



# EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: novos olhares

**Cynthia Lopes da Silva**  
(Organizadora)

**Atena**  
Editora  
Ano 2021





# EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: novos olhares

**Cinthia Lopes da Silva**  
(Organizadora)

**Atena**  
Editora  
Ano 2021



**Editora chefe**

Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Editora executiva**

Natalia Oliveira

**Assistente editorial**

Flávia Roberta Barão

**Bibliotecária**

Janaina Ramos

**Projeto gráfico**

Camila Alves de Cremo

Daphynny Pamplona

Gabriel Motomu Teshima

Luiza Alves Batista

Natália Sandrini de Azevedo

**Imagens da capa**

iStock

**Edição de arte**

Luiza Alves Batista

2021 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do texto © 2021 Os autores

Copyright da edição © 2021 Atena Editora

Direitos para esta edição cedidos à Atena Editora pelos autores.

Open access publication by Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição-Não-Comercial-NãoDerivativos 4.0 Internacional (CC BY-NC-ND 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.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Atena Editora é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação. Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.

**Conselho Editorial****Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília

Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás

Profª Drª Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí

Profª Drª 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  
Profª Drª Elizabeth Cordeiro Fernandes – Faculdade Integrada Medicina  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Profª Drª Eysler Gonçalves Maia Brasil – Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Fernanda Miguel de Andrade – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Dr. Fernando Mendes – Instituto Politécnico de Coimbra – Escola Superior de Saúde de Coimbra  
Profª Drª 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  
Profª Drª 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  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Marcus Fernando da Silva Praxedes – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Maria Tatiane Gonçalves Sá – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federacão 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  
Profª Drª Regiane Luz Carvalho – Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Vanessa da Fontoura Custódio Monteiro – Universidade do Vale do Sapucaí  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Welma Emidio da Silva – Universidade Federal Rural de Pernambuco

## Educação física, lazer e saúde: novos olhares

**Diagramação:** Camila Alves de Cremo  
**Correção:** Maiara Ferreira  
**Indexação:** Amanda Kelly da Costa Veiga  
**Revisão:** Os autores  
**Organizadora:** Cinthia Lopes da Silva

### Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

E24 Educação física, lazer e saúde: novos olhares /  
Organizadora Cinthia Lopes da Silva. – Ponta Grossa -  
PR: Atena, 2021.

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-5983-623-9

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.239212211>

1. Educação física. 2. Saúde. I. Silva, Cinthia Lopes da  
(Organizadora). II. Título.

CDD 613.7

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

**Atena Editora**

Ponta Grossa – Paraná – Brasil

Telefone: +55 (42) 3323-5493

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)

[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)

## DECLARAÇÃO DOS AUTORES

Os autores desta obra: 1. Atestam não possuir qualquer interesse comercial que constitua um conflito de interesses em relação ao artigo científico publicado; 2. Declaram que participaram ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente na: a) Concepção do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação de dados; b) Elaboração do artigo ou revisão com vistas a tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão.; 3. Certificam que os artigos científicos publicados estão completamente isentos de dados e/ou resultados fraudulentos; 4. Confirmam a citação e a referência correta de todos os dados e de interpretações de dados de outras pesquisas; 5. Reconhecem terem informado todas as fontes de financiamento recebidas para a consecução da pesquisa; 6. Autorizam a edição da obra, que incluem os registros de ficha catalográfica, ISBN, DOI e demais indexadores, projeto visual e criação de capa, diagramação de miolo, assim como lançamento e divulgação da mesma conforme critérios da Atena Editora.

## DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Atena Editora declara, para os devidos fins de direito, que: 1. A presente publicação constitui apenas transferência temporária dos direitos autorais, direito sobre a publicação, inclusive não constitui responsabilidade solidária na criação dos manuscritos publicados, nos termos previstos na Lei sobre direitos autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; 2. Autoriza e incentiva os autores a assinarem contratos com repositórios institucionais, com fins exclusivos de divulgação da obra, desde que com o devido reconhecimento de autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial; 3. Todos os e-book são *open access*, desta forma não os comercializa em seu site, sites parceiros, plataformas de *e-commerce*, ou qualquer outro meio virtual ou físico, portanto, está isenta de repasses de direitos autorais aos autores; 4. Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições de ensino superior públicas, conforme recomendação da CAPES para obtenção do Qualis livro; 5. Não cede, comercializa ou autoriza a utilização dos nomes e e-mails dos autores, bem como nenhum outro dado dos mesmos, para qualquer finalidade que não o escopo da divulgação desta obra.

## APRESENTAÇÃO

A coleção “Educação Física, lazer e saúde: novos olhares” é uma obra que tem como foco principal a discussão científica por intermédio de trabalhos diversos que compõem seus capítulos. O volume abordará de forma categorizada trabalhos que tratam de temas relacionados a revisão de conceitos de Educação Física, lazer e saúde; atividades físicas em escolares e suas relações com a saúde e educação; jogo; atividade física e qualidade de vida para grupos de idosos e atividade física em estudos específicos desse último grupo populacional.

Trata-se de uma obra que traz trabalhos resultados de pesquisa e reflexões de pesquisadores e estudiosos de várias localidades do Brasil e do exterior com uma obra originária do México, escrita no idioma espanhol. Em todos esses trabalhos a linha condutora foi o aspecto relacionado à pluralidade de discursos e referenciais, provenientes das Ciências Biológicas e Ciências Sociais e Humanas que são norte para o desenvolvimento de pesquisas relacionadas ao tema de uma obra que é inter e multidisciplinar, utilizando para isso métodos e técnicas específicos.

Temas diversos e interessantes são, deste modo, discutidos aqui com a proposta de fundamentar o conhecimento de acadêmicos, mestres e doutores e todos aqueles que de alguma forma se interessam pelo estudo da Educação Física, lazer e saúde de modo inter e multidisciplinar.

A obra “Educação Física, lazer e saúde: novos olhares” apresenta temas diversos e produções científicas de professores e acadêmicos que arduamente desenvolveram seus trabalhos que aqui serão apresentados de maneira concisa e didática. Sabemos o quão importante é a divulgação científica, por isso evidenciamos também a estrutura da Atena Editora capaz de oferecer uma plataforma consolidada e confiável para estes pesquisadores exporem e divulguem seus resultados.

Cinthia Lopes da Silva

## SUMÁRIO

### **CAPÍTULO 1..... 1**

#### **EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE: REVENDO CONCEITOS**

Cinthia Lopes da Silva

Emerson Luís Velozo

Naiara de Paula Ferreira Nóbilo

Rosiane Pillon

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122111>

### **CAPÍTULO 2..... 12**

#### **LA RELEVANCIA EXISTENCIAL DEL JUEGO Y LA PRÁCTICA DEL DEPORTE: JUEGO, LUEGO EXISTO**

Mafaldo Maza Dueñas

Vanessa García González

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122112>

### **CAPÍTULO 3..... 23**

#### **INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLARES: UMA ABORDAGEM BASEADA NO CONHECIMENTO CORPORAL E TROCA DE SABERES ENTRE SAÚDE E EDUCAÇÃO**

Júlia Barbosa Ferraz Vilela

Vivian de Oliveira Sousa Corrêa

João Pedro Vaz de Lima

Lauanny Merence Fernandes

Daniel Carneiro Soares

Lara Satler Cosmo de Resende

Bruno Sant' Ana Costa

Max Martins da Silva

Josué Natã Sampaio Monteiro

Fernanda Lopes De Paula

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122113>

### **CAPÍTULO 4..... 36**

#### **NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS PARTICIPANTES E NÃO PARTICIPANTES DE GRUPOS EM UMA USF EM RECIFE**

Gustavo Willames Pimentel Barros

Paulo Roberto Cavalcanti Carvalho

Juliana Maria Barros Silva

Danyelle de Cássia Ribeiro de Oliveira

Ana Célia Oliveira dos Santos

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122114>

### **CAPÍTULO 5..... 45**

#### **ATIVIDADES FÍSICAS VOLTADAS PARA O PÚBLICO IDOSO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Pedro Carlos Silva de Aquino

Francivaldo da Silva  
Naerton José Xavier Isidoro

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122115>

**CAPÍTULO 6..... 53**

**NÍVEL DE FLEXIBILIDADE EM IDOSAS INICIANTE AO PROGRAMA DE EXERCÍCIO FÍSICO MULTICOMPONENTE A PARTIR DO TESTE DE SENTAR E ALCANÇAR DE WELLS**

Carolina Burian Parpinelli  
Raquel Miriane Ferreira  
Lucas Adenilson Lira  
Celso Luiz Bastos  
Clóe Celentano  
Vagner Borges de Souza  
Paula Piola Sanches  
Mauricio Pires de Araújo  
Fabio Amorim Moreno  
Fábio Rodrigo Ferreira Gomes  
Marcos Rodolfo Ramos Paunsknis  
Frank Shiguemitsu Suzuki

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.2392122116>

**SOBRE A ORGANIZADORA..... 62**

**ÍNDICE REMISSIVO..... 63**

# CAPÍTULO 3

## INCENTIVO À PRÁTICA DE ATIVIDADES FÍSICAS EM ESCOLARES: UMA ABORDAGEM BASEADA NO CONHECIMENTO CORPORAL E TROCA DE SABERES ENTRE SAÚDE E EDUCAÇÃO

Data de aceite: 01/11/2021

Data de submissão: 20/08/2021

### **Júlia Barbosa Ferraz Vilela**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/2420629841886617>

### **Vivian de Oliveira Sousa Corrêa**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/5882662808399208>

### **João Pedro Vaz de Lima**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/1424160345435769>

### **Lauanny Merence Fernandes**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/7992792531702164>

### **Daniel Carneiro Soares**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/9130659209247735>

### **Lara Satler Cosmo de Resende**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/2475402014968934>

### **Bruno Sant' Ana Costa**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/8103083629287368>

### **Max Martins da Silva**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/5037475349779983>

### **Josué Natã Sampaio Monteiro**

Universidade Federal do Rio de Janeiro -  
Campus Macaé  
Macaé – RJ  
<http://lattes.cnpq.br/3050249264692217>

### **Fernanda Lopes De Paula**

Universidade Federal Fluminense  
Faculdade de Medicina  
Niterói - RJ  
<http://lattes.cnpq.br/9027533455252644>

**RESUMO:** O atual cenário de pesquisas relacionadas à prática de atividades físicas aponta que essas são promissoras para a promoção da saúde. Este trabalho relata a inserção de um grupo de estudantes de Medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Campus Macaé, sob orientação, em escolas da Educação Básica do município de Macaé, em parceria com o Programa Saúde na Escola (PSE). O estudo objetivou promover a construção de imagem corporal através do conhecimento do corpo e incentivar a prática de atividades físicas. Entre setembro de 2018 e dezembro de 2019,

690 alunos foram alcançados com as ações do projeto, envolvendo 4 escolas e estudantes desde os 2 até os 15 anos de idade. Nas atividades foram introduzidos os conceitos de Anatomia Humana de forma lúdica, correlacionado com alterações resultantes da atividade física, e foram realizadas atividades sensoriais e motoras para a percepção e movimentação corporal. Dessa maneira, o trabalho foi pautado no cerne do planejamento, ação e reflexão do tema proposto, impactando não somente os escolares alcançados, mas também os discentes e futuros médicos inseridos em um contexto diferente na sua formação para a promoção de saúde.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atividade física. Escola. Saúde. Corpo. Educação.

### ENCOURAGING PHYSICAL ACTIVITY AMONG SCHOOLCHILDREN: AN APPROACH BASED ON BODY KNOWLEDGE AND EXCHANGE OF KNOWLEDGE BETWEEN HEALTH AND EDUCATION

**ABSTRACT:** The current scenario of research related to the practice of physical activities points out that these are promising for health promotion. This work reports the insertion of a group of medical students from the Federal University of Rio de Janeiro, Campus Macaé, under supervision, in Basic Education schools in the city of Macaé, in partnership with the Health at School Program (PSE). The study aimed to promote the construction of body image through knowledge of the body and encourage the practice of physical activities. Between September 2018 and December 2019, 690 students were reached with the project's actions, involving 4 schools and students from 2 to 15 years of age. In the activities, the concepts of Human Anatomy were introduced in a playful manner, correlated with changes resulting from physical activity, and sensory and motor activities were performed for body perception and movement. In this way, the work was guided at the heart of planning, action and reflection on the proposed theme, impacting not only the students reached, but also the students and future doctors inserted in a different context in their training for health promotion.

**KEYWORDS:** Physical activity. School. Health. Body. Education.

## INTRODUÇÃO

A escola como instituição social tem importante papel no desenvolvimento de concepções pessoais, crenças, construção da forma de enxergar o mundo e entendimento da elaboração social e coletiva de saúde. Nessa perspectiva, o Programa Saúde na Escola (PSE) foi pensado como uma política de integração entre o Ministério da Saúde (MS) e o Ministério da Educação (MEC) que possibilite o desenvolvimento e cuidado integral do escolar (BRASIL, 2011).

Entendendo a infância como um período importante para aprendizagem e construção de conhecimento, algumas ferramentas podem ser utilizadas na escola para facilitar esse processo. Destaca-se a prática de atividade física, uma das vertentes do componente da promoção de saúde do PSE. Estudos abordam o exercício físico regular como um importante fator para a saúde do corpo e para as funções cognitivas do Sistema Nervoso Central (NEVES; SILVA, 2019).

Apesar da sua importância, a prática de atividades físicas está aquém do necessário para promoção da saúde em crianças e adolescentes, o que se soma ao uso elevado de internet, de televisão e de outras atividades que promovem o sedentarismo. Diante desse cenário, a Organização Mundial da Saúde (OMS) lançou novas diretrizes, em 2019, que englobam tais aspectos (WHO, 2019).

No contexto do Brasil, uma pesquisa é realizada a cada três anos sobre a saúde do escolar, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), a partir de convênio celebrado entre o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e o Ministério da Saúde, com o apoio do Ministério da Educação. A PeNSE fornece informações para o Sistema de Vigilância de Fatores de Risco de Doenças Crônicas Não Transmissíveis, do Ministério da Saúde, com dados atualizados sobre a distribuição desses fatores no público-alvo.

Em 2012 (PeNSE 2012) o levantamento foi feito com mais de 3.000.000 de estudantes do 9º ano de escolas públicas e privadas. Seu resultado apontava que apenas 30,1% dos escolares eram ativos, ou seja, praticavam 300 minutos ou mais de atividade física por semana. A maioria dos adolescentes, 63,1%, foi classificada como insuficientemente ativa e 6,8%, como inativa (IBGE, 2013).

Já em 2015, houve uma terceira edição do PeNSE, que contemplou escolares de 13 a 17 anos de idade frequentando as etapas do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental e da 1ª a 3ª série do Ensino Médio. Tais dados permitiram inferir que grande parte dos estudantes do Ensino Fundamental e Médio ainda não realizavam os 300 minutos de atividades físicas, para a faixa etária (IBGE, 2016).

Após compreender a discordância entre a prática de atividade física na realidade e a sua recomendação pela OMS, surgiu o projeto de extensão do Campus UFRJ-Macaé Professor Aloísio Teixeira “Conhecendo o corpo: incentivo à prática de atividades físicas”, com a intenção de fomentar a prática de atividades físicas em crianças e adolescentes da Educação Básica de Macaé.

## **METODOLOGIA**

O presente trabalho relata a experiência extensionista pautada no diálogo constante entre Universidade e comunidade (COSTA; POLITANO; PEREIRA, 2014). A construção do projeto teve início com a reflexão sobre os objetivos e metas a serem alcançados, para poder planejar as atividades. Nesse sentido, o plano de ação foi desenhado em conjunto com a equipe de trabalho durante o período de seis meses, tendo como percepção prévia que as atividades propostas poderiam e deveriam ser alteradas de acordo com a interação e envolvimento dos escolares, assim como demandas trazidas pelos alunos ao longo do projeto.

O projeto foi aprovado pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, através do Programa Institucional de Fomento Único de Ações de Extensão (PROFAEX), em 2018

e 2019. As atividades foram realizadas na Escola Municipal Dolores Garcia Rodriguez, Colégio Estadual Municipalizado Coquinho, Colégio Atlântico e Estadual Municipal Jacyra Tavares Duval. Ao todo, 29 turmas participaram das atividades, com um total de 690 alunos da Educação Básica englobados pelas ações (Tabela 1).

Educação Básica	Escolas	Turmas	Alunos
Educação Infantil	Escola Municipal Dolores Garcia Rodrigues	Maternal 1	32
		Maternal 2	24
		Pré-1	21
		Pré-2	20
Ensino Fundamental I	Escola Municipal Dolores Garcia Rodrigues	1º ano	42
		2º ano	35
		3º ano	34
		4º ano	33
		5º ano	25
	Colégio Estadual Municipalizado Coquinho	1º ano	23
		2º ano	24
		3º ano	43
		4º ano	44
		5º ano	28
	Escola Jacyra Tavares Durval	2º ano	77
		3º ano	45
		4º ano	43
5º ano		52	
Ensino Fundamental II	Colégio Atlântico	8º ano	20
		9º ano	25
Total de alunos			690

Tabela 1: Relação de turmas e número de alunos por escola e nível de educação.

Os encontros começaram com rodas de conversa entre o grupo e os alunos (Figura 1E), a fim de explicar o teor do projeto e colher o que os estudantes já sabiam sobre seu corpo (GUARDA et al., 2017). Para que os alunos pudessem visualizar as estruturas, utilizamos modelos anatômicos (Figura 1D) e ossos do Laboratório de Anatomia do Campus UFRJ-Macaé, além de modelo confeccionado com feltro para a Educação Infantil (Figuras 1B e 1F).

Para que os alunos experimentassem como pode ser divertido aprender se movimentando, realizamos alguns jogos e brincadeiras, como: o jogo da memória (Figura 1A); o tapete de movimentos (Figura 1C), semelhante ao conhecido jogo “Twister”; a gincana com tabuleiro no chão; a montagem do esqueleto humano (Figura 2B); o jogo “aperta e

responde” (Figura 2C), que foi inspirado no programa de auditório “Passa ou Repassa” a fim de incentivar o trabalho coletivo na busca da resposta correta às perguntas que continham temas anátomo-fisiológicos do corpo. Além de movimentação por brincadeiras, também foi utilizada a música. Utilizamos músicas populares citando partes do corpo e fazendo movimentos.

Nenhuma das atividades era obrigatória. Em geral, elas despertavam grande interesse por parte dos alunos e, até mesmo, dos professores. Ao fim de cada processo, foram desenvolvidas conversas que reforçassem a importância das atividades físicas para melhorar a qualidade de vida, além de incentivar outros hábitos, como higiene do sono, alimentação saudável, hidratação, e higiene bucal e corporal.

## **RELATO DA EXPERIÊNCIA**

O projeto “Conhecendo o corpo: incentivo à prática de atividades físicas” desde 2018 tem integrado saberes relacionados ao corpo humano e o incentivo a hábitos saudáveis de vida, como a atividade física, com a saúde do escolar.

Na Educação Infantil, trabalhamos a temática proposta na Escola Municipal Dolores Garcia Rodrigues, em outubro de 2018, atingindo 97 alunos (Tabela 1). As crianças já estavam familiarizadas com a “rodinha”, o que permitiu que esse momento fosse de interação e aprendizado (Figura 1E). Elas também observaram o boneco de feltro e puderam tocar nos órgãos em diferentes cores (Figura 1F).



Figura 1: Ações na Educação infantil. Jogo da memória (A), boneco de feltro (B), tapete dos movimentos (C), modelo anatômico (D). Alunos dispostos em “rodinha” para apresentação oral sobre o corpo humano (E). Crianças brincando com o boneco de feltro (F).

As ações no Ensino Fundamental I contemplaram três escolas, conforme mostrado na Tabela 1. As atividades iniciaram com rodas de conversa, explicações sobre o corpo humano, hábitos saudáveis e atividades físicas. Houve um foco em mostrar imagens e ilustrar com modelos anatômicos. Durante toda a conversa as crianças puderam perguntar, questionando os temas abordados, de acordo com sua curiosidade. O segundo momento consistiu em atividades lúdicas como brincadeiras, jogos e músicas. Para essa etapa da educação foram trabalhados 1 ou 2 dos seguintes materiais: jogo da memória com

os órgãos e sistemas do corpo humano; montagem do corpo humano na cartolina com desenhos dos órgãos (Figura 2A); montagem do esqueleto com ossos (Figura 2B), o tapete dos movimentos e o “aperta e responde”.

A inserção do projeto no Ensino Fundamental II ocorreu no Colégio Atlântico, nas turmas de 8º e 9º ano, até então única escola particular trabalhada, contemplando 45 alunos (Tabela 1). Essa etapa demandou novo planejamento e organização a respeito dos métodos de abordagem. Assim, a parte teórica inicial foi uma conversa com a apresentação de algumas peças anatômicas para melhor visualização. Nessa atividade, os alunos foram ativos na discussão com suas dúvidas e curiosidades. Desse modo, foi possível estabelecer uma troca de conhecimentos entre a turma e o grupo da extensão de forma horizontal. Ao final dessa conversa foi realizado o jogo de perguntas com o aparelho “aperte e responda” (Figura 2C).



Figura 2: Atividades desenvolvidas com os escolares no Ensino Fundamental. (A) Brincadeira onde os alunos precisavam localizar e posicionar os órgãos no desenho. (B) Crianças montando o esqueleto no ensino Fundamental I. (C) brincadeira de “aperte e responda” com os alunos no Ensino Fundamental II.

## REFLEXÃO SOBRE A EXPERIÊNCIA

A imagem corporal é a representação mental que o indivíduo possui do próprio corpo, envolvendo percepção, afeto e componentes cognitivos. As sensações (visual, auditiva, olfativa, gustativa e somatossensorial) auxiliam na construção dessa representação mental, pois a partir delas nos relacionamos com o meio externo, construindo nossa identidade corporal. Assim, além delas, somos influenciados pelo contato social na formação da imagem corporal (MATSUO et al., 2007). Torna-se evidente, desse modo, a importância de se associar esse estímulo teórico-prático às atividades físicas em um local de convívio diário como a escola.

Alguns estudos referem que abordagens lúdicas são ferramentas importantes de integração para sair da rotina tradicional da sala de aula (MORIN, 2000). Eles também propõem trabalhar a fixação de conceitos aprendidos em aulas teóricas por meio de jogos como uma ferramenta eficaz para obtenção de maior aproveitamento das informações, uma vez que os alunos procuram repetir a mesma atividade para aprimorar o que foi realizado (PANOSSO; SOUZA; HAYDU, 2015). Nesse contexto, o projeto buscou a ressignificação da forma de ensinar e de aprender, a partir de uma participação ativa dos alunos.

A música como ferramenta pedagógica também foi uma das escolhas para abordagem pelo projeto. Segundo estudos, a música é importante para a educação no Ensino Infantil, pois possibilita a adoção de hábitos e comportamentos que poderão fazer parte da vida dessa criança (BRASIL, 1998). Em relação ao Ensino Fundamental, a música pode contribuir para o desenvolvimento cognitivo, as habilidades motoras, afetivas e sociais, além de garantir um ambiente lúdico que interessa e estimula os escolares no processo de aprendizagem (OLIVEIRA JUNIOR; CIPOLA, 2017). Dessa forma, utilizamos músicas populares citando partes do corpo e fazendo movimentos.

Os jogos de regras, como o jogo da memória, a gincana com tabuleiro e o “aperte e responda” objetivam promover o desenvolvimento cognitivo e afetivo-social do jogador. Esse tipo de jogo propõe problemas de forma atrativa, permite o raciocínio, a construção de conceitos, de forma a deixar o estudante motivado e ativo. Por outro aspecto, como é uma atividade em grupo, voluntária e prazerosa, favorece o diálogo, a criação de conhecimentos em grupo, possibilitando desenvolver a autonomia em situações desafiadoras e reflexivas (GURGEL et al., 2017).

O tapete dos movimentos, assim como a gincana com tabuleiro, por outro lado, são jogos que demandam, também, atividade motora, coordenação, equilíbrio, força, lateralidade, noção de direita/esquerda e o conhecimento das cores primárias. Dessa forma, jogos interativos podem ser mais atrativos para despertar o interesse à prática de atividade física, uma vez que as práticas tradicionais tendem a ser repetitivas e cansativas, o que as tornam potencialmente desinteressantes (MARAN, 2019). Sendo assim, por meio de atividades lúdicas a criança assimila valores, adquire comportamentos, desenvolve

áreas do conhecimento, exercita-se fisicamente e aprimora habilidades motoras (SANTOS, 2000).

Entendendo que o PSE visa o enfrentamento das vulnerabilidades que comprometem o pleno desenvolvimento de crianças e jovens da rede pública de ensino, a rede particular não seria necessariamente contemplada com ações do projeto. Todavia, FIDENCIO e colaboradores (2018) verificaram em um estudo com adolescentes entre 11 e 14 anos de uma escola particular, que metade dos adolescentes investigados ficam um tempo maior que o orientado pela OMS assistindo televisão, brincando no videogame ou navegando na internet. Outro estudo avaliou o estado nutricional de 328 adolescentes, do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental, das escolas públicas e privadas de Niterói-RJ, associando a atividade física e o tempo de diante de telas, correlacionando esse último com o excesso de peso (VASCONCELLOS; ANJOS; VASCONCELLOS, 2013). Dessa forma, surgiu a necessidade de alcançar também este público.

### **A troca entre universidade e escolas como ferramenta para incentivar a prática de atividades físicas**

Por essência, a Universidade é uma instituição baseada nos tripé ensino-pesquisa-extensão como forma de construção e compartilhamento do conhecimento. No que se refere à extensão, o papel da Universidade é identificar as necessidades da comunidade e possibilitar a criação de projetos que visem o seu desenvolvimento. Corroborando essa ideia, a Resolução CNE/CES nº 7 (BRASIL, 2018), que estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira, destaca no Art. 5º, parágrafo I, que a concepção e prática da extensão universitária deve se dar de modo dialógico entre comunidade acadêmica e sociedade através do contato com questões atuais e complexas presentes no contexto social.

O município formaliza a adesão ao PSE mediante o compromisso de realizar as ações articulando as unidades de saúde e as escolas da rede pública. Como o Campus UFRJ-Macaé forma profissionais de saúde (médicos, enfermeiros, nutricionistas, biólogos e farmacêuticos) com apoio da prefeitura desde sua implantação, a Universidade participa ativamente dos projetos realizados pelo poder público na cidade.

Nesse contexto, o projeto “Conhecendo o corpo: incentivo à prática de atividades físicas”, através das atividades já apresentadas, contribui para a propagação da ação II do PSE: Promoção das práticas corporais, da atividade física e do lazer nas escolas. Entender o próprio corpo desde a infância, sobre sua estrutura, funcionamento, e como ele é afetado quando nos movimentamos, pode favorecer a construção dos conceitos de corpo saudável e influenciar na prática de atividades físicas.

A troca proporcionada pela extensão foi muito agradável não somente para os escolares, mas também para os participantes do projeto. Em diversas turmas, as professoras pediam para os acadêmicos compartilharem com as crianças como foi a trajetória para chegar a Universidade, como é o curso de Medicina, além de as crianças

poderem compartilhar sobre familiares, profissões, desejos, enriquecendo profundamente esse momento. O aprendizado que a extensão universitária fornece para os futuros médicos pode ter grande impacto, uma vez que permite olhar o outro, ouvir, interagir, estar atento às demandas para que, como resultado final, esse profissional, de fato, promova a saúde (ROMANHOLI; CYRINO, 2012).

Além da importância no sentido de compartilhar conhecimento e na intervenção, a Extensão é também fundamental para a formação do estudante da Universidade (SCHEIDEMANTEL; KLEIN; TEIXEIRA, 2004). Ela também proporciona a identificação da problemática do país no âmbito social e o fomento positivo de busca por soluções, o que contribui para consciência cidadã do futuro profissional de saúde que lidará diretamente com esse contexto (FADEL et al., 2013).

Os projetos que trabalham a educação em saúde são importantes atores na promoção da saúde, no que tange o cuidado integral e prolongado do escolar. Nessa perspectiva, a extensão universitária pode atuar orientando o aluno sobre a importância das medidas de prevenção, do controle de danos, da responsabilidade social e individual associada à saúde, sendo ele ativo nesse processo de construção. Assim, os projetos de extensão podem fornecer ferramentas de entendimento e intervenção para que os alunos se tornem protagonistas no seu processo de saúde - doença, com capacidade de discernir sobre seus hábitos e sobre a forma como a saúde é entendida no seu ambiente familiar (COSTA et al., 2015).

## CONCLUSÃO

As reflexões acerca deste trabalho desenvolvido pelo projeto de extensão “Conhecendo o corpo: incentivo à prática de atividades físicas” indicam que houve um impacto positivo tanto no público-alvo, quanto nos discentes e docentes participantes do projeto. Esses relataram aprender bastante com a troca de saberes entre a universidade e a comunidade. Já os escolares, além de se beneficiarem dessa relação, puderam aprender de modo lúdico, interativo e prático sobre o corpo, como ele funciona e como a atividade física pode alterá-lo.

A proposta de extensão universitária a partir da interação com crianças, adolescentes e jovens, que estão em formação nos aspectos sociais e biológicos, foi realizada de maneira considerada satisfatória durante as visitas nas escolas e atividades ali propostas. Para verificação do impacto dessas ações, a pesquisa pode ser associada para análise de dados específicos, sejam quantitativos ou qualitativos, uma vez que o ambiente é rico de informações importantes a serem consideradas para melhorar o desenvolvimento de escolares, principalmente os que estão em situação de vulnerabilidade. Isso ressalta mais uma vez, a importância do tripé universitário e a indissociabilidade da Extensão, do Ensino e da Pesquisa. Em tempo, vale ressaltar que o projeto está ativo, entretanto, as análises

e avaliações dos encontros levaram a uma nova fase de planejamento. Atualmente, pretendemos acompanhar mais de perto um grupo de alunos, com o objetivo de participar de sua evolução e compreender e atender melhor às suas especificidades e demandas.

Por fim, é preciso enfatizar a importância de artigos como este que integram as ações extensionistas de promoção à saúde como adjuvante de políticas públicas relacionadas à atividade física, pois foi observada uma escassez de trabalhos publicados que revelem como elas podem ser feitas e divulgadas. Dessa forma, espera-se que as ações realizadas neste projeto, bem como este trabalho, gerem incentivos à prática de atividades físicas nas escolas, a partir de um maior conhecimento do corpo e da possibilidade de torná-la um hábito prazeroso. Assim, será possível construir uma sociedade mais esclarecida e motivada, por conseguinte, menos sedentária.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Ministério da Educação. **Passo a Passo PSE. Programa Saúde na Escola: tecendo caminhos da intersectorialidade**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: [http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/passo\\_a\\_passo\\_programa\\_saude\\_escola.pdf](http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/passo_a_passo_programa_saude_escola.pdf). Acesso em 05 de Abril de 2020.

BRASIL, Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil**. Ministério da Educação e do Desporto, Secretaria de Educação Fundamental. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BRASIL. Ministério da Educação. **Resolução nº 7, de 18 de dezembro de 2018**. Estabelece as diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira e regimenta o disposto na Meta 12.7 da Lei nº 13.005/2014, que aprova o Plano Nacional de Educação - PNE 2014-2024 - e dá outras providências. Disponível em: [http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=104251-rces007-18&category\\_slug=dezembro-2018-pdf&Itemid=30192](http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=104251-rces007-18&category_slug=dezembro-2018-pdf&Itemid=30192). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

COSTA, Eugênio P.; POLITANO, Paulo R.; PEREIRA, Néocles A. **Exemplo de aplicação do método de pesquisa-ação para a solução de um problema de sistema de informação em uma empresa produtora de cana-de-açúcar**. Gestão & Produção, p. 895-905, 2014. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/gp/2014nahead/aop\\_gp060811.pdf](http://www.scielo.br/pdf/gp/2014nahead/aop_gp060811.pdf). Acesso em: 22 de Março de 2019.

COSTA, D. V. S. et al. **Extensão universitária na promoção da saúde infantil: analisando estratégias educativas**. Rev. Ciênc. Ext., v.11, n.1, p.25-31, 2015. Disponível em: [https://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/897](https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/897). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

FADEL, C. B. et al. **O impacto da extensão universitária sobre a formação acadêmica em Odontologia**. Interface, Botucatu, v. 17, n. 47, p. 937-946, 2013. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-32832013000400017&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832013000400017&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

FIDENCIO, J. et al. **Associação entre estado nutricional, horas de consumo de tela e de atividade física em adolescentes**. RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento, v. 12, n. 72, 535-541, 2018. Disponível em: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/744>. Acesso em: 25 de Abril de 2020.

GUARDA, G. N et al. **A roda de conversa como metodologia educativa: o diálogo e o brincar oportunizando o protagonismo infantil na sala de aula.** Anais do XIII Congresso Nacional de Educação, 2017. Disponível em: [https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/26991\\_13947.pdf](https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/26991_13947.pdf). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

GURGEL, S. S. et al. **Jogos educativos: recursos didáticos utilizados na monitoria de educação em saúde.** REME - Rev Min Enfermagem, 21:e-1016, 2017. Disponível em: [http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/30152/2/2017\\_art\\_ssgurgel.pdf](http://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/30152/2/2017_art_ssgurgel.pdf). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2012.** Rio de Janeiro: IBGE; 2013.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2015.** Rio de Janeiro: IBGE, 2016.

MARAN, T. R. **GoPlay: design emocional como incentivo na atividade física de crianças.** Trabalho de conclusão de curso da Universidade Caxias do Sul. Bento Gonçalves, 2019. Disponível em: <https://repositorio.ucs.br/xmlui/bitstream/handle/11338/5209/TCC%20Tallyta%20Regina%20Maran.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 25 de Abril de 2020

MATSUO, R. F. et al. **Imagem corporal de idosas e atividade física.** Rev. Mackenzie Educ., Fís Esporte, v. 6, n. 1, p. 37-43, 2007. Disponível em: <http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/remef/article/view/1281>. Acesso em: 25 de Abril de 2020.

MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro.** Tradução de Catarina Eleonora F. da Silva e Jeanne Sawaya. São Paulo: Cortez; Brasília, DF: Unesco, 2000. Título original: Lessept savoirs nécessaires à l'éducation du futur.

NEVES, G. N; SILVA, D. **Atividade física e o desenvolvimento da plasticidade cerebral.** Fac. Sant'Ana em Revista, Ponta Grossa, v. 2, p. 158- 169, 2. Sem. 2019 Disponível em: <https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/fsr/index>. Acesso em: 16 de Abril de 2020.

OLIVEIRA JUNIOR, A. P. A.; CIPOLA, E. S. M. **Musicalização no processo de aprendizagem infantil.** Revista Científica UNAR, Araras, v.15, n.2, p.126-141, 2017. Disponível em: [http://revistaunar.com.br/cientifica/documentos/vol15\\_n2\\_2017/09\\_MUSICALIZA%C3%87%C3%83O\\_NO\\_PROCESSO.pdf](http://revistaunar.com.br/cientifica/documentos/vol15_n2_2017/09_MUSICALIZA%C3%87%C3%83O_NO_PROCESSO.pdf). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

PANOSSO, M. G.; SOUZA, S. R.; HAYDU, V. B. **Características atribuídas a jogos educativos: uma interpretação Analítico-Comportamental.** Psicol. Esc. Educ., Maringá, v. 19, n. 2, p. 233-242, 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-8572015000200233&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-8572015000200233&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 28 de Abril de 2020.

ROMANHOLI, R. M. Z.; CYRINO, E. G. **A visita domiciliar na formação de médicos: da concepção ao desafio do fazer.** Interface, Botucatu, v. 16, n. 42, p. 693-705, 2012. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1414-32832012000300009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832012000300009&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

SANTOS, S. M. P. **Brinquedoteca: a criança, o adulto e o lúdico.** Petrópolis: Vozes, 2000. Brinquedoteca: o lúdico em diferentes contextos. 12. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

SCHEIDEMANTEL, S. E.; KLEIN, R.; TEIXEIRA, L. I. **A importância da Extensão Universitária: o Projeto Construir**. Anais do 2º Congresso Brasileiro de Extensão Universitária. Belo Horizonte, 2004. Disponível em: <https://www.ufmg.br/congrent/Direitos/Direitos5.pdf>. Acesso em: 25 de Abril de 2020.

VASCONCELLOS, M. B.; ANJOS, L. A.; VASCONCELLOS, M. T. L. **Estado nutricional e tempo de tela de escolares da Rede Pública de Ensino Fundamental de Niterói, Rio de Janeiro, Brasil**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 29, n. 4, p. 713-722, 2013. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2013000400009&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2013000400009&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 25 de Abril de 2020.

WHO. World Health Organization. **Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age**. Geneva: World Health Organization, 2019. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/311664>. Acesso em: 25 de Abril de 2020.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Atividade física 3, 4, 5, 6, 10, 24, 25, 27, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 47, 51, 56, 61

### C

Conceitos 1, 24, 30, 31, 43

Conhecimento corporal 23

Corpo 6, 7, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 62

Cultura 1, 4, 7, 10, 14, 62

### D

Deporte 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

### E

Educação 1, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36, 37, 38, 43, 44, 45, 47, 48, 49, 53, 61, 62

Educação Física 1, 3, 4, 5, 6, 7, 10, 11, 36, 45, 47, 48, 49, 53, 61, 62

Escola 23, 24, 26, 27, 29, 30, 31, 33, 44, 53

Exercício físico 5, 6, 24, 38, 45, 53, 55, 56, 57

Exercício multicomponente 54

Existenciário 12, 14, 18

### I

Idosas 34, 44, 45, 47, 48, 49, 50, 51, 53, 54, 56, 57, 58, 59, 60, 61

Idoso 36, 37, 42, 43, 44, 45, 60

Instrumentos 39

### J

Juego 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22

Jugar 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21

### L

Lazer 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 31, 49, 62

### M

Método 33, 38, 56, 61

## **N**

Nível de flexibilidade 53, 54, 55, 56, 57

## **P**

Pesquisas 23, 37, 56, 62

População 4, 5, 6, 7, 10, 37, 38, 42, 47, 48, 49, 50, 54, 55, 58

Práticas corporais 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 31, 62

## **Q**

Qualidade de vida 9, 27, 36, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 55, 61

## **S**

Saberes 6, 7, 10, 23, 27, 32, 34, 61

Saúde 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 23, 24, 25, 27, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 41, 42, 43, 44, 46, 47, 49, 50, 51, 55, 61

## **T**

Tecnologias digitais 45, 47

## **V**

Vivir 12, 13, 16, 18, 19, 20, 21



# EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE:

novos olhares

**Atena**  
Editora  
Ano 2021

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)   
[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)   
[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)   
[www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br) 



# EDUCAÇÃO FÍSICA, LAZER E SAÚDE:

**novos olhares**

**Atena**  
Editora  
Ano 2021

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)   
[contato@atenaeditora.com.br](mailto:contato@atenaeditora.com.br)   
[@atenaeditora](https://www.instagram.com/atenaeditora)   
[www.facebook.com/atenaeditora.com.br](https://www.facebook.com/atenaeditora.com.br) 