lacunas. Certamente que a saúde pública ainda terá muito que fazer para se conseguir o equilíbrio entre o ser humano e seu meio com a finalidade de se prolongar a vida, mas esse processo não poderá ser feito isoladamente. Essas ações deverão estar ligadas aos conceitos de ética e cidadania como afirma Fortes, (1998) "deve-se educar preservando e estimulando a verdadeira manifestação autônoma e a capacidade crítica dos indivíduos e das comunidades. Respeitar a autonomia é reconhecer que ao sujeito cabe possuir certos pontos de vista e que é ele que deve deliberar e tomar decisões seguindo seu próprio plano de vida e ação, fundamento em crenças, aspirações, interesses e valores próprios, mesmo quando diverjam daqueles dominantes na sociedade ou daqueles aceitos pelos profissionais de saúde".

Aprovado pelo Conselho Federal de Educação, o parecer 2267/74 orienta e fornece diretrizes para o desenvolvimento dos programas de saúde nas escolas de primeiro e segundo graus, em vigor até o momento.

Esse parecer recomenda que <sup>→ Onde estão aspas são fechadas?</sup> sempre que possível, antes da execução dos Programas de Saúde, haja a formação de grupos de trabalhos constituídos por representantes dos órgãos de saúde, do pessoal docente de primeiro e segundo graus e das universidades.

Educação Física intencionada em fazer sua ação educacional voltada ao planejamento de ações para a saúde, direciona seu interesse aos estudos das bases biológicas dos exercícios físicos ou os principais aspectos morfo-funcionais do corpo humano se relacionam com o exercício físico.

É dentro dessa esfera que analisamos o efeito do treinamento físico no organismo o qual citamos algumas delas segundo Araújo: <sup>→ (em)</sup>

- Alterações no sistema cardiorespiratório: Tendo em vista as alterações que a produção de exercícios de maneira consciente proporciona ao organismo, no sistema cardiorespiratório podemos citar o aumento do volume cardíaco. Alterações deste tipo podem melhorar a eficiência do coração ocasionando um maior enchimento deste órgão pelos ventrículos permitindo também um mais rápido relaxamento dos músculos cardíacos.
- Perfusão do coração: Embora ainda não esteja comprovado em humanos, entre animais já é confirmado o aumento do fluxo de sangue após o treinamento.



- Frequência cardíaca e pressão arterial: É constatado que a prática de atividades físicas de maneira constante proporcionam uma alteração na frequência cardíaca e na pressão arterial. A tendência neste casos é que ambas diminuam em função da diminuição da resistência vascular periférica e da diminuição da demanda de oxigênio para o miocárdio durante esforços.
- Coagulação sanguínea: O exercício físico regular proporciona ao praticante a redução da coagulação sanguínea.
- Função ventricular: melhoria da função do ventrículo.
- Efeitos regulatórios e periféricos: O efeito do exercício no organismo é variada no organismo de um modo geral regulando todo o seu funcionamento.
- Efeitos sobre o consumo máximo de oxigênio: É aumentado o consumo máximo de oxigênio com a prática de exercícios físicos regulares de acordo com o aumento da capacidade máxima de consumo de oxigênio (VO<sub>2</sub>).
- Eficiência miocárdia: É aumentada a capacidade em geral dos órgãos em função da prática de exercícios físicos.

Meninos e meninas têm suas individualidades. Até mesmo entre pessoas de mesmo sexo poderão surgir diferenciações que devam ser levadas em conta para a produção de um trabalho mais sério e formativo para ambos os lados. Conhecer o estado maturacional e os aspectos individuais do grupo que irá trabalhar é o melhor método para se adquirir resultados mais eficazes e percebe-se que neste meio muitas experiências surgem para que se busque uma prática na qual se haja uma preocupação com transformações significativas, principalmente no que se concerne à questão da saúde.

Fatores como; as finalidades dos exercícios físico, as necessidades do organismo, o caráter do exercício o gasto energético são importantes de serem conhecidos em um trabalho consciente.

Nestes saberes sobre aspectos do crescimento e desenvolvimento humano caracteriza-se a idéia de uma metodologia de exercícios físicos pela qual se possam conhecer as condições adequadas de prescrição, controle, avaliação e planejamento de diversas atividades físicas.

No momento em que esses fatos começam incomodar a uma parcela da qual se preocupa em investir no corpo e aperfeiçoar suas habilidades começam a se fazer necessário, os questionamentos acerca de saúde e a importância do condicionamento físico para manter a forma e promoção de saúde.

Com a corrida pelo homem no sentido de aperfeiçoar suas capacidades e ampliar sua eficácia no trabalho, foram se descobrindo a necessidade de uma nova disciplina que se preocupasse com o trabalho corporal.

Uma vez almejando a participação conscienciosa e voluntária dos alunos urge, nas escolas, que professores não deixem de realizá-las de forma que desenvolvam os diversos anseios dos alunos aliando às informações que lhes permitam conhecer as adversidades deste processo. Ao se ampliar os entendimentos de tais adversidades, contribui-se tanto na formação destes indivíduos quanto em sua participação na construção de dados inerentes à sua formação.

Obviamente que por maior que sejam os benefícios citados neste estudo na questão da sobrevida adquirida através das atividades físicas, jamais se conseguirá ser dada a dimensão exata das respostas e adaptações do exercício físico nos sistemas cardiovascular, respiratório e muscular.

Os processos de desenvolvimento e crescimento humano podem ter interferência de atividades motoras. Não se pode contestar que fatores hereditários, fatores ambientais, sócio econômicos tenham proporções diretas no crescimento e desenvolvimento do indivíduo. Embora no meio escolar convivam pessoas de várias classes sociais, é perfeitamente compreensível a convivência no mesmo ambiente de pessoas de desenvolvimentos diferentes. Atentar para este fato se faz necessário na medida em que os exercícios tenham que se levar em consideração às individualidades de cada um. É comum que, participem na mesma atividade crianças de crescimento, desenvolvimento ou formação diversificada e esses aspectos muitas vezes geram preocupações quanto à produção de exercícios.

### 5.3. METODOLOGIA DO EXERCÍCIO FÍSICO

Quando falamos sobre os tipos de exercícios adequados à determinada pessoa ou aconselhável para determinado caso, estamos nos referindo a classificação dos exercícios quanto a estudos que implicam diversas circunstâncias em relação à aplicabilidade do exercício e necessidade de seu praticante.

Nos comprometemos com a preparação de uma população de qualidade indicando que é possível que as informações também dentro das atividades físicas possam ser prioritárias devendo, tanto professores como alunos adaptarem-se a essas exigências. Partimos da idéia de que o exercício em si não atingirá a consciência se não for associado a uma série de conhecimentos básicos a seu respeito. Avaliação inicial, periódica e constante, avaliação dos níveis atingidos, objetivos e intensidade são um dos aspectos básicos a esses conhecimentos.



As diferenças individuais já citadas anteriormente constata as diversas modalidades dos exercícios. Quando a finalidade de um exercício é envolver um maior número de massa muscular, esse exercício é geral. No caso de um exercício envolver um grupo menor de massa muscular, sua finalidade será de trabalhar determinado local do corpo mais específico.

Há também uma relação direta entre a produção de energia e o exercício físico quanto ao substrato energético, ele poderá ser dividido em: os que utilizam energia proveniente dos fosfatos energéticos (ATP e CP); e aqueles que usam como fonte de energia a glicose e o glicogênio muscular e produzem ácido lático. E finalmente, os que extraem a energia necessária à sua realização, do metabolismo aeróbico, carboidratos e gorduras.

O que realmente acontece na produção de energia no exercício ou em atividades motoras é que em atividades de curta duração e com grande intensidade (como por exemplo, piques rápidos de corrida, empurrar pesos ou outros trabalhos de curta duração e grande intensidade) a energia é retirada do sistema ATP-CP e exercícios de longa duração usa-se o sistema metabólico aeróbico.

Além destes conhecimentos, a intensidade do exercício, a duração, a frequência das atividades e a frequência cardíaca deverão estar de acordo com a capacidade individual. Elas poderão variar de indivíduo para indivíduo e após uma participação sistematizada e conscienciosa poderá interferir significativamente na vida do executante.

O condicionamento físico como ação de saúde pode estabelecer parâmetros desejáveis em termos orgânicos (peso ideal, tensão arterial normal, etc.) e mesmo em termos mental e social.

O estudo do corpo em movimento deixa desta forma de ser um modismo para atingir a consciência e o domínio corporal. Neste sentido, fazer um trabalho em nível de conscientização significa mais do que repetir incessantemente uma série de exercícios ou apresentar maior rendimento em determinadas habilidades. Bem mais do que isto, significa mais do que repetir incessantemente uma série de exercícios ou apresentar maior rendimento em determinadas habilidades. Bem mais do que isto, significa questionar os pressupostos de qualidade de vida tais como almeja para si.



Quando o exercício físico se apresenta na vida do indivíduo, muitas vezes, se não se é criança, tem idéias completamente errôneas em relação a eles. Academias, clubes, espaços de treinamento, hoje uma pessoa chega à fase adulta com as mais diversas experiências no campo da produção e muitas destas experiências com problemas adquiridos em sua prática.

Para se fazer exercícios deve ser levado em conta uma série de elementos, principalmente em seus métodos, que dê uma margem de segurança ao executante para que não se adquira nenhum problema à sua saúde. Organizam-se os exercícios sob um sistema de classificação de forma tal que se possam conseguir resultados esperados previamente com segurança. Cremos em uma disciplina como fazedora de conhecimentos válidos para nossa população como cita Moreira (1998) : “não basta apenas a ocupação de espaços por um instrumento legal. É preciso ter compromisso social, onde a Educação Física esteja comprometida com o objetivo de transformação social , atendendo as necessidades da maioria da população brasileira” para melhores considerações a respeito de nosso interesse em discussão .

↳ (p.)

#### 5.4. EXERCÍCIO FÍSICO COMO PREVENÇÃO PRIMÁRIA

O uso do exercício físico pelo homem como já havíamos citado, teve seu início desde a antiguidade. Embora o contexto fosse o de sobrevivência, já era conhecida a indicação de exercícios como a terapêutica da diabete.

Em nossa realidade, entretanto, notamos claro progresso na produção e utilização do exercício físico, por conta de várias pesquisas e produções baseadas em descobertas na melhora de saúde. Entretanto, ao se utilizar o exercício físico, dois aspectos serão importantes : o exercício físico como prática especializada, voltados para as modalidades desportivas que têm o interesse de buscar resultados em curto espaço de tempo e do exercício físico com a pretensão científica, planejada para a saúde e esta, se adotada como rotina na vida de alguém como prática diária pode capacitar este indivíduo.

A discussão apresentada neste estudo relacionando o exercício físico e saúde nos possibilitou compreendermos como o exercício físico poderá influenciar significativamente na questão da saúde da população. Neste caso, se torna evidente que podemos prolongar a vida e viver melhor com suas contribuições de maneira habitual e incorporada ao comportamento.

Partindo-se do pressuposto de que a escola ensina, entendemos que esses hábitos primários de saúde possam ser iniciados por ela e se refletirmos um pouco mais perceberemos que todas as crianças poderão ser introduzidas em uma rotina de atividades e exercícios que auxiliem a manter a forma e melhorar a saúde.

↳

Dando prosseguimento até a vida adulta, ao ser introduzido na fase escolar, o exercício como prevenção pode significar uma grande conquista para quem começa desde cedo a respeitar sua vida e acostumando a valorizar sua saúde.

A prevenção será especificada por exercícios que levarão em conta a idade do indivíduo, a intensidade do exercício, seu valor terapêutico, os possíveis riscos de sua aplicação e uma série de outros fatos necessários para uma prescrição sadia do exercício. Uma vez prevenido, provavelmente o corpo destes indivíduos serão capazes de aumentar a capacidade orgânica de funcionamento.

As deficiências do sistema de saúde brasileiro e a carência de uma política de prevenção como aspecto fundamental na determinação da prevenção de casos de problemas de saúde ainda tornam necessários se reconhecer que é preciso mais do que simples discussões e levantamentos de dados acerca da manutenção de saúde e ocorrência das doenças em geral. Estas ocorrências refletem não somente a má alimentação, a ausência de condições de higiene como também condições gerais de saneamento básico, informações sobre aspectos da vida humana e uma política educacional que esteja fundamentada em se prevenir doenças.

Apesar de não ser a desejada, a situação vivida pelo Brasil em termos de saúde mostra ser possível de se reduzir o quadro de saúde brasileiro através de vários trabalhos sociais, dentre um deles o de exercícios físicos. Este modelo centrado em ações localizadas na escola com medidas para se melhorar a condição de saúde mostra ser possível se contribuir com a informação através da educação criando hábitos e estimulando comportamentos. Isso não impede que as políticas sociais façam o seu papel tentando se reverter ainda mais este problema. Neste momento, desejamos ações e ações para nós professores, significa mudança comportamental através da educação.



## 6- O PAPEL DA EDUCAÇÃO FÍSICA NOS DIFERENTES NÍVEIS

Depois de muito se falar sobre a natureza desta disciplina e do papel do professor diante da prática educativa, chegamos ao consenso de que a boa disciplina é o produto do interesse de alunos e professores em transformar seus momentos educacionais em momentos interessantes, momentos de troca, de crescimento mútuo e de transformação social.

Enquanto se tem cultivado o hábito de saúde desde a idade pré-escolar, ao iniciar o ensino obrigatório, estas crianças serão submetidas a novas influências que exigirão razoável independência para sentirem-se confiantes em suas atitudes. Com o convívio escolar e de outras crianças, surgirão oportunidades de descobrir o quanto determinados hábitos, comuns a todos, mais tarde serão cobrados em suas vidas. Desde pequena, a criança é estimulada a escovar os dentes, a tomar banho, a lavar as mãos e isto provavelmente, a auxiliará na conquista de determinadas atitudes para a promoção de saúde futuramente.

Nada mais oportuno, considerando o contexto escolar, verificarmos o papel da Educação Física nos diferentes níveis de aprendizagem. O que esta disciplina tem feito levando em consideração os aspectos da promoção de saúde é tentar fazer desta escola "um ambiente que construa com professores e todos, um projeto de educação comprometido com a cidadania" (Araújo, 1986).

Se desejarmos crianças saudáveis com uma boa formação corporal, devemos alertá-los sobre determinados hábitos os quais os torne aptos para a preservação da saúde. Assim como ensinam às crianças as bases da ética, das atitudes de conduta e lições à respeito do espaço em que se vive, se tornará necessário um trabalho de respeito aos hábitos de saúde e conhecendo as características específicas de cada fase do desenvolvimento da criança, as atividades desenvolvidas para elas poderão permitir uma série de experiências envolvendo-as na idéia de como são necessários tais comportamentos.

Na infância, as aulas de Educação Física oferecem atividades descontraídas onde a criança adquire aspectos fundamentais para a sua formação. O exercício físico quanto mais cedo for iniciado irá influir benéficamente no ponto de vista fisiológico e na performance. As diversas alterações exercidas pela atividade física no organismo retratam a importância da Educação Física desde os primeiros anos de vida. Na verdade, por meio das atividades oferecidas por esta disciplina pode se desenvolver mais do que alegria e divertimento. Permite-se que desde cedo se diminuam os riscos doenças, erradicando o sedentarismo.



Nos primeiros anos de vida, poderão ser desenvolvidas atividades divertidas de auto-expressão e liberação de sentimentos acumulados dando início a um trabalho de respeito e estímulo por sua própria vida e da mesma maneira, iniciar o conhecimento de seu próprio corpo orientado para o conhecimento da linguagem do corpo e do espaço que o cerca.

A criança necessita de certas habilidades e técnicas para seu desenvolvimento que no caso, os adultos já dominam. Passando para a fase escolar, suas energias poderão ser usadas com jogos competitivos, ensino da saúde em relação ao corpo, relacionamento entre os sexos. A informação neste momento será de grande valor na aquisição de comportamentos desejáveis para esta fase já que estas contribuições poderão ser feitas de maneira estimulante com atividades desejáveis por todos.

Do ponto de vista da aprendizagem motora, sabemos que embora o exercício seja grande contribuinte nesta aprendizagem, não podemos deixar de lembrar o quanto se faz necessário se fazer um trabalho sério neste assunto. Apresentando diferentes fases de maturação, o profissional que se determinar a desenvolver um trabalho neste sentido, não poderá deixar de conhecer aspectos das diferentes fases de maturação da criança para que não haja danos à saúde deste indivíduo. Segundo Araújo (1986), "Ao mesmo tempo que o exercício é importante na estimulação do desenvolvimento do sistema nervoso, é necessário que os responsáveis pela atividade física da criança conheçam estas fases". (P)

A medida em que discutimos assuntos a respeito desta prática e da aquisição de qualidade de vida nos fundamentamos cada vez mais em uma questão importante, surge a necessidade de se ter profissionais conscientes do trabalho que estão desenvolvendo. Ao julgar as novas idéias que têm acontecido no tocante a nossa disciplina certificamos cada vez mais que não podemos abrir mão desta proposta já que contamos em nossas aulas com o poder de descontração e liberação de energia que gera uma grande atração nos alunos e podem influir na aquisição de habilidades, comportamentos e hábitos de vida.

Nos anos 90 já se pensa em saúde de outra maneira: torná-la um hábito, como a higiene corporal. A linguagem do corpo beneficiando a saúde tenta diminuir o número de doenças e a começar pelos primeiros anos escolares a proposta é de se alcançar uma boa formação corporal aceitando como responsabilidade, prevenir doenças.

Embora no segundo segmento do primeiro grau o aluno esteja muito interessado em atividades desportivas, a consciência dos benefícios de uma prática regular poderá ser iniciada nesta fase. Programas informativos orientando em determinados aspectos de saúde, fortalecendo os limites de cada um e naturalmente, associando esses conhecimentos à prática, só poderão somar reforçando a idéia de uma associação de prática à qualidade de vida.

U

Após esta fase, é muito importante reforçar o objetivo da prática de atividades físicas regularmente conhecendo o que o sedentarismo proporciona à saúde, nesta fase se torna prioritário alertá-los para um estilo de vida ativo, consciencioso e voltado para um novo comportamento enquanto pessoa sadia. Devido às próprias características psicológicas dos alunos, encontramos mudanças comportamentais e com isto, muitos desvios. A própria concepção corporal toma novos rumos e nesse momento o fluxo de procura por adolescentes por atividades físicas em academias aumenta consideravelmente. O gosto pela "malhação", a carga de exercícios e o estilo de vida terão mudanças. É muito importante desta maneira estarmos atentos para um trabalho de consciência para que não se aumente os casos de problemas posturais, uso de doping, etc.

A educação enquanto hábito de vida ainda está em processo contínuo. Nos anos 90 muitos avanços foram feitos neste sentido e verificamos uma grande preocupação com as práticas pedagógicas tentando buscar soluções para os momentos sociais em que vivemos. Até mesmo em filmes já se discutem a formação pedagógica tentando promover uma constante reavaliação da estrutura escolar e de suas disciplinas e o que muito nos incita em abrir esta questão e falarmos de nossa disciplina são os levantamentos de reflexões sobre a diferença entre um ensino ditador, autoritário em contradição com uma aprendizagem profunda e transformadora.

### 6.1 O HÁBITO E O PRAZER

Antigamente, pensava-se que a educação podia ser nitidamente dividida entre o lar e a escola. Agora, porém, estamos convencidos de que tudo o que uma pessoa faz em sua vida, afeta em sua concepção de vida. Acreditamos por exemplo, que o sucesso na escola pode afetar em seu dia-a-dia na relação com seus familiares. Aprendemos que os hábitos recebidos em casa irão refletir oportunamente em seu modo de agir.

Talvez estes fatos não tenham tanta importância se não estivermos levando em conta o estilo de vida de uma pessoa. O mundo é percebido pelas crianças hoje, através dos rádios, televisão, cinema, da Internet que ocupam um espaço muito grande determinando transformações construtivas e destrutivas em seu comportamento.

Ocorre que, ao tentar fazer seu trabalho, muitos professores vão ao encontro com os mais diversos problemas incluindo o de relacionamento, adaptação e até mesmo dificuldades de associar-se o prazer da prática à criação de hábitos necessários à sua vida.

O prazer em nossa prática nos se torna importante para que não se perca a sensação de hábito saudável. Na aula de Educação Física é ele quem permite a grande atração que jovens têm pelas aulas, tornando-as um momento de descontração e liberação de energia.

Quando vemos a grande influência que a aula de Educação Física exerce na maioria dos alunos, perguntamo-nos como transformar essa identificação inclinando nossas atividades para o desenvolvimento de hábitos de saúde? O certo é que embora a aceitação seja bem grande em termos de participação temos que levar em conta que uma minoria resiste em participar das aulas de Educação Física excluindo-se de tais atividades.

Infelizmente em cada classe sempre tem um grupo que se exclui. Não por desconhecer a importância da atividade física ou como aprender um esporte pode influir satisfatoriamente em sua vida. Por certo, a resistência criada em tal situação pode ser provinda de tais fatores onde a autoconfiança, a ausência de oportunidade de conhecer melhor tal atividade, problemas de saúde e situações das mais diversas possam ser responsáveis.

## 6.2. QUALIDADE DE VIDA

As conclusões e os resultados de todas as atuações realizadas com a prática regular de atividades físicas poderão ser percebidas através dos resultados adquiridos com o aumento da qualidade de vida.

Temos como proposta, refletir sobre os inúmeros pontos que levam uma pessoa a uma postura de consolidação de valores e comportamentos pela qualidade de vida e começamos a entender que esta capacidade poderá ser despertada já desde os primeiros anos de vida através de ações que progredam em atos prazerosos.

Considerando que, com as primeiras informações acerca de comportamentos adequados à saúde teremos então um conjunto de valores se firmando em seu benefício como é proposta do Guia curricular de 1980 (Bagnato, 90) para o primeiro grau com o objetivo "conhecimento de mecanismos e complexos, seguindo sempre a orientação de fornecer conhecimentos dentro da crescente capacidade de aprender do escolar." (P.)

Em vista do que foi discutido, citamos alguns pontos básicos em relação à atividade física que observamos em relação a qualidade de vida:

- A atividade física regular promove a qualidade de vida e deve ser iniciada nos primeiros anos de vida;
- É reconhecido que a Educação Física iniciada nos primeiros anos de vida pode agir como contribuidora de bons hábitos associando o prazer à atividades físicas;
- As atividades físicas regulares e de intensidade moderadas poderão ser feitas diariamente ou em sessões de, no mínimo, três vezes por semana porém nunca periodicamente e sem o objetivo de se promover a saúde:

✓

- As atividades físicas auxiliam na diminuição de fatores de risco tais como para o aparelho cardíaco-respiratório, locomotor, emocional, etc.
- A orientação médica deverá ser mantida não somente no início de uma atividade como também durante todas;
- A escola poderá ser uma aliada na preservação e promoção de saúde estando ela associada aos órgãos públicos com o caráter de diminuir determinados problemas de doenças, conscientizar a população de futuros cidadãos educando-os para a cidadania;
- A orientação para a diminuição do índice de pessoas sedentárias.

Todos esses pontos relacionados fazem-nos pensar em um projeto educacional com propostas concretas impulsionando-nos a refletir na tão almejada qualidade de vida de nossa população. Até agora pouco se foi concretizado em benefícios à saúde de nosso país principalmente no que diz respeito à mudança de comportamento da população. Acreditamos não na informação pela informação. Naquela em que se passa uma série de conteúdos para que os alunos assimilem e depois repitam. Acreditamos em uma educação, que dê a nossos alunos subsídios para a vida, através de projetos envolvendo a qualificação da sociedade. Esclarecendo a população do uso adequado do exercício físico, alertando-os contra os diversos modismos, valorizando o processo de informação e prática de atividades físicas poderemos contar um ponto importante para que nossos alunos reconheçam seu corpo e suas possibilidades de saúde e até mesmo como consciência social.



## 7. A EDUCAÇÃO FÍSICA NA DOCÊNCIA UNIVERSITÁRIA

O momento em que vivemos atualmente tem mostrado profundas perdas de referência. Se torna difícil pensar em traçar rumos educacionais para nossos filhos diante dos fenômenos que acontecem nos cenários sociais, políticos e econômicos. Contamos hoje, com novos tipos de informações, com o desenvolvimento científico, com a era da comunicação e a educação, diante de tantos fatos, se sente encurralada com uma nova exigência de tomada de posição.

A educação é atualmente o único meio para se atuar nessas transformações viabilizando pontos, desempenhando papéis e promovendo nova identidade às gerações futuras.

A sociedade inserida nesse contexto reclama por uma tomada de posição dos meios que articulam a educação para que assumam atitudes e práticas com o objetivo de preparar a sociedade facilitando o convívio da população.

De acordo com Coll (1999), a educação assume quatro princípios básicos:

\_ A educação deve estar orientada para fortalecer a cultura e os valores de uma cidadania democrática em toda as suas dimensões.

\_ A educação é um fator essencial para promover e assegurar o progresso, a mobilidade, a integração e a coesão social.

\_ A educação é um instrumento básico de renovação, criação e mudança cultural.

\_ A educação cumpre uma função compensatória das desigualdades sociais, econômicas e culturais.

Tentamos analisar a ação do profissional docente em sua prática como educador para que possamos repensar no problema da formação discente de maneira que identifiquemos os motivos os quais as propostas curriculares tanto se afastam das práticas educativas. Desta maneira, se torna complicada a luta por uma educação que leve todos a uma tomada de consciência de seu papel transformador diante não só dos empecilhos criados em nossa sociedade como também devido às concepções tomadas. Tanto em Educação Física (objeto deste estudo), como nas demais. Busca-se algo para a compreensão do papel social, ou pela percepção de ser cidadão e neste caso, tenta-se interferir no sentido de instrumentalizar para uma política de melhoria da condição da população através do conhecimento de direito.



É evidente que qualquer que seja nossa intenção e compreensão da distância criada entre teoria e prática nas diversas disciplinas ou áreas de estudo conhecemos que nossa escola e as leis que a regem, atualmente não têm dado conta de formar educadores capazes de proporcionar uma educação voltada para o trabalho social.

Em publicações e documentos da Associação pela Formação dos Profissionais da Educação (ANFOPE) foi mostrado o interesse por uma política de formação do magistério. Segundo Chaves, (1998): neste documento firma-se a necessidade de definição de uma política nacional para a profissionalização do magistério que trate simultaneamente a formação inicial, as condições de trabalho, salário e carreira e a formação continuada na busca por uma educação pública e gratuita de qualidade, que rejeite a exclusão, do ensino básico, de crianças e jovens das classes populares [ ... ] vinculada também à luta histórica por uma sociedade mais justa e igualitária." (P. 7)

Desde a criação das primeiras licenciaturas no Brasil os cursos se encontram em sua maioria muito voltados para a formação teórica e atualmente, manifestos de oposição a esse fazer acadêmico já lutam contra esses pareceres.

A proposta "Valmir Chagas" propunha a formação de professores ambivalentes nas licenciatura de curta duração, a sociedade exige uma transformação que instrumentalize a população para cumprir seu compromisso social e o governo se desobriga claramente em capacitar profissionais caindo por terra toda a questão do ensino.

Embora o discurso dos governantes defenda as contribuições que as Universidade e Instituições de nível superior poderão oferecer à população, esta intenção não condiz com o que vem acontecendo. Cunha (1997) discute acerca deste assunto:

"O discurso dos governantes, por sua vez tem sido quase sempre muito favorável às universidades e outras instituições de ensino superior: afirma reconhecer sua capacidade inovadora em termos de ciência, cultura e tecnologia; convoca-as a ocupar uma posição de vanguarda no combate a pobreza, e à injustiça; pede que aumentem a sua inserção no sistema produtivo, de modo a contribuir para o desenvolvimento econômico."

e logicamente poderíamos crer que se fariam Instituições de nível superior e principalmente Universidades estruturadas em um forte alicerce para a construção política com a participação de todos, mas na verdade o que ocorre não é bem isso.



Na verdade, o ensino ministrado nas universidades orienta-se de forma diferente e priorizadora onde na política de educação acaba por detonar toda e qualquer idéia de um profissional crítico e articulador. Faltam a elas uma série de elementos e expectativas, falta um envolvimento de todos os participantes na construção de conhecimentos, faltam conteúdos com instrumentos sociais, falta se evitar repetições demasiadas de teorias, faltam ações... *Aquí é uma citação?*

A respeito da disciplina de Educação Física e sua contribuição com seus profissionais, resta-nos entender e discutir o dia-a-dia de sua atuação acadêmica esperando-se constatar como tem acontecido suas contribuições a respeito da preservação e sustentação da saúde junto a seus alunos, no ensino superior, á que essa é a única disciplina que pode acompanhar o aluno em todos os níveis de ensino; do ensino fundamental ao superior,

Em estudos realizados pela professora Suraya Cristina Darido com profissionais de Educação Física formados em Universidades públicas do estado de São Paulo onde o objetivo era se verificar as contribuições na formação destes alunos devido sua formação e engajamento em cursos de pós-graduação na área de Educação Física, Darido (1997) afirma:

"Infelizmente, pouquíssimos professores formados em instituições públicas se dirigem para escolas públicas ; e mais difícil ainda é encontrar nestas instituições professores que cursam programas de pós-graduação." *(p.)*

Na observação deste grupo de professores as aulas foram desenvolvidas com advertências , exigências de comportamentos na prática das atividades, de um modo geral a atitude dos professores apontava para uma Educação Física desenvolvida através da obediência às ordens estabelecidas. Aquilo que geralmente ocorre nos esportes competitivos onde o corpo do aluno serve para ser trabalhado e melhorado para se obter um bom rendimento.

Neste sentido, cabe-nos interrogar qual é o conceito de competência pedagógica para que possamos avaliar a formação docente e sua preparação para atuarem na superação da desigualdade social . Dizer que os alunos são expressão da miséria, da injustiça e da exclusão social em uma sociedade onde o discurso pedagógico sintetize o interesse pela superação das desigualdades educacionais sem que se dê conta ( ou até mesmo se dando conta) de que o que ocorre é o inverso.

Em investigação a respeito da formação docente e competência pedagógica, Mello (1982) e Candau (1991) verificam que , " ao centrar-se em uma dimensão técnica dissociada do contexto sociocultural em educação, grande parte dos cursos de formação docente tenderiam a basear-se em um conceito de competência formado por uma noção de "neutralidade" de técnicas e habilidades de ensino." *→ (p.)*

*???*  
*↓*  
*você fez a*  
*mesma*  
*citação na*  
*pag. 49*

Pensando nisso, percebemos diante do novo modelo de sociedade contemporânea que se forma, um grande desafio para as Instituições de nível superior por adotarem em suas práticas pedagógicas a preparação de professores voltados para a conscientização da pluralidade cultural e esgotarem o modelo social autoritário em que abafa a discriminação.

Estabelece-se assim, os procedimentos tomados por professores de Educação Física, em sua maioria, sem que se possa afirmar ser a falta de competência ou preparo que os levem a tomar tais comportamentos em sua prática.

Em reportagem sobre o aumento crescente de vagas em escolas públicas <sup>imagem da</sup> (pela) classe média, determinada diretora citou em reportagem :

✓ Nossa escola pública, apesar de tudo ainda tem um ensino elitista. As faculdades não ensinam os professores a lidar com a cultura popular. A gente vai aprendendo na prática, se tiver interesse" (Jornal do Brasil, 14/7/91).

O ensino elitista em escolas públicas tão comum no contexto social, atualmente demonstra o despropósito de uma falta de percepção de diretores, professores e agentes da educação em lidar com esse grupo já que, em sua maioria, formados em instituições públicas, e sem terem vindo de classes menos favorecidas, não têm em seu curso acadêmico e exercício desta prática ou qualquer experiência neste nível.

O projeto educacional dos cursos universitários referem-se constantemente às práticas sociais e culturais orientadas para a formação dos cidadãos onde repercutam sobre o processo de desenvolvimento do indivíduo e sua socialização, porém antes da formação profissional deficitária, discute-se a concepção de currículo como proporcionador de possibilidades, diante da valorização de elementos necessário a formação dos indivíduos e relacionados às habilidades, crenças e compreendendo-se de antemão que este, não é o conjunto de conhecimentos eternos e intransformáveis.

Retornando às experiências da disciplina de Educação Física, estando professores associando às suas práticas o controle e o poder, interessa-nos muito pouco esse tipo de experiência onde em vez de "dar vozes" às camadas mais populares, se limitam direitos, direcionam intenções. A dinamização através de tais atividades serve-nos neste questionamento como caracterizadora e como crença na potencialidade de seus alunos, dando-lhes condições para o bom desempenho, valorizando sua cultura e reconhecendo-o como cidadão participante deste processo.

Não se pode principalmente no que se refere à educação evitar de dar subsídios aos alunos sendo eles de nível escolar ou universitário. A Instituição, seja ela qual for, deverá sempre ter como princípio básico os ideais de garantir à sociedade a formação de seu próprio pensamento, construindo a história.

Trabalho realizado em 10/5/0

### 7.1. A LDB.

A respeito da disciplina de Educação Física e sua contribuição resta-nos entender e discutir o dia-a-dia de sua atuação acadêmica esperando-se constatar como tem acontecido suas contribuições a respeito da preservação e sustentação da saúde junto a seus alunos, no ensino superior, já que essa disciplina <sup>deve</sup> ~~que~~ acompanhar o aluno em todos os níveis de ensino; do ensino fundamental ao superior contribuindo de maneira significativa para a formação do indivíduo.

Como citamos anteriormente, a LDB no artigo 43 parágrafo III refere-se a uma das finalidades do Ensino Superior: "formar diplomados nas diferentes áreas de conhecimento, aptos para a inserção em setores profissionais e para a participação no desenvolvimento da sociedade brasileira, e colaborar na sua formação contínua;" ~~atentamos~~ para este parágrafo questionando como se integrar a sociedade e como se promover conhecimentos que se acreditam ser importantes para a formação do indivíduo se no próprio curso superior foi excluída a disciplina de Educação Física?

No Brasil, embora a corrida ao exercitar-se esteja em grande evidência ainda não é dada a devida importância a Educação Física como mantenedora de saúde e a necessidade de se ter no currículo sua prática. Embora as Universidades constantemente discutam uma série de inclusões curriculares e alunos universitários concretizem o desejo de um currículo que atenda os desejos de preparo enquanto profissionais e cidadãos, a ausência da disciplina de Educação Física nos currículos dos cursos superiores.

Sem dúvida a Educação Física constituiu-se parte do processo educacional participando da formação global do homem e é importante se repensar então nas perdas que este profissional vem adquirindo diante de sua formação e desempenho como educadores com a ausência dessa disciplina em seu currículo.

Em estudos realizados pela professora Suraya Cristina Darido com profissionais de Educação Física formados em Universidades públicas do estado de São Paulo onde o objetivo era se verificar as contribuições na formação destes alunos devido sua formação e engajamento em cursos de pós-graduação na área de Educação Física, Darido (1997) afirma:

"Infelizmente, pouquíssimos professores formados em instituições públicas se dirigem para escolas públicas; e mais difícil ainda é encontrar nestas instituições professores que cursam programas de pós-graduação."

(p. 2)  
L

Na observação deste grupo de professores as aulas foram desenvolvidas com advertências, exigências de comportamentos na prática das atividades, de um modo geral a atitude dos professores apontava para uma Educação Física desenvolvida através da obediência às ordens estabelecidas. Aquilo que geralmente ocorre nos esportes competitivos onde o corpo do aluno serve para ser trabalhado e melhorado para se obter um bom rendimento.

Neste sentido, cabe-nos interrogar qual é o conceito de competência pedagógica para que possamos avaliar a formação docente e sua preparação para atuarem na superação da desigualdade social. Dizer que os alunos são expressão da miséria, da injustiça e da exclusão social em uma sociedade onde o discurso pedagógico sintetize o interesse pela superação das desigualdades educacionais sem que se dê conta (ou até mesmo se dando conta) de que o que ocorre é o inverso.

Em investigação a respeito da formação docente e competência pedagógica, Mello (1982) e Candau (1991) verificam que, "ao centrar-se em uma dimensão técnica dissociada do contexto sociocultural em educação, grande parte dos cursos de formação docente tenderiam a basear-se em um conceito de competência formado por uma noção de "neutralidade" de técnicas e habilidades de ensino. (P.)

Você fez estas citações na página 46

Pensando nisso, percebemos diante do novo modelo de sociedade contemporânea que se forma, um grande desafio para as Instituições de nível superior por adotarem em suas práticas pedagógicas a preparação de professores voltados para a conscientização da pluralidade cultural e esgotarem o modelo social autoritário em que abafa a discriminação.

Estabelece-se assim, os procedimentos tomados por professores de Educação Física, em sua maioria, sem que se possa afirmar ser a falta de competência ou preparo que os levem a tomar tais comportamentos em sua prática.

→ P 47

Em reportagem sobre o aumento crescente de vagas em escolas públicas pela classe média, determinada diretora citou em reportagem:

Nossa escola pública, apesar de tudo ainda tem um ensino elitista. As faculdades não ensinam os professores a lidar com a cultura popular. A gente vai aprendendo na prática, se tiver interesse" (Jornal do Brasil, 14/7/91).

Você fez estas citações na página 47

O ensino elitista em escolas públicas tão comum no contexto social, atualmente demonstra o despropósito de uma falta de percepção de diretores, professores e agentes da educação em lidar com esse grupo já que, em sua maioria, formados em instituições públicas, e sem terem vindo de classes menos favorecidas, não têm em seu curso acadêmico e exercício desta prática ou qualquer experiência neste nível.

←

O projeto educacional dos cursos universitários referem-se constantemente às práticas sociais e culturais orientadas para a formação dos cidadãos onde repercutam sobre o processo de desenvolvimento do indivíduo e sua socialização, porém antes da formação profissional deficitária, discute-se a concepção de currículo como proporcionador de possibilidades, diante da valorização de elementos necessário a formação dos indivíduos e relacionados às habilidades, crenças e compreendendo-se de antemão que este, não é o conjunto de conhecimentos eternos e intransformáveis.

Retornando às experiências da disciplina de Educação Física, estando professores associando às suas práticas o controle e o poder, interessa-nos muito pouco esse tipo de experiência onde em vez de "dar vozes" às camadas mais populares, se limitam direitos, direcionam intenções. A dinamização através de tais atividades serve-nos neste questionamento como caracterizadora e como crença na potencialidade de seus alunos, dando-lhes condições para o bom desempenho, valorizando sua cultura e reconhecendo-o como cidadão participante deste processo.

Não se pode principalmente no que se refere à educação evitar de dar subsídios aos alunos sendo eles de nível escolar ou universitário. A Instituição, seja ela qual for, deverá sempre ter como princípio básico os ideais de garantir à sociedade a formação de seu próprio pensamento, construindo a história.

## 7.2 PESQUISA

Retornamos à universidade neste momento, para discutirmos seu papel social diante da necessidade de se firmar a produção de conhecimentos que permitem novas construções, renovações de saberes e disseminação desses saberes.

A idéia que temos de universidade é de uma instituição que está aberta a diálogos, propostas a "desempenhar sua função socializadora de conhecimentos, não só para os que os dela fazem parte diretamente, professores e alunos, como também para outros setores da sociedade." (FONTOURA apud CHAVES e silva, 1999).

O conhecimento, fator importante no desempenho da universidade, proporciona àqueles que buscam experiências culturais e formação acadêmica a consciência crítica.

Sabemos que a sociedade é uma instituição que está em constante mudança e a esse processo cabe novas reações, novos conhecimentos e novas aprendizagens reforçando a construção de conceitos mais atuais e ao falarmos de novos conhecimentos e de pesquisa refletimos, dentro da disciplina de Educação Física a quantidade pequena de estudos e pesquisas, principalmente no que cabe à relação existente entre a prática de exercício físico e saúde.

texto retirado da p. 97

C

As pesquisarmos neste estudo os assuntos concernentes ao nosso tema percebemos as dificuldades encontradas por nossos profissionais em dar continuidade a suas pesquisas devido a quantidade pequena de estudos.

O professor crítico percebe, diante de sua consciência o seu inacabamento e que as experiências humanas são renováveis. A capacidade de educar funciona muito mais diante de suas renovações na pesquisa, construindo seu próprio conhecimento e o que ocorre com os ensinamentos ministrados pelas universidades é o desencontro de interesses entre a formação de profissionais para o mercado de trabalho e a produção de conhecimentos.

No que se refere aos fazeres das disciplinas de Educação Física é fácil comprovar os descasos referentes à esta disciplina, da escola e dos meios.

Infelizmente nossos profissionais estão dentro de um contexto em que muitas vezes os distanciam da produção de conhecimentos que os beneficiam em sua vida acadêmica. Além desses fatores, o crescimento indiscriminado de instituições privadas de ensino superior, que interessadas em desviar recursos das instituições públicas onde termina por dificultar o desenvolvimento da pesquisa universitária, salários baixos pagos às universidades públicas, dificultando a aquisição de recursos para pesquisa. Com isso a consequência é a evasão de profissionais qualificados.

A produção de conhecimentos é uma necessidade inerente ao ser humano e se torna importante, principalmente para a educação, exigindo que novos conhecimentos estejam renovando a sociedade e melhor capacitando seus profissionais diante da sociedade.

### 7.3 OBRIGATORIA OU NÃO?

Defender a prática da disciplina de educação Física é uma proposta um tanto difícil de acordo com a concepção tida em relação ao corpo e a prática de atividades voltadas para ele.

Hoje, muito se exercita e fala-se em atividades físicas. A conveniência no meio escolar com uma disciplina que tenta reconhecer o valor do conhecimento corporal. Da expressão e de uma educação que associe hábitos de vida a conceitos de saúde rompendo a idéia pré - estabelecidas de brincadeira e repetições cansativas se torna, junto ao meio escolar aliada a idéia de não obrigatoriedade e não importante.

Embora seja grande a aceitabilidade, esta disciplina, ainda não está inclusa, não se fala da sua obrigatoriedade.



Embora seja grande a aceitabilidade desta disciplina no meio escolar e possível de se conscientizar o aluno através de uma prática com prazer, ainda assim esta disciplina encontra uma dificuldade muito grande quanto a utilização de material, a sua relação com a saúde e principalmente às suas realizações.

Infelizmente não encontramos em relação às leis uma atenção devida ao estímulo de sua prática. Como percebemos nos capítulos anteriores a Educação Física que antes era considerada obrigatória no novo discurso, é permitido nos planejamentos que a escola possa, caso necessite, ampliar ou diminuir sua carga horária de determinado componente curricular.

No art. 26, § 3º ela evidencia: “ A Educação Física, integrada à proposta pedagógica da escola, é componente curricular da educação básica, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, sendo facultativa nos cursos noturnos.”

Essas mudanças nas leis, referentes à Educação Física contradiz o ideal proposto nos parâmetros curriculares e até mesmo na própria LDB quanto ao currículo fundamentado na formação educacional completa. No artigo seguinte, o artigo 27, inciso IV fala da importância do esporte não formal, do cunho educativo no meio escolar.

Entendemos dessa forma, a responsabilidade da formação de nossos alunos, nos baseamos em cada conhecimento adquirido no meio escolar. Se no curso universitário já tenha se efetivado na maioria das instituições a não presença da disciplina de Educação Física como componente curricular, o que percebemos é o caminho que está tomando nos cursos básicos já que com a adequação à realidade local, encontramos um crescente descompromisso com sua obrigatoriedade.

Na verdade, os obstáculos encontrados na educação que valorizem o trabalho de consciência do indivíduo sempre, deve estar voltado para a construção de uma sociedade justa e participativa. Creemos que o gesto que o profissional de educação de um modo geral deva estar engajado na luta por essa construção social, não permitindo o descaso por seus saberes. Há uma desconformidade indiscutível na avaliação das experiências curriculares. Esta ou aquela disciplina, este de aquele conteúdo e finalmente, o despropósito sem o reconhecimento da importância de cada fazer – a exclusão.

Como professores, discutimos o desrespeito à nossa disciplina, como cidadãos, o incômodo às práticas abusivas e o reconhecimento de que necessitamos nos movimentar para intervir nestes despropósitos.



## 8 - CONCLUSÃO:

A Educação Física é uma disciplina muito envolvida com a questão social. Ela confronta em uma mesma atividade realidades diferentes, formações diversas e das mais variadas, tendo que estar alerta para cada caso e não se deixando esquecer das diferenciações genéticas, das condições sociais, das necessidades, das carências.

O interesse pela renovação educacional muito presente neste estudo se dá ao fato de que observamos que promoção de saúde e qualidade de vida ainda não são identificadas como prioridades em nossa sociedade embora muito comentadas e pelo fato de a Educação Física ainda não estar situada no patamar de contribuinte para a melhoria de diversos casos de saúde, mesmo sendo de conhecimento de todos a situação precária de uma grande parte da população que vive em condições sub-humanas.

É muito difícil falarmos de qualidade de vida se convivemos com a falta de uma rede de esgoto tratada. É praticamente impossível fazer uma aula de Educação Física com alunos uniformizados, se sabemos que quando chegarem em casa não terão água para lavarem suas roupas e tênis. É inviável correr durante trinta minutos, se muitos vão para escola sem almoçar, sabendo que retornarão para casa e nada terão o que comer.

Reforçamos a idéia de que é necessário instrumentalizar a população na inclusão de uma política de consciência, melhorando primeiramente a condição da população e envolver os alunos na construção de conhecimentos e hábitos que favoreçam este quadro. Dentre muitas saídas, escolhemos a informação, por acreditarmos que a aquisição da autonomia poderá envolver muitos pontos, dentre eles a tomada de consciência de si mesmo.

Tentamos encontrar um norteamento para a questão da educação inserida no contexto da melhora da qualidade de vida. Uma das explicações para a questão das desigualdades sociais é a falta de uma política intencionada na informação, que resultaria em uma transformação na prática de prioridades e insatisfações em respeito ao valor de cada cidadão.

Chegamos atualmente ao discurso do respeito à dignidade humana e refletimos, o que significaria dignidade humana diante dos inúmeros aumentos de doenças e da saúde pública estar tão deficitária?

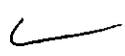
Muitas reformas são introduzidas no meio educacional impostas à escola, disfarçadas em interesses da população quando na verdade a idéia é de atender aos interesses de uma política de outras prioridades, desrespeitando a realidade, reduzindo orçamentos públicos, não preparando profissionais para a informação desta população, sonhando os direitos do povo.

Não é difícil de se perceber, a começar pela política educacional, as diferentes maneiras de encarar os grupos sociais. Segundo os PCNs, que se dizem intencionados em criar condições nas escolas que permitam aos nossos jovens terem acesso ao conjunto de conhecimentos socialmente elaborados e reconhecidos como necessários ao exercício da cidadania, reproduzem através de suas práticas todo um jogo de intenções em alimentar o modelo de prioridades sociais.

Nos discursos dos PCNs são mostrados, através da visão do MEC, o objetivo de proporcionar uma série de experiências visando um ensino que corresponda aos valores éticos, a pluralidade cultural, meio-ambiente, saúde, orientação sexual, trabalho e consumo. E no que diz respeito à questão da saúde, fala-se sobre a necessidade de se prevenir doenças e de um compromisso com ações na área da saúde, de realizar um tema transversal adequando o tema de saúde, porém, nenhuma referência a um trabalho contínuo ou sistemático onde a Educação Física esteja ligada à condição de saúde ou qualidade de vida.

Sabe-se da intenção assumida por setores da área biomédica em se trabalhar com a prevenção através da saúde pública e embora reconheçamos a grandeza desta atuação, não poderemos deixar passar em branco que a elaboração de tais trabalhos não podem ser feitos isoladamente sem que considere que a escola ainda é o melhor lugar de se chegar à população.

As questões sociais proposta para serem desenvolvidas na escola com a intenção de se formar cidadãos exigem que se pense na qualidade dos educadores que irão desenvolvê-las. Se torna evidente que um trabalho de formação de sujeitos críticos pede-se educadores conscientes. No ato da educação, educar para a prática pedagógica se funda não somente em se exigir o conhecimento dos alunos como também traçar relações com as questões da vida social desse aluno.



O exercício físico e seu relacionamento direto com a questão da promoção da saúde e melhora da condição de vida de criança, jovens e adultos é um fato que vem norteando novos rumos na prevenção, redução e até mesmo na cura de diversos problemas de saúde. Identificamos dentro da prática de Educação Física nos ensinos fundamental, médio e superior a necessidade de uma estruturação nesta disciplina havendo uma intercessão nos diversos quadros sociais deficitários e melhora na expectativa de vida populacional. A escola brasileira peca pelo seu excesso de racionalismo. A educação precisa de uma consciência mais imediata e o que a sociedade necessita com mais urgência é de saúde. Não podemos manter o racionalismo convicto dos conteúdos formais nos esquecendo de que o ser humano é o processo contínuo em desenvolvimento.

Embora os currículos de ensino adotem a inclusão da disciplina de Educação Física nos ensinos fundamental e médio e o discurso das leis que regem este ensino seja o de reconhecimento dos benefícios que a prática de atividades físicas proporcionam à saúde, compreendemos que ainda existe uma deficiência muito grande no que se refere ao entendimento dos benefícios que o movimento humano realiza na aquisição da qualidade de vida e suas contribuições na aprendizagem. Não podemos deixar de ilustrar este fato, exemplificando a perda dos cursos universitários em seus currículos esta disciplina que, no âmbito da qualidade de vida se trona uma perda irreparável.

O aumento crescente de pessoas que adotam a prática de atividades físicas com a intenção de prolongar a expectativa de vida é um indicador da mudança comportamental da população não só do Brasil, como também em todo o mundo e percebe-se uma série de acontecimentos prejudiciais à saúde já que, no tocante à população brasileira, ainda não é significativo o hábito de se preservar a saúde.

Os diversos estudos realizados em relação à prática de atividades físicas mostram-nos a proximidade entre aptidão física, atividade física e saúde. Entendemos que, a prática constante de atividades físicas beneficia com a diminuição do índice de diversas doenças e como tais efeitos do treinamento físico possam reverter o quadro problemático destas questões. Hoje, pratica-se muito mais esportes neste país. Tanto nas escolas, como em clubes e academias necessita-se de uma política na qual se certifique dos ideais das atividades físicas quanto aos fatores de saúde.

As manifestações possibilitadas pela Educação Física através de suas atividades tornam capazes de formar as crianças em tão variados aspectos fora do currículo escolar que em face à educação oficial notaríamos o antagonismo da prática com o prazer e a aprendizagem. A Educação Física em seu aspecto não formal vai além da regra do habitual, da seriedade e na escola, pode representar uma conquista incomparável.



Através de uma aula de expressão corporal de um desporto ou capoeira poderemos proporcionar à criança uma gama de experiências fora do currículo escolar. Ao desenvolvermos estas atividades poderemos mostrar várias manifestações no campo da dança, da Literatura, do canto, da expressão do corpo, da cultura e transgredir o que a própria concepção de vida hoje nos fez acreditar do papel do homem e da mulher na sociedade: a possibilidade de rompimentos.

O incentivo a programas que tratem por definir a prática de atividades físicas incorporando ao cotidiano escolar é o meio mais lógico de se atentar em favor da saúde.

C

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, Neila Guimarães. A saúde na sala de aula: uma análise dos livros didáticos
- ARAÚJO, Denise Sardinha Mendes Soares de. Dos microrrituais da vida infantil, aos rituais da Educação Física Escolar – para a criação do hábito em exercício. Atas do congresso AIESEP, Universidade Gama Filho, 1997, (61).
- Conversando sobre exercício físico e saúde. Brasília: Ministério da saúde, Ministério Extraordinário dos Esportes/Indesp, Ministério da Educação e do Desporto, 1996.
- BAECKER, Ingrid Marianne. A promoção do desenvolvimento da identidade em aulas de Educação Física em escolas Brasileiras de 1º grau. Ver. Brasileira de ciências do esporte, SP, mai. P.243, 1997.
- BAGNATO, M.H.S. O ensino da saúde nas escolas de 1º Grau. In: Revista Pró-posições da Faculdade de Educação Unicamp, São Paulo.n.1. mar: p:55-59, 1990.
- BRASIL, Lei da Diretrizes e Bases da Educação Nacional, de 20 de dezembro de 1996. Estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Diário Oficial, Brasília 26/ 12/ 96.
- BRASIL, Ministério Extraordinário dos Esportes/INDESP. Exercício e Saúde. ARAÚJO, Cláudio Gil Soares e Araújo, Denise Mendes Soares de (org.). Brasília: INDESP, 3ª Edição, 1996.
- , Portaria nº 612 de 12 de abril de 1999. Dispõe sobre a autorização e o reconhecimento de cursos seqüenciais de ensino superior. Diário oficial [ da República Federativa do Brasil], Brasília, 13 de abril de 1999, seção 1.
- CANEN, Ana. Competência Pedagógica e pluralidade cultural: eixo na formação de professores? In: Tese de PhD. Glasgow. Abr.,1996. P.89-107.
- CHAVES, I.M. e Silva, W.C. [et.al.] Formação de professor. Narrando, refletindo, intervindo. R.J.: quartel Niterói : Intertexto , 1999.
- CHAUÍ, Marilena. A Universidade Operacional: A atual reforma do estado ameaça esvaziar a instituição Universitária com sua lógica de mercado. Folha de São Paulo, SP, 9 de maio de 1999.

- CUNHA, Luis Antônio. Universidade e sociedade: uma nova dependência? Revista Adusp, abr. 1997. P. 22-24.
- DARIDO, Suraya Cristina. Professores de Educação Física: Procedimentos, avanços e dificuldades. Revista brasileira de Ciências do Esporte, SP, mai. P. 192-206.
- FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Corpo, cultura e transformações sócio-culturais. Rev. Brasil de ciências do esporte, SP, mai., p. 226-232, 1997.
- FORTES, P.A.C. Educação em saúde e ética. In: O Mundo da saúde. São Paulo. V.22. n.1 jan./fev.,1998.
- FRIGOTTO, Gaudêncio. A Base é o que importa. Entrevista concedida à Ana Lagoa, Jornal do Brasil, Rj, 28/02/99.
- KLOETZEL, Kurt. Na prática a teoria é outra. In: O que é Medicina Preventiva.
- KUNZ, Eleonor. Limitações no Fazer Ciência em Educação Física e Esportes: CBCE, 20 anos Auxiliando na superação. Ver. Brasileira de Ciências do Esporte, SP, set. p.4-10.
- LEMOS, Getúlio Silva. Educação Física Escolar: do Lúdico ao agonístico. Revista do professor, Porto Alegre, Jul/ set. p.24-28, 1993.
- MELO, José Ferreira de. Desenvolvimento da consciência corporal: Uma experiência da Educação Física na Idade Pré-escolar. Ver. Brasileira de ciências do Esporte, SP, Relatos de experiências, mar., p.219-225, 1997.
- PAES, Rodrigues. Educação Física Escolar: O esporte como conteúdo Pedagógico do Ensino Fundamental. Ver. Brasileira de Ciências do Esporte, SP, mai. P. 241, 1997.
- RAMAL, Andrea Cecília. As mudanças no ensino médio. Pátio Revista pedagógica, Porto Alegre, nº 8, fev/ abr, p. 13- 17, 1999.
- SCLIAR, M. Do mágico ao social a trajetória da saúde Pública. Porto Alegre: L& PM, 1987. P.32-37.
- SOUZA, Eustáquia Salvadora de. Ensino da Educação Física escolar para turmas mistas: muito difícil! Difícil demais!?! Dois pontos, MG, mar./abr. p. 78-82, 1997.
- UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESPÍRITO SANTOS. Guia de Normalização de referências bibliográficas. 3 ed. Ver. Vitória: A biblioteca, 1998.

UNIVERSIDADE DO RIO DE JANEIRO. Apresentação de trabalhos acadêmicos. -RJ.:  
Sistema de Bibliotecas, 1996. 36f. nº 1.



UNIVERSIDADE DO RIO DE JANEIRO  
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS  
ESCOLA DE EDUCAÇÃO  
DEPARTAMENTO DE DIDÁTICA

FORMAÇÃO DE DOCENTES UNIVERSITÁRIOS  
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO

### AVALIAÇÃO DE MONOGRAFIA

Título da monografia: Exercício Físico e Saúde - Uma abordagem necessária à Educação Física Escolar  
Autor: Margareth Gomes de Melo Paiva  
Professor Orientador: Denise Sardinha Mendes Soares de Araújo  
Professor Leitor: ANGELA MARIA SOUZA MARTINS

Parecer do Orientador:

A aluna Margareth, cresceu enormemente durante a orientação. Aprendeu a lidar com o computador, com referências e textos. Passou a escrever melhor e se contentar com uma revisão do orientador. Toda a vida é autenticamente dela, daí alguns problemas que podem ser superados com o tempo. A escolha do tempo e tema é de grande utilidade para a educação física escolar.

A apresentação da monografia e a encadernação poderiam ser melhores. Conceito E (9,0)

Parecer do Professor Leitor:

A aluna Margareth fez um trabalho bem fundamentado, mostrando a importância da educação física nos diferentes níveis de ensino. Apresenta aspectos significativos dessa disciplina, não tão discriminada em nossos currículos. Mas observei alguns pequenos erros: estes sem indicar o nº da página e textos repetidos nas páginas 46, 47, 49 e 50. Seu conceito é E (9,0)

Conceito Final: E

Data: 16/05/2000

Assinaturas:

Denise S. M. S. Araújo  
Angela Maria Souza Martins