

Educação Física e Ciências do Esporte: Pesquisa e Aplicação de seus Resultados

Samuel Miranda Matto
Ricardo Hugo Gonzalez
(Organizadores)



Educação Física e Ciências do Esporte: Pesquisa e Aplicação de seus Resultados

Samuel Miranda Matto
Ricardo Hugo Gonzalez
(Organizadores)



Editora Chefe

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Assistentes Editoriais

Natalia Oliveira

Bruno Oliveira

Flávia Roberta Barão

Bibliotecário

Maurício Amormino Júnior

Projeto Gráfico e Diagramação

Natália Sandrini de Azevedo

Camila Alves de Cremo

Karine de Lima Wisniewski

Luiza Alves Batista

Maria Alice Pinheiro

Imagens da Capa

Shutterstock

Edição de Arte

Luiza Alves Batista

Revisão

Os Autores

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Atena Editora. Permitido o *download* da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

A Atena Editora não se responsabiliza por eventuais mudanças ocorridas nos endereços convencionais ou eletrônicos citados nesta obra.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação.

Conselho Editorial

Ciências Humanas e Sociais Aplicadas

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná

Prof. Dr. Américo Junior Nunes da Silva – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Daniel Richard Sant’Ana – Universidade de Brasília
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia
Profª Drª Dilma Antunes Silva – Universidade Federal de São Paulo
Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá
Prof. Dr. Elson Ferreira Costa – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima
Prof. Dr. Gustavo Henrique Cepolini Ferreira – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Jadson Correia de Oliveira – Universidade Católica do Salvador
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Prof. Dr. Luis Ricardo Fernandes da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Pontifícia Universidade Católica de Campinas
Profª Drª Maria Luzia da Silva Santana – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Ciências Agrárias e Multidisciplinar

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Profª Drª Carla Cristina Bauermann Brasil – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof. Dr. Cleberton Correia Santos – Universidade Federal da Grande Dourados
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof. Dr. Jael Soares Batista – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

Ciências Biológicas e da Saúde

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília
Prof^ª Dr^ª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof^ª Dr^ª Débora Luana Ribeiro Pessoa – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Douglas Siqueira de Almeida Chaves -Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof^ª Dr^ª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília
Prof^ª Dr^ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^ª Dr^ª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^ª Dr^ª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Helio Franklin Rodrigues de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^ª Dr^ª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Jefferson Thiago Souza – Universidade Estadual do Ceará
Prof. Dr. Jesus Rodrigues Lemos – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Jônatas de França Barros – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas
Prof^ª Dr^ª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Prof^ª Dr^ª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma
Prof^ª Dr^ª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados
Prof^ª Dr^ª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino
Prof^ª Dr^ª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora
Prof^ª Dr^ª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Prof^ª Dr^ª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Ciências Exatas e da Terra e Engenharias

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás
Prof^ª Dr^ª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná
Prof. Dr. Douglas Gonçalves da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof^ª Dra. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande
Prof^ª Dr^ª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá

Profª Drª Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

Linguística, Letras e Artes

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Profª Drª Carolina Fernandes da Silva Mandaji – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará
Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste
Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Conselho Técnico Científico

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba
Prof. Dr. Adilson Tadeu Basquerote Silva – Universidade para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí
Prof. Me. Alexsandro Teixeira Ribeiro – Centro Universitário Internacional
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão
Profª Ma. Anne Karynne da Silva Barbosa – Universidade Federal do Maranhão
Profª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico
Profª Drª Andrezza Miguel da Silva – Faculdade da Amazônia
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais
Prof. Me. Armando Dias Duarte – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar
Profª Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo
Profª Drª Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas
Prof. Me. Clécio Danilo Dias da Silva – Universidade Federal do Rio Grande do Norte
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará
Profª Ma. Daniela da Silva Rodrigues – Universidade de Brasília
Profª Ma. Daniela Remião de Macedo – Universidade de Lisboa
Profª Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás
Prof. Me. Edevaldo de Castro Monteiro – Embrapa Agrobiologia
Prof. Me. Eduardo Gomes de Oliveira – Faculdades Unificadas Doctum de Cataguases
Prof. Me. Eduardo Henrique Ferreira – Faculdade Pitágoras de Londrina

Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita
Prof. Me. Ernane Rosa Martins – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí
Profª Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas
Profª Drª Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro
Profª Ma. Isabelle Cerqueira Sousa – Universidade de Fortaleza
Profª Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará
Prof. Dr. José Carlos da Silva Mendes – Instituto de Psicologia Cognitiva, Desenvolvimento Humano e Social
Prof. Me. Jose Elyton Batista dos Santos – Universidade Federal de Sergipe
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco
Profª Drª Juliana Santana de Curcio – Universidade Federal de Goiás
Profª Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Kamilly Souza do Vale – Núcleo de Pesquisas Fenomenológicas/UFPA
Prof. Dr. Kárpio Márcio de Siqueira – Universidade do Estado da Bahia
Profª Drª Karina de Araújo Dias – Prefeitura Municipal de Florianópolis
Prof. Dr. Lázaro Castro Silva Nascimento – Laboratório de Fenomenologia & Subjetividade/UFPR
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Ma. Lillian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará
Profª Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ
Profª Drª Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná
Prof. Dr. Michel da Costa – Universidade Metropolitana de Santos
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Profª Ma. Maria Elanny Damasceno Silva – Universidade Federal do Ceará
Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri
Prof. Me. Ricardo Sérgio da Silva – Universidade Federal de Pernambuco
Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal

Prof. Me. Robson Lucas Soares da Silva – Universidade Federal da Paraíba
Prof. Me. Sebastião André Barbosa Junior – Universidade Federal Rural de Pernambuco
Profª Ma. Silene Ribeiro Miranda Barbosa – Consultoria Brasileira de Ensino, Pesquisa e Extensão
Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana
Profª Ma. Thatianny Jasmine Castro Martins de Carvalho – Universidade Federal do Piauí
Prof. Me. Tiago Silvio Dedoné – Colégio ECEL Positivo
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

Educação física e ciências do esporte: pesquisa e aplicação de seus resultados

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira
Bibliotecário Maurício Amormino Júnior
Diagramação: Camila Alves de Cremona
Edição de Arte: Luiza Alves Batista
Revisão: Os Autores
Organizadores: Samuel Miranda Matto
Ricardo Hugo Gonzalez

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

E24 Educação física e ciências do esporte [recurso eletrônico]: pesquisa e aplicação de seus resultados / Organizadores Samuel Miranda Matto, Ricardo Hugo Gonzalez. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5706-379-8

DOI 10.22533/at.ed.798201109

1. Educação física – Pesquisa – Brasil. 2. Esportes.
I. Matto, Samuel Miranda. 2. Gonzalez, Ricardo Hugo.
CDD 613.7

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

Atena Editora

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

www.atenaeditora.com.br

contato@atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A área da Educação Física enquanto ciência permite os profissionais e pesquisadores uma variedade de setores para atuação e produção científica. Sendo assim, receber o convite para organizarmos o Livro: Organização Educação Física e Ciências do Esporte: Pesquisa e Aplicação de seus Resultados, possibilita mais uma contribuição para a ampliação dos diálogos nos diversos campos que rodeiam esta área.

O livro está composto por pesquisas nacionais e internacionais que trazem a leitura de diferentes assuntos relacionados ao *fitness*, bem-estar, rendimento físico, preparação física, esporte e lazer, trazendo experiências que norteiam novas práticas profissionais nos leitores.

Sendo assim, o leitor terá em suas mãos 20 capítulos, sendo 18 escritos na língua portuguesa e dois em espanhol, permitindo uma interlocução entre a ciência e novas perspectivas de trabalho. Por isso, convidamos os leitores a apreciarem este momento de ressignificação do saber e novos avanços para área da Educação Física.

Desejamos uma boa leitura!

Samuel Miranda Mattos
Ricardo Hugo Gonzalez

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1..... 1

RESISTÊNCIA ARTERIAL E RESPOSTAS PRESSÓRICAS APÓS DIFERENTES ORDENS DE EXERCÍCIOS RESISTIDOS E ALONGAMENTO

Gabriel Costa e Silva
Renato Linhares Vidal
Fabrício Di Masi
Anderson Luiz Bezerra da Silveira
Cláudio Melibeu Bentes
Rodrigo Rodrigues da Conceição
Monica Akemi Sato
Roberto Lopes de Almeida

DOI 10.22533/at.ed.7982011091

CAPÍTULO 2..... 13

ACADÊMICOS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PERANTE O TRABALHO JUNTO À PESSOAS COM NECESSIDADES ESPECIAIS

Rita de Cassia de Jesus Santos
Mylena dos Santos Nascimento
Roberta Barreto Vasconcelos Resende

DOI 10.22533/at.ed.7982011092

CAPÍTULO 3..... 20

ANSIEDADE, ESTRESSE E HUMOR: UM ESTUDO COM ATLETAS DE BASQUETEBOL

Aryane Luccas Rosa
Marina Pavão Battaglini
Carlos Eduardo Lopes Verardi
Débora Navarro Kato

DOI 10.22533/at.ed.7982011093

CAPÍTULO 4..... 32

AVALIAÇÃO DO NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA EM SERVIDORES PÚBLICOS FEDERAIS

Claudia Aparecida Stefane
Matheus Martins de Andrade
Tatiana de Oliveira Sato

DOI 10.22533/at.ed.7982011094

CAPÍTULO 5..... 45

COMPARAÇÃO DA IMAGEM CORPORAL ENTRE AS CATEGORIAS INFANTIL E JUVENIL DE ATLETAS DE TAEKWONDO

Bernadete de Lourdes da Silva Ferreira Stadler
Heriberto Colombo
Cleuza Maria Irineu
José Carlos Firmino Coelho
Arli Ramos de Oliveira

CAPÍTULO 6..... 58

COMPARAÇÃO DA RESPOSTA BARORREFLEXA EM SESSÕES AGUDAS DE EXERCÍCIOS DE FORÇA E AERÓBIO EM TRANSPLANTADOS RENAIIS

Carlos José Moraes Dias
Adeilson Serra Mendes Vieira
Maria Cláudia Irigoyen
Luana Monteiro Anaisse Azoubel
Carlos Alberto Alves Dias Filho
Andressa Coelho Ferreira
Erika Cristina Ribeiro de Lima Carneiro
Cristiano Teixeira Mostarda

DOI 10.22533/at.ed.7982011096

CAPÍTULO 7..... 71

DESEMPENHO MOTOR E ACADÊMICO: UMA ANÁLISE DA ESCOLA COM MELHOR ÍNDICE DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO BÁSICA (IDEB) DE ALAGOAS

Israel Christian Alves dos Santos
Chrystiane Vasconcelos Andrade Toscano
Gerfeson Mendonça dos Santos
Argenaz de Oliveira Moreira

DOI 10.22533/at.ed.7982011097

CAPÍTULO 8..... 82

EDUCAÇÃO FÍSICA E NUTRIÇÃO: UMA VIVÊNCIA SOBRE A IMPORTÂNCIA DOS MACRO E MICRONUTRIENTES PARA ADOLESCENTES EM UMA ESCOLA DO MUNICÍPIO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO- PE

Lívia Maria de Lima Leôncio
Flávio Henrique de Santana
Cleverson Soares de Vasconcelos
Maria Renata da Silva Menezes
Maria Vitória do Nascimento Santos
Jacqueline Guedes de Lira
Alyne Maria Ferreira Silva
Gilberto Ramos Vieira
Letycia dos Santos Neves
Morgana Alves Correia da Silva
Erika Cristina Lima da Silva Santiago
Talitta Ricarly Lopes de Arruda Lima

DOI 10.22533/at.ed.7982011098

CAPÍTULO 9..... 92

EFEITOS DE UM PROGRAMA DE OITO SEMANAS DE TREINAMENTO DE NATAÇÃO (APERFEIÇOAMENTO) SOBRE A COORDENAÇÃO MOTORA GERAL EM ADOLESCENTES DE 13 A 16 ANOS

Kleber Farinazo Borges

Cezar Grontowski Ribeiro
Renato Salla Braghin
Diogo Bertella Foschiera
Marcio Flavio Ruaro

DOI 10.22533/at.ed.7982011099

CAPÍTULO 10..... 99

EFEITOS DO MÉTODO PILATES NO CONTROLE GLICÊMICO DE PESSOAS COM DIABETES MELLITUS TIPO 2

Stephanie Vanessa Penafort Martins Cavalcante
Dilson Rodrigues Belfort
Francineide Pereira da Silva Pena
Tatiana do Socorro dos Santos Calandrini
Maria Izabel Tentes Côrtes
Rodrigo Coutinho Santos
Alisson Vieira Costa
José Rodrigo Sousa de Lima Deniur
Gizelly Coelho Guedes
Rubens Alex de Oliveira Menezes

DOI 10.22533/at.ed.79820110910

CAPÍTULO 11113

COMPARAÇÃO ELETROMIOGRÁFICA ENTRE OS GÊNEROS DOS MÚSCULOS ENVOLVIDOS NO SUPINO INCLINADO

Bruno Santos Pascoalino
Marcel Pisa Frezza
Edson Donizetti Verri
Saulo Fabrin
Evandro Marianetti Fioco

DOI 10.22533/at.ed.79820110911

CAPÍTULO 12..... 124

EQUILÍBRIO POSTURAL EM CRIANÇAS PRATICANTES DE FUTEBOL DE CAMPO

Eros de Oliveira Junior
Glênio Vinicius de Souza Oliveira
Jeanne Karlette Merlo
Fabiana Dias Antunes
Hélio Serassuelo Junior

DOI 10.22533/at.ed.79820110912

CAPÍTULO 13..... 136

ESTADO NUTRICIONAL E FORÇA ESCAPULAR EM ATLETAS DE JUDÔ

Anne Karynne da Silva Barbosa
Júlio César da Costa Machado
Karina Martins Cardoso
Wenna Lúcia Lima

DOI 10.22533/at.ed.79820110913

CAPÍTULO 14..... 146

INFLUÊNCIAS DO EXERCÍCIO FÍSICO NA SAÚDE DE MULHERES COM CÂNCER DE MAMA

Samuel Jose Volpato
Rita de Kássia Soares Pinheiro
Keroli Eloiza Tessaro da Silva
Emanuely Scramim
Luana Paula Schio
Vanessa Vitória Kerkhoff
Débora Tavares de Resende e Silva

DOI 10.22533/at.ed.79820110914

CAPÍTULO 15..... 157

O EFEITO DE 12 HORAS DE JEJUM NO DESEMPENHO FÍSICO GERAL E ESPECÍFICO NO TAEKWONDO

Ronaldo Angelo Dias da Silva
Veridiana Marciano de Souza
Marcos Daniel Motta Drummond

DOI 10.22533/at.ed.79820110915

CAPÍTULO 16..... 164

OS BENEFÍCIOS DA NATAÇÃO PARA CRIANÇAS AUTISTAS

Anderson Magalhães Madeira
Bruno Daniel Santana
Lorena Fernandes de Freitas Silva
Weber Gomes Ferreira

DOI 10.22533/at.ed.79820110916

CAPÍTULO 17..... 178

PADRONIZAÇÃO E REPRODUTIBILIDADE DE UM PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO DA CAPACIDADE COORDENATIVA: TEMPO DE REAÇÃO

Luciano Pereira Marotto
Wagner Correia Santos
Mariana Rodrigues Gazzotti
Oliver Augusto Nascimento
José Roberto Jardim

DOI 10.22533/at.ed.79820110917

CAPÍTULO 18..... 190

PROJETO DE EXTENSÃO “ESCOLA DE GINÁSTICA”: UMA COLABORAÇÃO ACADÊMICA PARA O DESENVOLVIMENTO DA GINÁSTICA PARA TODOS NA CIDADE DE SANTARÉM

Patrícia Reyes de Campos Ferreira
Alina Gabrielle da Silva Baia
Ângela Maria de Lima Monteiro
Christian Catunda Mota
Jackeline Pimentel Pedroso
Laena Morgana Cunha da Silva

Mayra Clarice Vasconcelos Lages
Milly de Kássia Cicoski dos Santos
Taynara Cristina Mouzinho do Amaral
Thaís da Costa Rêgo
Victoria Emília Leal de Andrade
Wagner Felipe Brasil Araújo

DOI 10.22533/at.ed.79820110918

CAPÍTULO 19..... 205

APRENDER VIRTUDES A TRAVÉS DEL JUEGO, EL DEPORTE Y EL EJERCICIO FÍSICO

Mafaldo Maza Dueñas
Vanessa García González

DOI 10.22533/at.ed.79820110919

CAPÍTULO 20..... 218

LA ÉTICA Y EL FAIR PLAY EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Mafaldo Maza Dueñas
Vanessa García González

DOI 10.22533/at.ed.79820110920

SOBRE OS ORGANIZADORES 231

ÍNDICE REMISSIVO..... 232

CAPÍTULO 19

APRENDER VIRTUDES A TRAVÉS DEL JUEGO, EL DEPORTE Y EL EJERCICIO FÍSICO

Data de aceite: 01/09/2020

Mafaldo Maza Dueñas

Universidad Autónoma Chapingo
Edo. México, México
<https://orcid.org/0000-0002-0871-6500>

Vanessa García González

Universidad Autónoma Chapingo
Edo. México, México
<https://orcid.org/0000-0001-7742-9735>

RESUMEN: La reflexión sobre la actividad deportiva nos lleva a considerar al juego y a la práctica del deporte -ya sea recreativo y/o competitivo- como medio para promover y aprender virtudes a través del ejercicio y el hábito de acciones que van a manifestar ese aprendizaje y que se puede observar en la dinámica del juego y esperamos también, en la vida cotidiana. Es así, que las actividades que se proponen realizar con el juego y la práctica del deporte expresan un conjunto de analogías sobre el acontecer humano, ya que un deportista se comporta y actúa en el campo de juego, como regularmente lo hace en su vida cotidiana y viceversa. Por lo tanto, en el juego y la práctica del deporte, el ser humano se emplea a sí mismo como herramienta, es decir, cada persona —el alumno-jugador- es capaz de verse como un instrumento a partir de sus múltiples habilidades para aprender con y a través del ejercicio de su acciones y reacciones en la dinámica del juego y el cual considera un espacio y ambiente social

proactivo que el deporte genera. El aprendizaje de virtudes a través del diseño de estrategias que involucren el ejercicio físico, el juego y la práctica del deporte, son una posibilidad real para que los jóvenes aprendan a pensar para aprender a actuar. Estas acciones que se manifiestan en el ámbito lúdico nos conjuntaron una serie de evidencias -escritas, fotografías y videos - las cuáles dan certeza de que la propuesta de diseñar estrategias lúdicas combinadas y justificadas con contenidos filosóficos y presentada de diversos modos permite la apropiación de reflexiones y conocimientos a partir del ejercicio filosófico del pensar, al igual que, la apropiación de actitudes tendientes a la virtud con base en las acciones ejercitadas.

PALABRAS - CLAVE: Virtue, game, play, sport, philosophy.

LEARN VIRTUES THROUGH PHYSICAL EXERCISE, PLAY AND PRACTICE SPORTSRESUMEN 38911

ABSTRACT: Reflection on sports activity leads us to consider the game and the practice of sport - be it recreational and / or competitive - as a means of promoting and learning virtues through exercise and the habit of actions that will manifest that learning and that It can be seen in the dynamics of the game and we also hope, in everyday life. Thus, the activities that are proposed to be carried out with the game and the practice of sport express a set of analogies about human events, since an athlete behaves and acts on the playing field, as he regularly does in his

daily life. and vice versa. Therefore, in the game and the practice of sport, the human being uses himself as a tool, that is, each person - the student-player - is able to see himself as an instrument based on his multiple abilities to learn with and through the exercise of its actions and reactions in the dynamics of the game and which considers a proactive space and social environment that sport generates. Learning virtues through the design of strategies that involve physical exercise, play and sports, are a real possibility for young people to learn to think in order to learn to act. These actions that are manifested in the recreational field brought together a series of evidences - written, photographs and videos - which give certainty that the proposal to design combined and justified playful strategies with philosophical contents and presented in various ways allows the appropriation of reflections and knowledge from the philosophical exercise of thinking, as well as the appropriation of attitudes towards virtue based on the actions exercised. In this way, if one observes the learning of virtues in the didactic space fostered by the game and the practice of sport, there is the possibility that this learning will lead him to his daily life by appropriation and as meaningful knowledge.

KEYWORDS: Virtue, game, Play, sport, Philosophy.

INTRODUCCIÓN

La importante tarea de dedicarse a la enseñanza de la filosofía, de la ética y con ellas promover que los alumnos sean capaces de aprender actitudes tendientes a las virtudes. La expectativa de enseñar filosofía y que se pretende lograr con las estrategias a desarrollar y aplicar, parte precisamente de entender a la filosofía en sus dos niveles –aprendizaje y enseñanza– desde dos posturas o direcciones de pensamiento. La primera, desde la filosofía del deporte, la cual, permite realizar un análisis y una reflexión sobre la acción humana en un ámbito social y normativo como lo es el juego y la práctica del deporte, el cual se ve nutrido por su esencia lúdica y recreativa; la segunda, desde la perspectiva de que la filosofía es para la vida; debemos enseñar filosofía desde la esperanza, desde la posibilidad siempre abierta de aprender a vivir y aprender a ser feliz.

En el proceso de enseñanza-aprendizaje y que va de la mano de esta visión, definir y asumir a *la filosofía, como un modo de vida*, es decir, comprender a la filosofía como posibilidad de reflexión, como ejercicio de hábitos –virtudes-, como apertura para *Darse cuenta* del mundo, *como actitud ante la vida* y como posibilidad abierta para aprender. La enseñanza de la filosofía entonces, es concebida como un ejercicio y actitud cotidiana y vivencial en el cual el espacio áulico es y debe ser un ámbito procesual para manifestar y generar un conocimiento significate, es decir, un conocimiento para la vida, por lo tanto, un modo de vida. Como afirma: “Esta actividad es, justamente, el filosofar, por lo que la tarea de enseñar – y aprender –

filosofía no podría estar desligada nunca del *hacer* filosofía. Filosofía y filosofar se encuentra unidos, entonces, en el mismo movimiento, tanto de la práctica filosófica como de la enseñanza de la filosofía.” (Cerletti, 2012, p 20).

Con base en lo anterior podemos decir que el juego y la práctica del deporte permite delimitar el espacio para poder realizar las prácticas de juego en donde el alumno-jugador participa en la esfera del deporte recreativo, éste ejercicio lúdico promueve la posibilidad para que los alumnos puedan también aprender a elegir jugando y en relación directa con los otros y con las normas o reglas que delimitan el juego y la competencia. Todo juego contiene un carácter ético que establece una conducta hacia los demás, ya que en el juego se establecen reglas y normas que van a regular la conducta de los alumnos-jugadores y a partir de este primer momento inicia una relación con los otros en donde las elecciones para jugar se van convirtiendo en elecciones para aprender virtudes. Según el filósofo español: “El deporte es una propiedad metafísica del hombre.” (Cagigal, 1975, p 29).

OBJETIVOS

- Generar estrategias de aprendizaje desde el juego y la práctica del deporte para aprender actitudes tendientes a las virtudes.
- Promover en el alumno-jugador una actitud reflexiva para tener la posibilidad de aprender a darse cuenta, de aprender a pensar, de aprender a elegir y de aprender a actuar, aprendizajes que motivan para aprender virtudes.

METODOLOGÍA

Los rasgos y elementos para la aplicación de las estrategias aparecen en el siguiente cuadro, contemplando que se realizaron en la Preparatoria Agrícola -nivel medio superior- de la Universidad Autónoma Chapingo en México.

Recursos humanos a contemplar en la aplicación de las estrategias lúdicas	Datos de los alumnos para la aplicación de las estrategias
Matrícula de Preparatoria Agrícola	4550 (entre 2016-2020)
Alumnos en segundo grado, 3 y 4 semestre	950
Alumnos en tercer grado, 5 y 6 semestre	835
Alumnos por salón aproximadamente	40 - 45
Grupos en los que se aplicaron las estrategias	3 por semestre 12 en total
Cantidad de alumnos (por semestre) 115-125 por semestre y fase de aplicación	En el macrociclo de planificación se específica
Total de alumnos vinculados a las estrategias en 3 semestres - 1 año y medio	458

PREGUNTAS DE LA INVESTIGACIÓN

¿Cómo lograr éstos aprendizajes? ¿para qué aprenderlos? Desde una mirada de la filosofía del deporte y filosofía para la vida, buscamos comprender e interpretar éstas direcciones del pensamiento filosófico son las puertas para aprender a pensar, aprender a elegir, aprender a actuar y por lo tanto, aprender a vivir. ¿Son el juego, el jugar y la práctica de los deportes, una posibilidad real de promover dichos aprendizajes? Creemos que si se promueve el aprendizaje de virtudes en el espacio didáctico fomentadas con el juego y la práctica del deporte, existe la posibilidad de que ese aprendizaje lo lleve a su vida cotidiana por apropiación y como un aprendizaje significativo.

ENFOQUE CONSTRUCTIVISTA DE APRENDIZAJE

Lo primero que se contempla cuando se habla de aprendizaje significativo es que se trata de una apropiación que el ser percibe, piensa y logra interpretar para llevarlo a sus diversas vivencias experienciales. Los aprendizajes son comprendidos y apropiados, -percibidos, reflexionados, interpretados- con la posibilidad de ponerlos en práctica tanto en la vida académica como cotidiana. Y, es en esta practica y vivencia de los aprendizajes lo que los convierte en significativos. El término experiencial refiere Frida que pueden buscarse en el análisis de las propuestas de Dewey y Posner, mientras desde su postura es: “Así, las consecuencias de cualquier situación no sólo implican lo que se aprende de manera formal, puntual o momentánea, sino los pensamientos, sentimientos y tendencias a actuar que dicha situación genera en los individuos que la viven y que dejan una huella perdurable.” (Frida Díaz, 2006, p 3) Por lo cual, el término experiencial debe entenderse a lo largo del texto como aquellas situaciones vitales que dejan huella en lo sensorial,

corporal, cognitivo, emotivo, lúdico y agónico.

El aprendizaje significativo es parte de un proceso mental, experiencial, social, donde los educandos y educadores comprenden que la educación y la búsqueda del aprendizaje parte de una curiosidad por percibir, comprender y saber lo que está en el mundo. Cesar Coll (2007, p,15) lo explica de la siguiente manera:

“La concepción constructivista del aprendizaje y de la enseñanza parte del hecho obvio de que la escuela hace accesible a sus alumnos aspectos de la cultura que son fundamentales para su desarrollo personal, y no sólo en el ámbito cognitivo; la educación es motor para el desarrollo globalmente entendido, lo que supone incluir también las capacidades de equilibrio personal, de inserción social, de relación interpersonal y motrices.”

Con base en lo anterior, queda manifestada la importancia de la relación con los demás en su relación intrínseca de compartir el juego, las prácticas deportivas con y sin competencia, la manera en que pueden incidir del proceso de enseñanza-aprendizaje. Es la relación con los demás como se revela o contrasta el ejercicio de nuestras actitudes tendientes a las virtudes.

DISEÑO Y MÉTODO DE INTERVENCIÓN

El diseño de las estrategias buscó motivar, provocar y desarrollar la apropiación de contenidos, la percepción de las emociones y su disciplina experiencial, al mismo tiempo de promover el ejercicio del pensar para interpretar los aprendizajes y construir sus conocimientos, los cuales además se pueden ver reflejados en el desarrollo de sus las habilidades para la vida. Las estrategias de aprendizaje por su diseño se fortalecieron con la estructura metodológica para lograr los objetivos planteados por cada una de ellas, al mismo tiempo promover de manera innovadora los contenidos de las diversas materias en donde se aplicaron las estrategias.

Para analizar el éxito de las estrategias se contrastaron las evidencias, con los diagnósticos, los objetivos del plan de clases, de este modo, desde el diseño, su elaboración, la planeación, programación, aplicación y evaluación de las estrategias de aprendizaje fueron interpretados para saber si se cumplieron las metas para las que fueron creadas. Y, al mismo tiempo permitió evaluar si el guión de aplicación cumplía con las exigencias didácticas y pedagógicas, cognitivas y corporales.

Se analizó y evaluó sobre las herramientas para motivar y construir aprendizajes significativos, es decir, aprendizajes que los alumnos se apropiaron durante la estrategia, después de ella y que relacionaron con los contenidos reflexionados en clase. Lo que también se evaluó fueron las evidencias que pudieran mostrar que los alumnos tuvieron aprendizajes significativos, durante las estrategias y las siguientes clases. Con la planeación y aplicación correcta de

las estrategias se fueron logrando los diversos objetivos de la investigación, los cuales fueron brindando múltiples reflexiones. Las estrategias se sustentaron en la planificación para los diferentes semestres y con ello acercarse desde un enfoque teórico y práctico a las posibilidades del diseño y aplicación de las estrategias, lo que permitió al mismo tiempo, un diagnóstico y evaluación, tanto de la aplicación como de las evidencias de los alumnos en las diferentes estrategias y sus fases.

Con la relación entre la corporalidad y el movimiento con la didáctica se contemplaron elementos para ver como las actitudes tendientes a las virtudes son al mismo tiempo un aprendizaje significativo, un aprendizaje que deje huella desde la primer experiencia que el alumno tiene. Éstas reflexiones sobre la enseñanza y el aprendizaje se contemplaron en el diseño y aplicación de las estrategias para generar lo que se llama el espacio didáctico: ámbito pedagógico para motivar múltiples aprendizajes a través de las habilidades propias e inherentes del alumno, las cuales son apropiadas durante el proceso cognitivo que comienza con las percepciones y que se desarrolla, comprende e interpreta con el ejercicio del pensar.

MARCO TEÓRICO

La enseñanza de la filosofía y la ética en el desarrollo de las estrategias se desarrollo para aprender actitudes tendientes a las virtudes promoviendo el juego y la práctica deportiva para crear los ambientes que colocaron al alumno en una situación de ejercicio lúdico y agónico -competencia- que permitieron la apropiación de contenidos y aprendizajes significantes. El hábito y el ejercicio de la virtud permite su aprendizaje, para Aristóteles (2007, p, 23):

“Las virtudes, en cambio, las adquirimos ejercitándonos primero en ellas, como pasa también en las artes y oficios. Todo lo que hemos de hacer después de haberlo aprendido, lo aprendemos haciéndolo, como, por ejemplo, llegamos a ser arquitectos construyendo, y citaristas tañendo la cítara. Y de igual manera nos hacemos justos practicando actos de justicia, y temperantes haciendo actos de templanza, y valientes ejercitando actos de valentía.”

Otra definición: “Una virtud es una cualidad humana adquirida, cuya posesión y ejercicio tiende a hacernos capaces de lograr aquellos bienes que son internos a las prácticas y cuya carencia nos impide efectivamente lograr cualquiera de tales bienes.” (MacIntyre, 2001, p. 252). Por lo tanto, aprender acciones tendientes a la virtud es posible ya que se trata de una cualidad que se puede adquirir con el ejercicio y con la práctica de modo constante y progresivo.

Por otro lado, el juego y la práctica del deporte es el otro referente de las estrategias. Al respecto del juego tenemos la definición de dos autores esenciales del siglo XX, es una: “Acción u ocupación libre que se desarrolla dentro de unos

límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tienen su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de “ser de otro modo” en la vida corriente”. (J. Huizinga, 2005, p 45, 46). En la misma temática: “el juego es una actividad que se caracteriza por ser libre, separada de la realidad, incierta, improductiva, reglamentada y ficticia”. (Caillois, 1986, p, 37)

El aprendizaje de virtudes mediante el juego y la práctica deportiva, así como el desarrollo de habilidades y capacidades personales y sociales debe hacerse mediante un planteamiento que considere las características y circunstancias de los alumnos-jugadores, de los propósitos pedagógicos de forma que se generen unas directrices precisas que fomenten ese gran potencial que atesora la práctica deportiva. Aprender virtudes sólo se puede manifestar de manera vivencial, por la acción de la experiencia, por el desarrollo de lo que hemos llamado un Movimiento Moral Motivado (M3). Logramos identificar en las evidencias una apropiación de cualidades morales que se ejercita en la vida cotidiana.

Aprender virtudes a través del juego y la práctica del deporte se puede comprender como una actitud filosófica, la cual también es parte del proceso de enseñanza-aprendizaje. Y, haciendo referencia al proceso pedagógico debe tenerse como objetivo enseñar a la filosofía y la ética, precisamente como se ha argumentado que se puede aprender virtudes, es decir, a través del ejercicio constante de la reflexión, del movimiento motivado.

Cada juego y práctica deportiva tiene sus aspectos técnicos y tácticos, aunado a considerar que es importante considerar que el alumno-jugador debe aprender a apropiarse de sus emociones y sensaciones, las cuales van de la mano de aprender actitudes tendientes a la virtud. Los tres tipos de movimientos comprenden acciones musculares, sensaciones y emociones, capacidad de elección. El alumno-jugador y el profesor son capaces de aprender a distinguir cada movimiento y aprender a actuar con ellos.

El primer movimiento puede verse como una condición previa, para que todos los músculos puedan ayudar al cuerpo a moverse con fuerza, precisión y eficiencia, pero además que este movimiento encuentre su carga moral, lo que implica entender que todos los movimientos de los alumnos-jugadores dentro de la dinámica de la competencia pueden inherentemente ser motivados por un hábito y por un ejercicio, expresando el aprendizaje de virtudes.

Dicho de otra manera, este movimiento realizado dentro de la dinámica del juego y la práctica del deporte, nos permite observar que la acción genera un movimiento corporal que manifiesta tanto los impulsos como las motivaciones, motores de sus movimientos, los cuales también son parte del juego mismo. La intención de la dinámica del juego y de la práctica del deporte es que ese movimiento

este previamente -y eso se logrará con el hábito y con el ejercicio mental y físico-reflexionado por el alumno-jugador, su destreza mental y física le provee de la capacidad de tomar decisiones, de elegir en instantes y al darse cuenta de la relevancia de sus acciones o reacciones en la dinámica del juego.

Sus movimientos atienden a las respuestas para tratar de avanzar o ganar en la competencia, al igual que le permite actuar con virtudes, es decir, sus acciones también tendrán una Motivación de tipo Moral, al referirse a acciones aprendidas por los hábitos y que al realizarlas son la expresión de una cualidad moral. Como menciona: “Mientras se juega hay movimiento, un ir y venir, un cambio, una seriación, enlace y desenlace. Pero a esta limitación temporal se junta directamente otra característica notable. El juego cobra inmediatamente sólida estructura como forma cultural.”(Huizinga, 2005, p. 23).

EL SER EN MOVIMIENTO

Los otros dos movimientos son parte de esta secuencia de movimientos implícitos al juego y competencia, en dinámica suceden movimientos claves para plantear las estrategias de aprendizaje:

- a. **Movimiento Dinámico:** el juego y la práctica del deporte contienen la posibilidad de observar las acciones y reacciones de los participantes (alumnos-jugadores) y con base en éstos movimientos ubicar qué virtudes o cualidades morales pueden identificarse a través de las acciones ejercidas y ejecutadas. Estas acciones repercuten en el resultado y también en la relación con los demás.
- b. **Movimiento Aprendido:** desde el inicio hasta el final del juego o de la duración de la estrategia existe un elemento esencial para lograr ubicar o identificar las cualidades morales a partir de las acciones de los participantes y éste elemento es la *elección*. La elección es lo que permite distinguir la secuencia y resultados parciales del juego y que a partir de esas acciones y/o reacciones (de los contrarios) se puede desplazar o extender a las diversas esferas de la competencia, y, por supuesto del posible aprendizaje de virtudes.

Desde estos movimientos se genera una posibilidad ética: “Aprender virtudes sólo se puede manifestar de manera vivencial, por la acción de la experiencia, por el desarrollo de un Movimiento Moral Motivado.” (Maza, 2018, p, 152). Dichos movimientos nos llevan al movimiento moral motivado (M3), se establece durante el juego y la práctica del deporte, al igual que en el proceso de enseñanza-aprendizaje, donde existe la posibilidad de encontrar una reflexión en movimiento tanto en el espacio didáctico como en la dinámica del juego, manifestando acciones y reacciones

vitales que impulsan y motivan la elección, para entonces mostrar las cualidades y aptitudes para establecer la relación con el compañero de juego, con el otro. El (M3) además se presenta con actos tendientes a la virtud, como acciones contenidas de una apropiación de reflexiones y aprendizajes que expresan cualidades morales y en relación con las normas y reglas del juego, de la práctica del deporte.

Movimiento-Moral-Motivado (M3), es para Maza (2016, p, 267):

“Aquella serie de acciones o reacciones realizadas por impulsos y luego por motivaciones por el alumno-jugador y que poseen una carga moral. Se identifica como una aprehensión de virtudes o cualidades morales que pueden acompañar esas acciones o reacciones para atender a las diversas situaciones del juego –dinámica lúdica y competitiva– y que enaltezcan el espíritu de las reglas; y, por lo tanto, que protejan la integridad física, moral y mental de los compañeros de juego. contrarios, árbitros, espectadores”.

En el juego y la práctica del deporte se experimenta un sentimiento de pertenencia y se puede entender que vivir al igual que jugar es decidirse, optar por opciones, escoger, elegir, actuar, compartir, aprender. Y, entonces elegir dentro de la dinámica de un juego es como un *atreverse a*, un *darse cuenta* de ello, ya implica un pensamiento motor que permite elegir. La intención de distinguir la importancia de que el juego y la práctica del deporte son una secuencia finita pero consecutiva de múltiples movimientos, por parte de todos los alumnos-jugadores involucrados en la competencia y que es allí en donde se brindarán las estrategias para que el alumno con la recreación del juego y su competencia elija acciones que se acercan al ejercicio de las virtudes.

APLICACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS LÚDICAS, AGÓNICAS

Fue necesario contar con una aplicación preliminar para realizar mejoras en las siguientes fases de aplicación de las las estrategias y su aplicación, con base en lo cual, la última de ellas estará integrada para conseguir los objetivos. Las estrategias mismas son un motivo de evaluación de su procedimiento, aplicación, del profesor y del alumno-jugador.

Otra consideración fue entender que las aplicaciones de las estrategias tuvieron éxito no por una sola clase o una sola práctica, es decir, los alumnos no aprenderán virtudes con una dos o tres clases. Es importante entender que la *educación, la filosofía, el deporte y la vida* misma tiene procesos, periodos, etapas, por ello la creación del macrociclo filosófico, por lo tanto, al inicio del semestre debe hacerse un primer diagnóstico que sirvió de diagnóstico para el aprendizaje de virtudes y de referente para contrastar con los datos y evidencias arrojados con la aplicación de la estrategia y también con el conocimiento significativo al final del

mismo. A continuación el ejemplo de un macrociclo filosófico

MACROCICLO FILOSÓFICO CRONOGRAMA DE PLANEACIÓN MATERIA DE ÉTICA							
PRIMER CICLO SEMESTRAL PARA LA FASE DE APLICACIÓN							
MACROCICLO DE ENSEÑANZA 1				MACROCICLO DE ENSEÑANZA 2			
PERIODO DE APLICACIÓN DE LA ESTRATEGIA FASE B			VACACIONES	PRESENTACIÓN DE TESIS VIDEOS Y FOTOGRAFÍAS DE EVIDENCIAS		PONENCIA DE EVIDENCIAS Y RESULTADOS CONGRESO SPORT & MORAL BARCELONA	
Mesociclo 1 - 2 - 3 PLANTEAMIENTO DE LA SITUACIÓN ÉTICA Y DEL JUEGO		DESCANSO		Mesociclo 4-5-6 ELECCIÓN, EJERCITACIÓN Y PRÁCTICA DE LAS VIRTUDES			
ACERCAMIENTO CON LOS CONTENIDOS DE LA ÉTICA				APROPIACIÓN DE CONTENIDOS DE LA ÉTICA			
MICROCICLO	FEBRERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL 11-14	ABRIL	MAYO	JUNIO
CANTIDAD DE HORAS CLASE	6	6	9		12	9	3
DIAGNÓSTICO DE LA TEMÁTICA							
PROPOSITOS DE LAS CLASES							
APROXIMACIÓN CON LOS CONTENIDOS Y ESTRATEGIAS							
APROPIACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS Y LA ACTITUD FILOSÓFICA							
DESARROLLO CAPACIDAD DE ELECCIÓN							
EJERCICIO DEL MOVIMIENTO MORAL MOTIVADO							
AUTOEVALUACIÓN							
EVALUACIÓN FINAL							

ETAPAS Y PLANIFICACIÓN DE LAS CLASES CON ESTRATEGIAS

Planificación de las Clases: Elaboración de la misma contemplando Contenidos, Temáticas, Diagnóstico, Estrategias, Videos reflexivos, Evaluación.

- Se recomienda el uso de imágenes a través de una presentación para acercar al alumno-jugador a la reflexión filosófica.
- Se debe promover la reflexión en el alumno para que él vaya expresando e interpretando sus propias conclusiones.

Presentación del video reflexivo – acción virtuosa de un atleta - para generar la reflexión a través de las emociones, sensaciones y discusiones que le genere el mismo.

- En el guión de cada estrategia se sugieren una lista de videos que se eligieron en cada clase, y si un profesor quisiera retomar la estrategia puede elegir alguno de ellos.
- El video debe verse nitidamente y tener buen sonido para que el alumno-jugador capte la intención del video. Se puede visualizar desde el teléfono móvil.

Diagnóstico: con base en el video y el alumno-jugador reflexionará aprovechando los contenidos vistos en clases anteriores.

- Se presenta el formato de diagnóstico, por supuesto, cada profesor puede realizar el suyo adecuándose a los contenidos reflexionados previamente.
- La hoja de diagnóstico son parte de las evidencias de cada estrategia.

Estrategia lúdica: Se realiza la actividad de juego y práctica del deporte con base en el guión propuesto y los tiempos específicos de la planeación.

Evaluación de la estrategia: Es la actividad con la cual se cierra la estrategia lúdica, y que busca promover la reflexión para que el alumno-jugador interprete su participación y cómo actuó con y hacia los otros.

- - Aquí se busca lograr ese *darse cuenta* para saber si se consiguió una actitud con un Movimiento Moral Motivado.

Primera Fase de la Fotografía: Elaboración de la captura de una primera fotografía en donde los alumnos reflexionen, interpreten y plasmen con la imagen actitudes tendientes a la virtud, acciones que manifiesten actitudes virtuosas.

Segunda fase de la fotografía: Desarrollo de la captura de una segunda fotografía con más tiempo y por lo tanto, una reflexión más profunda.

- - La fotografía es ya una forma de evaluación de los contenidos. Es una evidencia para mostrar la apropiación de contenidos, reflexiones y actitudes.
- - Se promueve que la fotografía tenga una temática lúdica y deportiva, es decir, que en la imagen capturada los alumnos propongan actitudes tendientes a la virtud en múltiples casos de juego y competencia.

INSERTAR LAS 2 FOTOGRAFÍAS (CON FECHA 03- 03-2017)

Evaluaciones de las estrategias

Fue esencial para la evaluación de los resultados de las estrategias considerar la fase de aplicación de las mismas, ya que de una fase a otra se realizaron críticas, observaciones y análisis para mejorar cada estrategia para su siguiente aplicación. Esta acción de mejorar la estrategia de una fase a otra es un ejemplo del objetivo de la tesis que es aprender virtudes a través de su ejercicio lúdico y constante. Es decir, aplicar las estrategias y evaluarlas de una fase a otra, permitió al mismo tiempo ofrecer actividades que en realidad promovieron y motivaron al alumno-jugador para atreverse a participar de manera activa en el juego, para reflexionar y darse cuenta de lo relevante que es aprender a actuar, apropiarse de contenidos y de ejercitarse en la práctica de la virtud. Todas éstas actividades se conjugaron en una autoevaluación y en una co-evaluación procesual, constante y aunque subjetiva, evidente.

Las consideraciones evaluativas sobre las tres fases a partir de los indicadores mostraron evidencia que las características de aprendizaje de contenidos y de los elementos didácticos fueron manifestando un progreso en la enseñanza de la ética, visto objetivamente a partir de la apropiación de contenidos y de actitudes tendientes

a la virtud expresadas en las diversas dinámicas lúdicas.

La propuesta de las estrategias están abiertas para ser modificadas de acuerdo a las necesidades de cada clase y profesor, esto es posible porque la estructura de las estrategias ya fueron validadas con las prácticas y sus puestas a prueba, con las evidencias se argumenta que se lograron el objetivo de las mismas.

CONCLUSIONES

Después de aplicar las estrategias se hizo evidente que con base en actividades bien planeadas, dirigidas, consecuentes y lúdicas es posible motivar a los alumnos para que deseen realizar el ejercicio filosófico del pensar y el reflexionar, así como, de apropiarse de contenidos que permiten un darse cuenta de la circunstancia y de lo importante de aprender a elegir, para precisamente aprender a actuar, a través del ejercicio físico, del juego y de la práctica del deporte.

Con base en lo anterior, se obtuvieron evidencias escritas y de las acciones de los alumnos en fotografías y videos, para evidenciar e interpretar las estrategias lúdicas y agónicas combinadas con contenidos filosóficos, presentada de diversos modos permitiendo la apropiación de reflexiones y conocimientos a partir del ejercicio filosófico del pensar, al igual que, la apropiación de actitudes tendientes a la virtud con base en las acciones ejercitadas. Durante el proceso del curso se observó un cambio en la conducta de los alumnos, es decir, al darse cuenta de lo relevante que es aprender actitudes tendientes a la virtud para aprender a relacionarse con los demás, con más respeto entre ellos, de su espacio, de su expresión oral y corporal al momento de interactuar, lo mismo con el asimilar las normas expresadas en el espacio didáctico por parte del profesor y los compañeros de clase.

La enseñanza de la filosofía, de la ética y el aprendizaje de virtudes debe contemplarse como un proceso, como una serie de pasos y caminos donde confluyen la reflexión, el análisis y la interpretación en cada clase, con el diálogo y guía promovido por el profesor. Las estrategias logran su objetivo y resultan significantes si antes de ser aplicadas se da éste proceso en donde se reflexionan contenidos, propuestas, ideas, preguntas, dudas, y, en donde el alumno es capaz de interpretarlos y hacer con ellos sus propias conclusiones. De tal forma, que al momento de verse inmerso en la estrategia puede reflexionar acerca de su circunstancia inmediata y de lo relevante que es su participación dentro de una comunidad para aprender acciones tendientes a la virtud, logrando aprendizajes significativos que ayudan y promueven un ámbito de bien común.

REFERENCIAS

- ARISTÓTELES. (2007). **Ética a Nicomaco**, Ed. Porrúa, México.
- CAGIGAL, J.M. (1975) **Deporte, espectáculo y acción**. Ed. Aula A. Salvat, Madrid.
- CAILLOIS, R. (1986) **Los juegos y los hombres. La máscara y el vértigo**. Ed. FCE, México.
- CERLETTI, A. **La enseñanza de la filosofía como problema filosófico**. Bs, Ed. El Zorzal. (2012).
- CIFUENTES, L., GUTIERREZ, J. (2012) **Didáctica de la filosofía**, Ed. Graó, Madrid.
- COLL, C. MARTÍN, E, MAURI, T, SOLÉ, I (2007) **El constructivismo en el aula**. Ed. Grao. Madrid.
- DÍAZ, F. (2006) **Enseñanza situada: Vínculo entre la escuela y la vida**. Ed. McGraw Hill, México.
- HUIZINGA, J. (2005) **Homo Ludens**. Ed. Alianza, Madrid.
- MACINTYRE, A. (2004). **Tras la virtud**, Ed. critica. Barcelona.
- MAZA, M (2018) **Ética y valores**. Ed. Universidad Autónoma Chapingo, México.
- MAZA, M (2016) **Fútbol Bandera: Playbook, reglamentos, técnica y táctica del fútbol bandera**. Ed. Aralain, México.

ÍNDICE REMISSIVO

A

Acadêmicos 13, 15, 16, 17, 18, 72, 74, 75, 79, 164, 166, 192, 193, 195, 197, 203
Adaptação 17, 59, 98, 164, 165, 171, 172
Adolescentes 19, 41, 45, 47, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 72, 73, 75, 79, 80, 81, 82, 83, 85, 86, 87, 92, 94, 95, 96, 97, 108, 134, 135, 190, 191, 192, 200, 202, 203
Alimentação 10, 83, 84, 85, 86, 87, 89, 90, 105, 107, 138, 169
Alongamento 1, 2, 3, 5, 6, 9, 12, 106, 107, 143, 201
Alterações no humor 20, 23
Alunos 15, 16, 17, 18, 56, 76, 79, 80, 83, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 92, 95, 183, 194, 200
Ambiente 17, 40, 42, 83, 85, 86, 89, 93, 125, 132, 152, 164, 165, 167, 169, 171, 172, 173, 175, 184, 188, 198, 205
Ansiedade 20, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 31, 40, 164, 165, 167
Artérias 3
Atividade física 13, 14, 32, 33, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 55, 56, 59, 78, 79, 80, 81, 83, 85, 97, 101, 108, 125, 127, 128, 132, 133, 134, 135, 143, 147, 148, 150, 152, 153, 165, 172, 191, 231
Atletas 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 45, 46, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 133, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 157, 158, 159, 161, 162, 176, 178, 179, 180, 182, 218, 226, 228
Autistas 164, 165, 167, 168, 169, 171, 172, 173, 176
Autoconfiança 20, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 172

B

Benefícios 13, 14, 34, 39, 40, 41, 60, 81, 85, 90, 92, 99, 101, 107, 110, 142, 150, 152, 161, 164, 165, 174, 175, 176, 194, 203

C

Cafeína 5
Câncer 33, 39, 40, 146, 147, 148, 150, 151, 152, 153, 154
Câncer de mama 39, 40, 146, 147, 148, 150, 152, 153, 154
Comportamento 3, 9, 32, 40, 41, 43, 58, 60, 64, 67, 68, 78, 105, 111, 115, 121, 130, 131, 134, 146, 165, 169, 170, 171, 178
Coordenação 22, 71, 72, 74, 75, 76, 78, 80, 81, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 107, 125, 126, 140, 170, 171, 173, 174, 176, 194, 197
Criança 93, 94, 124, 125, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174,

175, 176, 191, 198, 201

Critérios 4, 15, 22, 23, 34, 35, 47, 60, 61, 102, 115, 139, 141, 166, 178, 182, 185

D

Deficiência 13, 14, 15, 16, 17, 18, 32, 35, 36, 37, 100, 165, 196

Depressão 21, 22, 24, 26, 27, 40, 150

Desempenho 2, 3, 9, 21, 22, 26, 27, 30, 45, 46, 47, 52, 55, 67, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 92, 95, 97, 108, 114, 116, 123, 132, 136, 137, 138, 139, 141, 142, 157, 158, 159, 161, 162, 170, 171, 173, 178, 179, 180, 185, 188

Disciplina 15, 80, 83, 89, 90, 194, 195, 209, 222, 226

DM 71, 72, 99, 100, 101, 102, 103, 106, 107, 108, 110

E

Educação física 13, 14, 15, 16, 18, 19, 29, 30, 40, 48, 52, 55, 56, 57, 73, 74, 80, 82, 83, 84, 85, 87, 89, 90, 91, 97, 114, 134, 138, 141, 142, 188, 192, 197, 202, 203, 204, 231

Ensino fundamental 71, 73, 74, 76

Escola pública 71, 74, 76, 77, 79

Estilo de vida 32, 41, 42, 81, 84, 85, 90, 101, 107, 132, 146, 147, 152, 165

Estratégias 5, 29, 46, 80, 89, 101, 108, 110, 122, 125, 131, 132, 158, 161, 162, 172, 174

Estresse 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 40, 173

Estudo 1, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 13, 15, 16, 17, 18, 20, 22, 23, 24, 25, 26, 29, 32, 34, 39, 45, 47, 48, 50, 51, 52, 53, 55, 58, 60, 61, 64, 65, 66, 67, 71, 73, 74, 76, 78, 79, 80, 81, 84, 89, 94, 95, 96, 98, 99, 101, 102, 103, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 115, 116, 117, 118, 120, 121, 124, 126, 130, 131, 132, 133, 139, 141, 146, 147, 153, 157, 159, 161, 162, 164, 165, 168, 175, 176, 182, 183, 184, 185, 186, 189, 190, 191, 192, 194, 197, 202, 231

Exercício físico 2, 32, 45, 58, 60, 61, 62, 63, 66, 68, 80, 84, 99, 100, 101, 102, 106, 107, 110, 112, 133, 146, 147, 148, 150, 151, 152, 153, 154

Exercícios 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 13, 14, 38, 43, 54, 58, 60, 62, 63, 64, 67, 68, 96, 101, 102, 106, 107, 108, 109, 111, 113, 114, 121, 122, 139, 141, 143, 147, 152, 154, 174, 197, 203

Experiência 4, 16, 17, 18, 22, 25, 53, 113, 115, 121, 198, 202

F

Fadiga 21, 22, 24, 26, 27, 28, 65, 115, 148, 150, 151, 152, 153, 154, 161, 162, 174

G

Glicemia 60, 61, 99, 102, 103, 105, 159

Glicêmico 99, 101, 102, 104, 105, 106, 107, 112, 148

Graduação 13, 14, 17, 18, 32, 37, 46, 89, 153, 192, 203, 231

Grupos 10, 34, 49, 58, 75, 77, 88, 89, 107, 111, 121, 124, 126, 128, 129, 130, 131, 136, 138, 141, 153, 178, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 200, 201, 225

H

Homens 1, 2, 3, 4, 8, 9, 58, 60, 113, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123

I

Imagem corporal 45, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 144

Infância 50, 71, 72, 78, 86, 132, 134, 167, 168, 170, 175, 176, 177, 198

Instruções 5, 23

intervenção 14, 29, 39, 80, 83, 89, 90, 92, 94, 95, 103, 104, 105, 107, 108, 109, 132, 133, 141, 149, 150, 151, 154, 173

J

Jejum 61, 157, 158, 159, 161, 162

Jovens 3, 4, 8, 9, 21, 55, 56, 81, 94, 132, 133, 231

L

Lesões 2, 3, 65, 126, 133, 143, 144, 158, 173

M

Morte 59, 146, 147, 148

Movimento 5, 14, 15, 30, 44, 56, 62, 96, 111, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 124, 125, 127, 133, 134, 154, 167, 171, 178, 179, 180, 181, 183, 184, 185, 187, 188, 193, 198, 201, 231

Mudanças 3, 22, 32, 41, 45, 47, 54, 85, 126, 138, 167, 168, 170, 172

Mulheres 8, 9, 41, 43, 58, 60, 108, 109, 110, 111, 113, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 146, 147, 148, 151, 152, 153, 231

O

Obesidade 32, 34, 35, 39, 41, 52, 81, 86, 91, 101, 147, 152

Óbitos 146

P

Peso 32, 35, 39, 40, 46, 47, 48, 51, 53, 54, 55, 56, 61, 85, 101, 102, 103, 104, 108,

116, 127, 128, 130, 131, 136, 137, 138, 142, 148, 158, 161, 162, 180, 183, 199
Posicionamento 5, 48, 124, 126, 133, 181
Pressão arterial 1, 2, 3, 6, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 151
Prevenção 2, 26, 34, 42, 60, 84, 101, 111, 133, 146, 147, 148, 152, 154
Profissionais 23, 80, 83, 86, 90, 113, 114, 115, 122

Q

Queda 46, 59, 99, 122, 131, 148, 209

R

Repouso 1, 6, 7, 8, 22, 58, 63, 127, 128, 151
Resultados 1, 7, 8, 9, 10, 16, 20, 22, 25, 27, 29, 36, 45, 49, 50, 51, 53, 54, 63, 65, 68, 71, 73, 76, 78, 79, 80, 89, 91, 92, 95, 96, 103, 104, 106, 108, 109, 110, 113, 116, 118, 121, 124, 128, 129, 131, 139, 157, 158, 160, 161, 162, 170, 171, 173, 178, 180, 182, 184, 187, 191, 194, 200, 212, 215, 218, 226

S

Saudáveis 1, 3, 4, 8, 42, 67, 84, 86, 87, 99, 101, 108, 130
Saúde mental 14, 24, 27, 33, 34, 154
Saúde pública 55, 86, 90, 135, 146, 147, 231
Sedentarismo 4, 32, 81, 86
Sensibilidade 9, 58, 60, 64, 66, 67, 149, 175
Ser humano 71, 72, 97, 205, 222
Sexo masculino 20, 23, 25, 45, 47, 51, 52, 77, 94, 102, 103, 109, 166, 167
Sobrepeso 32, 34, 35, 39, 51, 81
Sociedade ativa 32

T

Tabagismo 4, 40
Teste 4, 5, 6, 7, 25, 27, 36, 49, 61, 63, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 92, 95, 96, 103, 115, 116, 124, 127, 128, 129, 130, 138, 157, 159, 160, 161, 181, 182, 184, 185, 186, 187, 188
Trabalhadores 32, 34, 40, 41
Tratamento 47, 48, 53, 56, 59, 60, 68, 75, 101, 103, 107, 110, 111, 127, 144, 146, 147, 149, 150, 151, 152, 153, 154
Treinamento 3, 5, 6, 21, 22, 23, 25, 26, 29, 31, 39, 47, 48, 50, 51, 53, 56, 58, 63, 65, 67, 68, 92, 94, 96, 97, 98, 99, 101, 102, 107, 108, 110, 113, 115, 117, 121, 122, 123, 132, 141, 148, 157, 158, 159, 163, 180

Treinar 21, 48, 141


U


Universidade pública 16, 34


V


Vida 14, 15, 19, 21, 32, 33, 34, 39, 40, 41, 42, 54, 67, 78, 81, 84, 85, 86, 90, 99, 100, 101, 102, 107, 108, 110, 111, 122, 126, 130, 132, 133, 138, 140, 143, 146, 147, 150, 152, 153, 164, 165, 168, 170, 173, 175, 176, 178, 180, 202, 203, 205, 206, 208, 209, 211, 213, 217, 218, 219, 220, 222, 223, 225, 226, 227, 228, 229

Educação Física e Ciências do Esporte: Pesquisa e Aplicação de seus Resultados


www.atenaeditora.com.br 


contato@atenaeditora.com.br 


[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora) 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 

Educação Física e Ciências do Esporte: Pesquisa e Aplicação de seus Resultados

www.atenaeditora.com.br 

contato@atenaeditora.com.br 

@atenaeditora 

www.facebook.com/atenaeditora.com.br 